

 <p>ВЫСШАЯ КОННАЯ ШКОЛА</p>	Семинар для тренеров, спортсменов, частных владельцев и заинтересованных лиц
	«ПОДГОТОВКА ЛОШАДИ И ВСАДНИКА В КОНКУРЕ»
	<p>Санкт-Петербург – Шушары 27-31 МАРТА 2023</p> <p>ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный аграрный университет» ОСП ДПОС «Академия менеджмента и агробизнеса» совместно с Конным Клубом "Grand Stable"</p>
Руководитель семинара:	Фадеева Ольга Николаевна – ВК/МКЗ* - Санкт-Петербург
Документ по окончании:	Сертификат
Участие:	Возможно очное или дистанционное участие Дистанционное участие: доступ к записям лекции и практик на неограниченный срок, доступ к необходимым электронным материалам, чат для вопросов
Запись:	<p>Кураторы: https://vk.com/id2784534 Головина Татьяна https://vk.com/nastia.kr96 Крылова Анастасия e-mail: konikurs@mail.ru</p>
Место проведения:	<p>Теория – Академия – 3 эт., 41 каб. Адрес: Санкт-Петербург, Шушары, ул. Пушкинская, 12, от м. Звездная авт. 34 от м. Купчино авт. 186 Практика – КСК "Grand Stable": Ленинградская обл, Ломоносовский район, Виллозское городское поселение, между дер.Вариколово и Перекуля (за Красным Селом).</p>
Размещение иногородних участников:	<p>Бронирование осуществляется самостоятельно: - Шушары, квартиры посуточно +7(921)550-03-20 Елена, +7(911)234-95-90 Антон; - Общежитие СПбГАУ г. Пушкин, Петербургское ш., д. 6, Тел.: 8(812)476-40-31 Администрация студгородка Стоимость проживания в общежитии от 360 до 960 руб./сут. - Хостел Лагуна https://laguna-hostel.vsite.biz/#home Тел.: +7(911)153-98-21</p>
Расписание занятий:	Расписание занятий будет опубликовано ближе к датам семинара.
Темы семинара:	
<p>Теория*:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выбор конкурной лошади. Экстерьер, деловые качества, специализация. 2. Экипировка всадника и лошади в конкуре. 3. Фазы преодоления препятствия и техника прыжка. 4. Правильная посадка всадника. Динамика посадки всадника, равновесие. 5. Особенности биомеханики работы всадника и лошади в разных фазах прыжка. 6. Посадка всадника, положение таза, туловища, головы, ног, рук. Распространенные ошибки. 7. Проблемы в разных фазах прыжка у всадника. 8. Развитие посадки. Какие качества развиваем и примеры упражнений для развития конкретных качеств. 9. Опытная лошадь. Деловые качества, экстерьер, породы учебной и любительской лошади. 10. Исправление ошибок в технике преодоления препятствий у лошади. 11. Закидки, причины и исправление. 12. Личность инструктора, необходимые качества. Неэффективные качества инструктора. 13. Теоретическая и практическая подготовка всадника до начала занятий конкурном. 14. Цели подготовки начинающего в конкуре всадника. 15. Этапы подготовки начинающего в конкуре всадника. Примеры работы на разных этапах. 	

16. *Вариант плана подготовки всадника на начальном уровне (кавалетти и маршруты высотой 80см).*
17. *Продолжающий всадник (до маршрутов высотой 120 см). Цели и задачи, план подготовки.*
18. *Условия для эффективности тренировки.*
19. *Задания на совершенствование посадки всадника в конкуре.*
20. *Задания на совершенствование управления лошадью в конкуре.*
21. *Полевая езда. Решаемые задачи. Правила безопасности и этики во время полевой езды.*
22. *Соревнования. Подготовка к соревнованиям, необходимые условия для участия.*
23. *Соревнования. Расчетное планирование будущего старта.*
24. *Конкур. Первые соревнования. Физическая и психологическая подготовка.*
25. *Соревнования на стиль езды для всадника в конкуре. Цели и задачи. Что оценивается и каким образом.*
26. *Молодая лошадь. Выбор и подготовка в соответствии со шкалой выездки.*
27. *Молодая лошадь. План и принцип подготовки.*
28. *Шпрингартен. Гимнастические ряды. Цель использования. Правильность применения.*
29. *Соревнования на стиль для лошади в конкуре.*

Тренировки*:

1. *Первые прыжки всадника и молодой лошади. Особенности построения тренировки, используемое оборудование.*
2. *Кавалетти. Задачи, которые решаются с помощью кавалетти.*
3. *Барьеры различной конфигурации. Особенности преодоления.*
4. *Гимнастические ряды. Задачи, которые решаются с помощью гимнастических рядов.*
5. *Проезды по прямым и по дугам. Особенности дистанций. Особенности преодоления.*
6. *Системы. Особенности дистанций. Особенности преодоления.*
7. *Связки и маршруты. Особенности построения и варианты усложнений (от простого к сложному).*

***Программа теоретической части и тренировок может быть изменена в соответствии с уровнем подготовки всадников.**

Размещение, питание и транспортные расходы – за счет участников и/или командирующих организаций.

Данная информация является официальным приглашением на участие в семинаре.