

УДК 37.033
doi:10.18720/SPBPU/2/id23-319

ЗАНЯТИЯ С ЛОШАДЬЮ НА СВОБОДЕ КАК СОВРЕМЕННАЯ ПРАКТИКА, НАПРАВЛЕННАЯ НА ГАРМОНИЧНОЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ

Ефимова Анастасия Вячеславовна, Ткачук Марина Германовна

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. В статье рассматривается новый формат занятий человека с лошадью и их психологические эффекты. Исходя из выявленных результатов, можно утверждать, что занятия с лошадью на свободе содействуют развитию социально-важных качеств личности, способствуют ее нравственному воспитанию и гармоничному развитию. Такая форма занятий накладывает отпечаток на жизнь занимающегося, внося вклад в формирование здорового общества.

Ключевые слова: ипповенция, иппопедагогика, занятия с лошадью на свободе.

OPEN AIR HORSE CLASSES AS A MODERN PRACTICE AIMED AT THE HARMONIOUS DEVELOPMENT OF THE INDIVIDUAL

Efimova Anastasiya Vyacheslavovna, Tkachuk Marina Germanovna

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, Saint Petersburg, Russia

Abstract. The article examines the new format of human and horse training and their psychological effects. Based on the revealed results, it can be argued that classes with a horse at liberty contribute to the development of socially important qualities of the individual, contributing to its moral education and harmonious development. This form of occupation leaves an imprint on the life of the student, contributing to the formation of a healthy society.

Keywords: hippoventia, hippopedagogy, classes with a horse at liberty.

Введение

Гармоничное развитие всегда являлось ориентиром для воспитания личности и формирования её культуры, в том числе культуры физической [5,7]. Авторы отмечают важнейшие тенденции перехода к пониманию физической культуры как явления духовно-физического. И уделяют внимание формированию личности [1,5]. Способом реализации социальной программы разностороннего развития личности выступают духовные компоненты физической культуры [7].

Занятия с лошадью на свободе относятся к новому для России направлению – ипповенция, точнее иппопедагогика. Термин «ипповенция» появился в русскоязычной научной среде благодаря трудам О. Г. Лопуховой и Газизова К. К. [4]. А до этого введен Хансом-Юргеном Барейссом (Hans-Jürgen Bareiss) автором модели «Терапевтическое взаимодействие человек-лошадь», в которой он выделил два направления: иппотерапия и ипповенция [2]. И если первое использует оздоровительное психофизиологическое влияние верховой езды, то второе в большей степени – психологический эффект взаимодействия человека и лошади и посадку на неё может не включать. Сейчас термин объединяет под собой терапевтическую и развивающую деятельность с участием лошади [4].

Цель настоящего исследования – определить роль занятий с лошадью на свободе в гармоничном развитии личности.

Методы исследования

В исследовании приняло участие 55 женщин и мужчин, в возрасте от 18 до 38 лет, посещавших занятия с лошадью на свободе. В ходе исследования разработана

анкета, основой для которой послужило педагогическое наблюдение и отзывы учеников, посещавших занятия.

Занятия проводились по авторской методике Анастасии Ефимовой, основанной на работах Карен Прайор, Клауса Хемпфлинга и Инны Дитман [6, 8, 3]. Они представляют собой взаимодействие обучаемого человека с лошадью без посадки верхом, при котором на лошади нет амуниции в условиях значительного пространства. Человек находится рядом с лошадью на земле. На занятии присутствуют ученик, тренер и учебная лошадь. По заданию тренера ученик выполняет с лошадью несложные базовые элементы, которым она обучена (в их число входит: подзыв лошади, следование разными аллюрами, уступки, фронтальное управление и несложные трюки) [3].

Внешне взаимодействие с лошадью напоминает игру с собакой, но, в отличие от собаки, лошадь от природы не мотивирована на контакт с человеком, и заинтересовать её как раз является основной задачей ученика на таком занятии. При этом создаётся педагогическая ситуация, при которой исключается компонент принуждения лошади со стороны человека и взамен подчинению, он учится мотивировать другое существо, делая акцент на взаимно приятных моментах общения. Критерий успеха ученика – добровольное сотрудничество лошади, при котором она остаётся с человеком после выполнения задания.

Результаты исследования и их анализ

На основании проведенного анкетирования выявлено, что 92 % респондентов отмечают распространение эффекта занятий на сферу общения с людьми. Это нашло проявление в следующих эффектах.

Кроме положительного влияния на эмоциональный фон (отмеченного 66,7 % респондентами) и лучшего понимания лошади (47 % респондентов), в числе первых по частоте эффектов занятия люди отмечают развитие эмпатии (47 %). Они утверждают, что стали проявлять больше внимания к партнёру по общению, и стали внимательнее к отношениям как таковым.

Кроме этого, респонденты заметили следующие эффекты занятий: большая общая расслабленность и спокойствие (38 % респондентов), большая уверенность в себе и смелость в проявлении лидерских качеств (также 38 %); многие говорят о командном духе, честном партнёрстве и «огромном уроке доверия», преподнесённом лошастью (28 % занимающихся). Люди отмечают лучшее понимание себя и своих границ (по 22 %), говорят о гармонии и единении с природой (19 %), присутствию в моменте, а также большей лояльности, принятию других точек зрения, терпимости к другим (19 %). Некоторые занимающиеся также вспомнили, что стали лучше владеть собственным телом (14 %), совершенствуют навык осознанности и концентрации (19 %), а также о том, что применяют принципы положительного подкрепления в жизни (14 % учеников). Кроме того, несколько человек также отметили, что попутно перестали бояться лошадей, что подтверждает грамотность применения методики занятий и их безопасность.

Заключение

Исходя из выявленных результатов, можно утверждать, что занятия с лошадью на свободе содействуют развитию социально-важных качеств личности, способствуют ее нравственному воспитанию и гармоничному развитию. Такая форма занятий накладывает отпечаток на жизнь занимающегося, внося вклад в формирование здорового общества.

Литература

1. **Ахмедьянова А. Х.** Гармонично развитая личность как объект исследования систем гуманитарных наук / Ахмедьянова А. Х. Кашапова Л. М. // Азимут научных исследований: педагогика и психология. — Т. 7. № 1. — 2018. — С. 27–30.
2. **Барайсс Х-Дж.** Модели «лечебная верховая езда» и «терапевтическое взаимодействие человека и лошади» // Лошадь в психотерапии, иппотерапии и лечебной педагогике. Учебные материалы и исследования немецкого кураториума по терапевтической групповой езде. Пер с нем. — В трех частях. Ч. 1. — М.: Конноспортивный клуб инвалидов. 2003. — С. 24–40.
3. **Ефимова А. В.** Занятия со свободной лошадью как способ социализации человека / А. В. Ефимова, И. А. Дитман // Опыт и перспективы развития абилитации и реабилитации с помощью лошади. Материалы X Всероссийской конференции, 11–12 августа 2018 г, г. Санкт-Петербург. — СПб.: ЛЕМА, 2018. — с. 78–79.
4. **Лопухова О. Г.** Ипповенция: методология и практика / О. Г. Лопухова К. К. Газизов // Национальная федерация иппотерапии и адаптивного конного спорта. Материалы XIII Всероссийской научно-практической конференции Методы абилитации и реабилитации с помощью лошади в системе комплексной реабилитации // НФ ИАКС, Ростов-на-Дону, 2022. — с. 35–40.
5. **Николаев Ю. М.** Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности: учебно-методическое пособие / Ю. М. Николаев. — СПб.: «Олимп-СПб», 2007. — 100 с. 16–98.
6. **Прайор К.** Не рычите на собаку! О дрессировке животных и людей / Прайор Карен. — М.: Селена+, 1995. — 416 с.
7. Теория и методика физической культуры (курс лекций): учебное пособие / под ред. Ю. Ф. Курамшина, В. И. Попова; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. — СПб., 1999. — с. 190–191.
8. **Клаус Хэмпфлинг:** Танцы с лошадьми. Искусство владения языком тела. Сбор на свободных поводьях при верховой езде / пер. с англ. М. Либман. — М.: Аквариум-Принт, 2015. — 208.: ил.

* * *

УДК 796.332 : 796.012.2 – 053.6+796.015
doi:10.18720/SPBPU/2/id23-320

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И КОНЬКОБЕЖНОЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

Карась Анастасия Леонидовна

Белорусский государственный университет физической культуры, Минск, республика Беларусь

Аннотация. В статье представлены результаты исследования по разработке программы педагогического тестирования для определения уровня развития координационных способностей, влияющих на успешность формирования конькобежных навыков у мальчиков, занимающихся в группах начальной подготовки второго года обучения (ГНП-2) в спортивных школах по хоккею с шайбой. На основе теоретического анализа и полученных эмпирических данных сформирован комплекс тестов, определены организационно-методические правила их проведения, рассчитаны оценочные шкалы и модельные характеристики показателей координационных способностей и конькобежной технической подготовленности 7–8-летних хоккеистов.

Ключевые слова: тестирование, контрольные упражнения, правила проведения тестов, координационные способности, конькобежная техническая подготовленность.