

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ЛОШАДИ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩЕЙСЯ В КОНКУРЕ

Герасимов Б.С., Петухова Н.А.,

Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»,
Республика Беларусь

Введение. Конный спорт отличается разнообразием дисциплин. Это соревнования в упряжках (драйвинг), пробеги, вольтижировка, скачки, и безусловно, классические виды: конкур (преодоление препятствий), выездка и троеборье, включенные в программу Олимпийских игр.

Рассматривая вопросы подготовки в конном спорте, мы, прежде всего, имеем в виду спортивную пару «всадник-лошадь», представляющую собой единую функциональную систему, от слаженности которой зависит результат спортивного выступления. Различие видов конного спорта предопределяет различия в требованиях, предъявляемых к лошадям, а именно: к породе, экстерьеру, физическим качествам, характеру.

В конкуре всадник вместе с лошадью должен преодолеть по заранее обозначенному маршруту определенное количество препятствий, расположенных поодиночке и в связках. Согласно существующим правилам, соревнования проводятся по классам, для каждого из которых определены количество прыжков и размеры препятствий.

Соревнования по преодолению препятствий имеют различные условия проведения. На одних соревнованиях устанавливают обязательный маршрут, победителя определяют по наименьшему количеству штрафных очков и только в случае равенства результатов допускают перепрыжку с повышением высоты отдельных препятствий.

В других случаях первенство присуждают спортсмену, прошедшему маршрут резвее других (при одинаковых результатах по штрафным очкам).

Особый интерес представляют соревнования на мощность прыжка, которые проводятся в несколько гитов. В каждый последующий гит допускаются пары, не совершившие повала или разрушения препятствия в предыдущей попытке. Высота препятствий в последнем гите иногда достигает 220 см [3].

Отличие конкура от других видов конного спорта заключается в демонстрации высокого мастерства в управлении лошадью, что наряду с азартом и динамичностью самих прыжков представляет собой захватывающее спортивное зрелище.

В настоящее время лидирующими странами в преодолении препятствий являются Германия, Нидерланды, Франция. Сборные этих стран – постоянные победители и призеры чемпионатов мира, Европы и Олимпийских игр. Всадники США и некоторых стран Центрально-Европейского региона (России, Украины, Польши, Эстонии) методично следуют западноевропейской системе подготовки, что через 2–3 года позволяет им выйти на качественно новый уровень и благоприятно отражается на результатах выступлений.

Следует отметить, что в последние годы в нашей стране систематически проводились семинары различного направления, а именно: мастер-классы, обучающие семинары для национальных тренеров, семинары по повышению квалификации судей и курс-дизайнеров, которые, безусловно, способствовали улучшению теоретических и практических знаний специалистов конкура. Тем не менее, ожидаемого прогресса в развитии мы по-прежнему не наблюдаем. Отсутствие единой и цельной системы подготовки спортивных пар, недостаточная эффективность применения полученных знаний на практике превратились в барьер, который мешает отечественным спортсменам достичь высоких результатов на соревнованиях республиканского и международного ранга.

Анализ научно-методической литературы, включающий в себя мнения большинства ведущих специалистов по преодолению препятствий, свидетельствует о непрерывном

развитии и модификации в соответствии с современными требованиями системы подготовки спортивных пар.

С целью дальнейшего изучения и совершенствования методики подготовки спортивной пары «всадник-лошадь» в конкуре нами была поставлена задача: выявить основные качества, которыми должна обладать конкурная лошадь.

Преодоление препятствий относится к группе сложнокоординационных видов спорта, которая включает:

1) разнообразие программ различного уровня сложности в рамках одного соревнования;

2) новый подход к составлению (дизайну) маршрутов (предпочтение отдается маршрутам с плавными линиями, переменами направлений движения, удобными поворотами, позволяющим всадникам применять различную тактику, а также поддерживать постоянство ритма движения лошади);

3) конструктивное разнообразие отдельных препятствий и их связок (современные препятствия отличаются ярким и красочным дизайном, сочетают в себе сложность и одновременно повышенную безопасность при преодолении);

4) повышенные требования к уровню подготовленности спортивных пар, продиктованные изменениями и дополнениями в правилах проведения соревнований.

Методы исследования: анализ литературных источников и опрос тренеров.

Возрастающая сложность соревнований по конкуру требует наличия у лошадей определенных двигательных качеств и врожденных способностей.

Оценка экстерьера позволяет нам судить о перспективах молодой спортивной лошади в дальнейшей специализации в конкуре. Главными положительными качествами хорошей конкурной лошади являются сбитый костяк и четко выраженные углы задних конечностей. Если есть эти качества, то к другим недостаткам можно отнестись снисходительно. Будущая конкурная лошадь не должна иметь длинную (а тем более, мягкую) спину и поясницу. Лошадь по форме должна напоминать прямоугольник. Эти лошади имеют крепкую спину, что снимает часть трудностей при их подготовке.

Задние конечности должны быть четко выражены в суставах и хорошо подведены под центр тяжести лошади. Голень должна быть длинной и косо располагаться к седалищной кости, скакательный сустав не должен быть прямым. Строение шеи имеет большое значение при обучении лошади. Идеальной является длинная шея с сильной верхней мускулатурой, гармонично суживающаяся к голове.

К категории экстерьерных недостатков можно также отнести неидеальное строение холки. Желательна хорошо выраженная холка с постепенным переходом в спину – благодаря этому седло лучше лежит и не связана работа шеи. Для конкурриста этот недостаток не так важен. Перестроенность также не имеет значения, в отличие от лошадей для выездки. Наконец, важным обстоятельством является рост лошади, хотя есть исключения из правил, когда шансы на высокие результаты в большом спорте есть и у некрупных лошадей.

Перспективная лошадь для конкура должна обладать хорошим качеством движений на всех аллюрах. Особое внимание следует уделить галопу. Галоп является основным аллюром в преодолении препятствий. Поэтому галоп конкурной лошади должен быть ритмичным, плавным и «шарообразным». Лошадь от природы должна подставлять далеко под центр тяжести внутреннюю заднюю ногу, а также энергично отталкиваться от почвы. Лошадь с таким галопом несет себя сама и всаднику намного легче заниматься ее подготовкой. Резвость зависит от длины маха на галопе. Молодые лошади с длинным темпом галопа, когда еще боятся прыгнуть издали, часто делают длинный темп и встают непосредственно перед барьером. В конкуре более резвы те лошади, которые обладают частым (с длиной темпа от среднего до короткого), очень энергичным галопом.

Оценка двигательных качеств позволяет судить о прыжковых задатках молодой лошади. Преодоление препятствий предъявляет особые требования к силе, прыгучести и гибкости лошади [2].

В первую очередь конкурная лошадь должна обладать достаточной силой (мощностью) прыжка, чтобы преодолевать препятствия. Но высота прыжка зависит не только от его силы. Большое значение имеет способность в момент отталкивания как можно быстрее разгибать задние ноги (быстрота движения – прыгучесть), чтобы придать телу необходимое ускорение. Медленная работа мышц-разгибателей может обеспечить даже при большой силе лишь относительно небольшую высоту прыжка.

Сила прыжка не должна ослабевать после нескольких прыжков на маршруте, она должна сохраняться до конца соревнований, а при необходимости ее должно хватить еще на одну или несколько перепрыжков. С этой способностью мы уже познакомились как с прыжковой выносливостью.

Результат соревнований может быть невысоким, если лошадь плохо галопирует. Недостаточная резвость при прохождении паркура увеличивает время выполнения упражнений. Вот почему необходимо вырабатывать способность лошади сопротивляться утомлению не только повторением прыжков, но и сокращением времени движения между препятствиями. Эту форму выносливости называют скоростной выносливостью.

Многие конкурные лошади при хорошей высоте прыжка и выносливости недостаточно сгибают ноги. Следовательно, хорошая лошадь должна обладать еще оптимальной подвижностью, большой амплитудой движений ног. Это качество является в значительной степени природным и трудно поддается тренировке.

Подвижность суставов и гибкость спины и шеи (так называемый баскюль) являются необходимым условием при обучении технике прыжка. Гибкость надо развивать специальными гимнастическими упражнениями для мышц, которые участвуют в выполнении движений при прыжке и выезде лошади.

Однако всех этих способностей лошади еще недостаточно для успеха. Своеобразная конструкция препятствий, трудные интервалы между отдельными препятствиями в системах требуют от нее дополнительных, приобретаемых практикой двигательных навыков.

Главная задача тренировки в преодолении препятствий состоит в том, чтобы выработать у лошади надежную технику прыжка. Базирующаяся на классической выезде управляемость должна помочь ей в приобретении этой техники преодоления препятствий [1].

Наряду с высокой техникой прыжка, лошадь должна обладать чувствительными конечностями, чтобы гарантировать чистоту преодоления препятствий.

В заключение следует отметить, что высокий уровень развития современного конкурра диктует определенные требования как к качеству спортивных лошадей, так и к строгой системе подготовки спортивной пары. При выборе молодой лошади для дальнейшей специализации в конкуре мы руководствуемся, во-первых, экстерьерными данными, и во-вторых, физическими задатками лошади, такими как сила, прыгучесть и гибкость, и только грамотно построенный процесс базовой подготовки позволит улучшить и развить природные способности лошади.

Дальнейшее развитие природных способностей конкурной лошади, систематизация знаний и опыта отечественных и зарубежных специалистов являются предметом наших дальнейших исследований, конечной целью которых является разработка системы базовой подготовки спортивной пары в конкуре, а также составление плана тренировочных занятий.

1. Конный спорт: пособие для тренеров, преподавателей, коневодов и спортсменов / под ред. Э. Эзе: пер. с нем. Д.Я. Гуревича. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 255 с.

2. Миклем, У. Верховая езда: полное руководство / Уильям Миклем: пер. с англ. С.Л. Баскиной. – М.: «АСТ-Астрель», 2005. – 400 с.

3. Тренировка и выездка лошадей / Авт.-сост. С.М. Волынский. – М.: ООО «АСТ»; Донецк: «Сталкер», 2004. – 285 с.