

Конный
спорт

М. Ф. МОИСЕЕВ-ЧЕРКАССКИЙ
ЗАСЛУЖЕННЫЙ МАСТЕР СПОРТА

Конный спорт



ГОСУДАРСТВЕННОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
«ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ»
МОСКВА 1955

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Общая часть	5
Движение лошади	5
Равновесие лошади	13
Посадка и приемы управления лошастью	19
Научное обоснование подготовки спортивной лошади	37
Подготовка молодой лошади	77
Предварительная работа с молодой лошастью	81
Предварительная подготовка молодой лошади к работе в поле	89
Выработка полевых качеств молодой лошади	121
Дурные привычки лошади и борьба с ними	143
Подготовка спортсмена-конника и его лошади к преодолению препятствий	151
Правильная посадка при преодолении препятствий	151
Обучение спортсмена-конника преодолению препятствий	166
Методика усовершенствования мастерства спортсмена-конника	185
Обучение лошади преодолению препятствий	202
Выбор и подготовка лошади к рекордным прыжкам. Посадка ездока	222
Выбор и подготовка лошади к барьерным скачкам и стипль-чезу. Посадка и управление	229
Подготовка спортсмена-конника и его лошади к всесоюзным и международным состязаниям	248
Подготовка спортсмена-конника и его лошади по конному многоборью	248
Подготовка спортсмена-конника и его лошади по выездке	282
Подготовка спортсмена-конника и его лошади к преодолению особо повышенных препятствий	300

М. Ф. Моисеев-Черкасский «Конный спорт»

Редактор Л. Г. Трипольский
Художественный редактор А. Е. Золотарева
Переплет художника Н. П. Лобанева
Технический редактор М. П. Манина
Корректор А. И. Соловьева

Сдано в набор 28/II-1955 г. Подписано к печати 1/VI-1955 г.
Формат 84×108^{1/32}. Объем 5,125 бум. л. 16,81 печ. л. 20,5 физ. л.
17,09 уч.-изд. л. 40668 зн. в 1 печ. л. Л-40671. Зак. 1929
Тираж 3500. Цена 7 руб.

Издательство «Физкультура и спорт»
Москва, М. Гнездииковский пер., 3

Отпечатано с готовых матриц в типографии им. Смирнова,
г. Смоленск. Заказ № 7258

ВВЕДЕНИЕ

Среди многочисленных видов спорта, которыми занимается молодежь нашей страны, видное место принадлежит конному спорту. Конный спорт способствует разностороннему развитию организма человека, воспитывает в нем смелость, решительность, находчивость, наблюдательность, точность ориентировки, силу, выносливость, ловкость.

В нашей стране созданы все условия для занятий конным спортом. Открыты бесплатные конноспортивные школы и клубы, где учащиеся под руководством опытных тренеров овладевают мастерством. В их распоряжение государство предоставило высококачественных спортивных лошадей, специально оборудованные манежи и ипподромы, врачебно-медицинское и ветеринарное обслуживание.

Массовость конного спорта обеспечила широкие творческие возможности в области искания лучших методов и основ подготовки спортсмена и лошади. Дело в том, что конный спорт является одним из наиболее сложных видов спорта, где хорошей подготовленности самого спортсмена еще недостаточно. Для успешного выступления в состязаниях конник должен иметь отлично подготовленную лошадь. Все это требует от него при работе с лошастью не только большого труда, но и всесторонних теоретических и практических знаний по выездке.

Методы подготовки всадника и лошади, лежащие в основе этих знаний, были накоплены в результате многовекового опыта развития конницы. Советские конники отобрали все то лучшее, что было до них, создав таким образом советскую школу конного спорта.

Автор на основе своего личного опыта и опыта других советских конников, а также на основе критического анализа русской и зарубежной литературы дореволюционной

и послереволюционного периодов делает попытку изложить вопрос подготовки спортсмена и его лошади.

Подробно рассматривая поведение спортсмена и его лошади на всех стадиях различной подготовки в их закономерной последовательности, автор стремился теоретически обосновать все свои выводы и обобщения и привести их в строгое соответствие с современными практическими требованиями, предъявляемыми к спортсменам-конникам и любителям верховой езды. Чтобы не разбирать некоторые вопросы изолированно друг от друга, а, наоборот, осветить их в тесной связи как с подготовкой коня, так и с подготовкой самого спортсмена, потребовалось значительно расширить отдельные разделы.

Автор хотел дать такое пособие, которое могло бы быть полезным спортсмену-разряднику и тренеру.

Материал в книге излагается в порядке нарастающей трудности. Так, в начале пособия читатель найдет необходимые сведения о средствах управления лошадью, о посадке всадника, о движении и равновесии лошади.

Далее приводятся сведения по научному обоснованию подготовки спортивной лошади и рассказывается о подготовке молодой лошади.

Преодоление препятствий, как наиболее важная часть конного спорта, выделено в особый раздел. Подготовка лошади к преодолению препятствий уже требует от спортсмена особого умения. И здесь читатель прочтет, как овладеть этим умением. После того как спортсмен получил необходимые знания, он может начать подготовку лошади для прыжков. Материал по выбору и подготовке такой лошади дан в конце раздела по преодолению препятствий.

Последний раздел книги — о подготовке конника и его лошади к всесоюзным и международным состязаниям — рассчитан уже на опытного спортсмена-разрядника и мастера. В разделе рассматриваются те виды конного спорта, которые включены в программы всесоюзных и международных состязаний: многоборье, выездка и преодоление препятствий на Кубок СССР и Большой олимпийский приз.

Автор не претендует на исчерпывающее изложение поднятых им вопросов и примет с благодарностью все замечания и указания, которые, несомненно, помогут ему в его дальнейшей работе.

ДВИЖЕНИЕ ЛОШАДИ

Движение лошади совершается посредством работы ее мышц.

Работа и жизнедеятельность мышц лошади находятся в непосредственной зависимости от органов кровообращения, дыхания, пищеварения и от действия нервной системы.

Все виды движения, которые называются аллюрами, лошадь производит по диагоналям.

Аллюры подразделяются на естественные и искусственные. Естественные аллюры — шаг, средняя рысь, галоп, иногда иноходь — свойственны природе лошади, она передвигается ими инстинктивно, самостоятельно, без особого обучения.

Искусственные аллюры — такие, которыми лошадь приучена ходить с помощью специальных приемов выездки. К ним относятся: высокий собранный шаг, высокая сокращенная рысь, короткий манежный галоп и так называемые «мотивы высшей школы» (пассаж, пиаффе и пр.).

Человек, пользуясь природной способностью лошади к быстрому и длительному передвижению, должен изучить естественные аллюры, чтобы ясно представлять себе, какую резвость и в течение какого времени она способна развить, сколько сил затрачивается ею для этого. Человек должен уметь усовершенствовать аллюры, а также изучить посадку и управление лошадью, чтобы не только не мешать ей двигаться требуемым аллюром, но по возможности помогать. В этой книге дается краткий разбор естественных аллюров лошади.

Шаг — медленный низкий аллюр, на котором четыре конечности, следуя в своем действии последовательно друг за другом по диагоналям, поднимаются и ступают на землю порознь, причем слышатся четыре удара, которые раз-

делены равными промежутками времени (рис. 1). Движение шагом лошадь может начинать как с передней, так и с задней ноги. Поэтому шаг считается четырехтемповым диагональным аллюром, имеющим при движении шесть положений.

Первое положение: лошадь начинает движение и поднимает правую переднюю ногу. В это время она опирается на три ноги; опирание, таким образом, трехкопытное; центр тяжести тела передан влево-вперед (рис. 2).

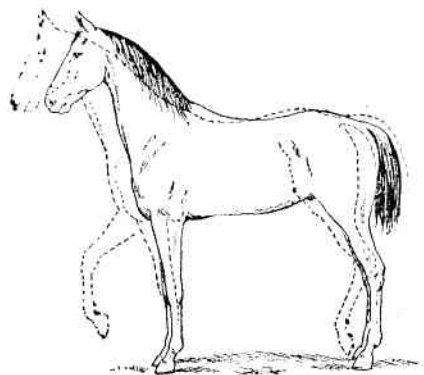


Рис. 1. Положение ног лошади при движении шагом

Второе положение: лошадь поставила правую переднюю ногу на землю. В это время в воздухе находится левая задняя нога. Снова лошадь имеет трехкопытное опирание — обеих передних и правой задней ног; центр тяжести тела передан вправо-вперед.

Третье положение: лошадь одновременно с опусканием на землю левой задней ноги поднимает левую переднюю. В это время она имеет двухкопытное опирание правой стороны; центр тяжести тела перемещен в крайнее положение вправо-вперед.

Четвертое положение: лошадь поставила левую заднюю ногу на землю, а левая передняя находится в воздухе. Животное в этом положении имеет трехкопытное опирание — обеих задних и правой передней; центр тяжести тела находится на правой стороне.

Пятое положение: лошадь опустила левую переднюю ногу на землю и подняла правую заднюю. Продолжая движение, она снова стоит на трех ногах — обеих передних и левой задней; центр тяжести тела передан влево-вперед.

Шестое положение: задняя правая нога только что двинулась вперед; одновременно с этим отрывается от земли правая передняя, освобождая место правой задней. Лошадь снова стоит на двух ногах левой стороны, а правые

подняты в воздухе; центр тяжести тела находится в крайнем левом положении.

Таким образом, движение на шагу происходит по диагонали: правая передняя — левая задняя, левая передняя — правая задняя. Опускание и поднимание ног совершается в разное время. Аллюр этот применяется в том случае, когда не требуется быстрой езды. Он служит также и для отдыха передышки или восстановления сил и расстроенного дыхания после усиленной работы. Скорость передвижения шагом 6—8 км в час.

Шаг должен быть смел, верен и просторен. Для того, чтобы развить у лошади просторный шаг, надо давать возможно большую свободу ее голове и шее.

Рысью называется двухтемповый диагональный естественный аллюр. На рыси лошадь поднимает одновременно две ноги по диагонали (накрест) и находится в подвешении при переходе с одной диагонали на другую (рис. 3). При этом слышно только два удара копыт. Движение —

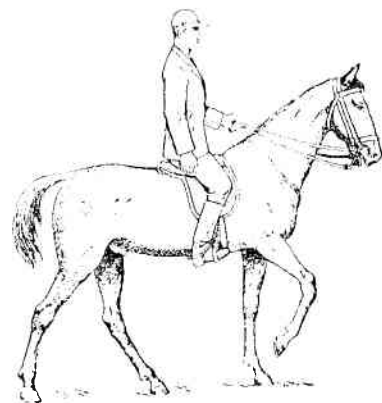


Рис. 2. Трехкопытное опирание лошади на шагу

ускоренное, в два раза быстрее шага. Рысь в зависимости от частоты (скорости перестановки ног и захвата пространства) бывает короткая — 1 км в 7—8 мин., средняя — 1 км в 5—6 мин. и широкая — 1 км в 3,5—4 мин.

На короткой рыси копыта задних ног при ступании на землю становятся сзади следа передних или на него.

На средней рыси задние копыта переступают след передних или пятками захватывают место переднего копыта.

На широкой (прибавленной) рыси задние копыта значительно переступают за след передних копыт (рис. 4).

При езде на рыси необходимо менять ногу облегчения, так как облегчение под одну диагональ влечет к переутомлению конечностей этой диагонали, и лошадь

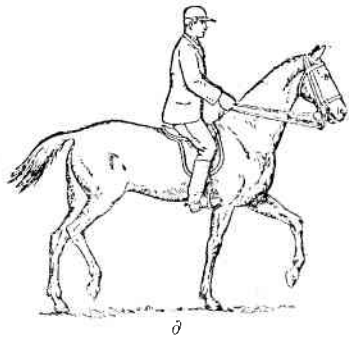
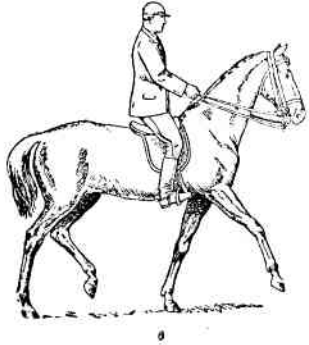
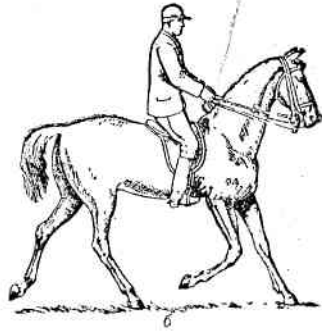
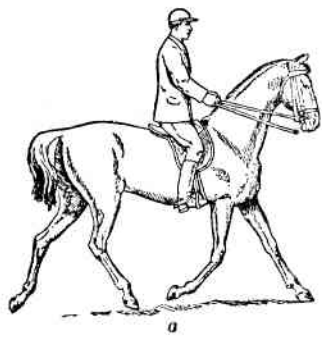


Рис. 3. Движение лошади на рыси

может преждевременно выйти из строя. При правильной подготовке средней рысью лошадь может идти, не чувствуя усталости и не задыхаясь, относительно долго (1—2 часа).

Короткая рысь бывает низкой, а остальные ее виды — высокой. Особенно велико бывает подбрасывание на широкой и на сокращенной рыси. Сокращенная рысь, требующая полного сбора и уравнивания на задних ногах, служит гимнастическим упражнением, на котором передние и задние ноги работают особенно энергично вверх.

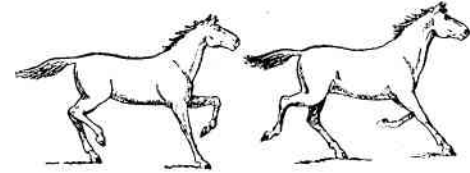
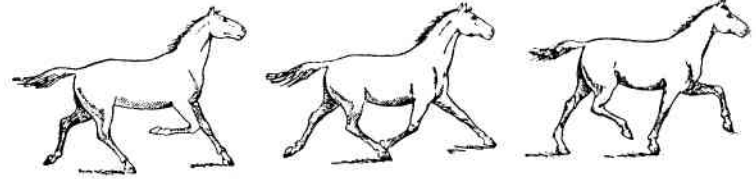


Рис. 4. Широкая рысь

Лошадь на такой рыси быстро устает из-за резких сгибаний позвоночника как в вертикальной, так и в горизонтальной плоскостях.

Ввиду естественности и отчетливости работы ног лошади на рыси и сравнительной легкости наблюдения за правильностью движения на этом аллюре рысь применяется при выездке в качестве основного аллюра.

Движение рысью и переход от одного вида ее к другому исключительно полезны для молодой лошади: они развивают у нее гибкость, мягкость движений, равномерную работу всех конечностей и правильное, целесообразное равновесие (рис. 5). При выездке наравне с сокращенной должна применяться и широкая рысь, которая служит гимнастическим упражнением и развивает те группы сочленений, которые не могут быть развиты при сокращенной рыси.

На рыси, как и на шагу, лошадь должна идти со свободной головой, не ложась на повод и не вися на нем, а глав-

ное — не пагая задними ногами на передние. Последнее свидетельствует о недостаточной гибкости лошади или же является следствием экстерьерных недостатков. В первом случае недостаток исправляется продолжительными репризами средней рыси с побуждением лошади шенкелями к мягкому упору в повод, но не скручиванием головы и шеи, как это иногда делают, так как при этом движения ног, особенно передних, будут еще более ограничены. Во втором

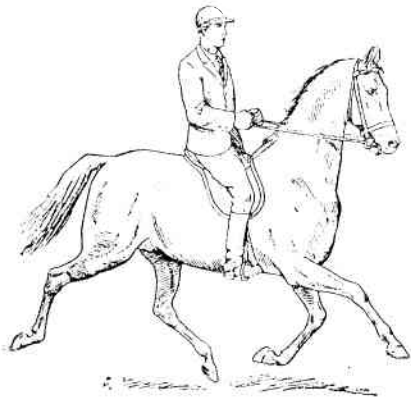


Рис. 5. Свободная рысь

случае лошадь не при каких способах езды идти легко, свободно и правильно не будет. Галоп — аллюр, на котором лошадь подается вперед плавными прыжками. Он, как быстрое движение, требует от лошади больших мышечных усилий, чем шаг и рысь. Галоп имеет трехтемповое диагональное движение и производится с правой и с левой ноги, в зависимости от того, с какой ноги лошадь начала идти. Галоп с правой ноги будет тогда, когда правая боковая диагональ находится впереди левой, галоп с левой ноги — когда левая боковая диагональ опережает правую.

При галопе с правой ноги в первом темпе лошадь опирается на левую заднюю ногу, три остальные находятся в воздухе. Центр тяжести перемещен на левую заднюю ногу вверх и вперед (рис. 6, а). Всадник в этот момент под влиянием сгибания позвоночника вследствие этого толчка как бы приподнимается в седле; на самом же деле из-за сгибания лошадь позвоночного вследствие этого толчка уходит вниз из-под седла ездока.

Во втором темпе лошадь передает центр тяжести на левую диагональ (левая передняя — правая задняя). Левая задняя нога в это время отделяется от земли. Центр тяжести перемещается вправо-вперед (рис. 6, б). Всадник в это время глубже опускается в седло.

В третьем темпе галоп продолжается с правой ноги, лошадь перемещает центр тяжести на одну правую переднюю ногу и опирается ею на землю, а три остальные находятся в воздухе (рис. 6, в). Всадник получает толчок под седлаице и как бы выбрасывается вверх-вперед.

На галопе лошадь должна ставить задние ноги в след передних. В этом случае она должна быть незначительно согнута в соответствующем боку (т. е. в том, с которого галопирует).

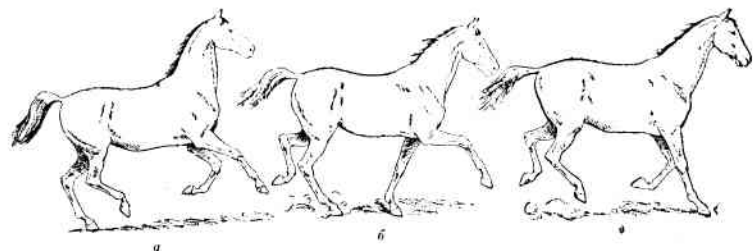


Рис. 6. Темпы галопы лошади:
а — первый, б — второй, в — третий

На галопе лошадь имеет: на первом темпе — однокопытное опирание задней ноги, на втором — двухкопытное опирание одной диагонали, на третьем — однокопытное опирание передней ноги, на четвертом темпе — подвисяние: лошадь оттолкнулась передней ногой и еще не подставила заднюю, все ноги находятся в воздухе, опирания нет совсем (рис. 7).

Неправильным называется такой галоп, в котором при езде на вольту у лошади наружная пара ног выносятся вместо внутренней: при повороте вправо лошадь идет галопом с левой ноги. Лошадь идет в «крест» («крестит»), когда она передними ногами идет галопом с правой, а задними — галопом с левой (рис. 8). Всадник при этом ощущает неприятные толчки в седло.

К а р ь е р — самый быстрый галоп, имеет те же четыре темпа, что и галоп, но неравных, ускоренных, почему часто слышится только два удара.

Галоп по скорости движения почти в два раза быстрее рыси (1 км в 2,5—3 мин.). При правильной подготовке средняя спортивная лошадь может без ущерба для здоровья беспрерывно идти галопом в течение 20—30 мин. Нагрузка

на конечности при галопе различна, поэтому одни из них обременяются больше, чем другие. Больше всего обременяется передняя нога разобщенной диагонали и задние,

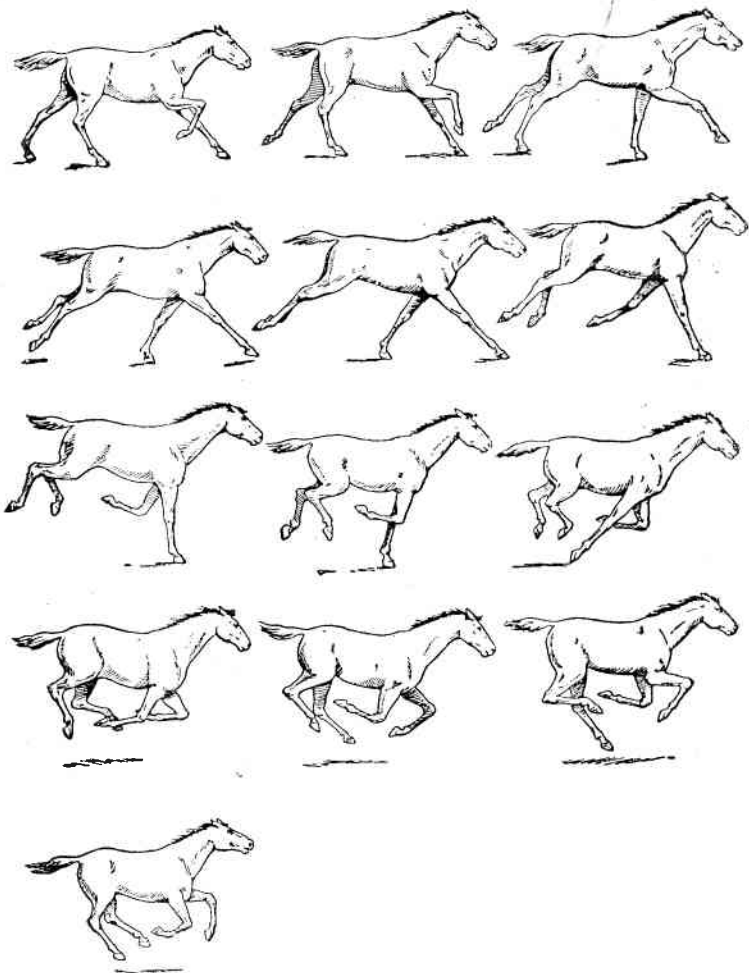


Рис. 7. Кинограмма галопа лошади

особенно та, которая работает одновременно со своей диагональной передней, т. е. при галопе с правой ноги — левая передняя и левая задняя. Поэтому при движении

галопом по прямому направлению следует через определенные промежутки времени работу конечностей чередовать, т. е. вести лошадь то с правой, то с левой ноги. Это будет не только равномерно распределять работу конечностей, но и сохранит силы лошади.

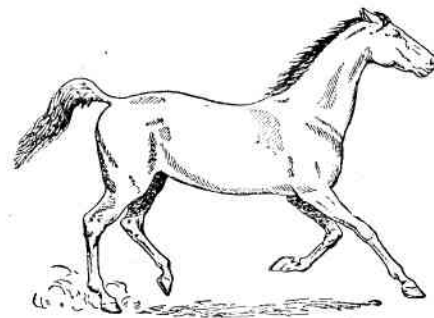


Рис. 8. Лошадь «крестит» на галопе

Правильно подготовленная лошадь должна галопировать с вытянутой, свободно опущенной головой и шеей и несобремененными задними ногами, свободно проталкивающими корпус животного вперед.

РАВНОВЕСИЕ ЛОШАДИ

Центром тяжести какого-либо физического тела называется средняя точка его веса. Центр тяжести всегда расположен ближе к наиболее тяжелым частям тела.

Лошади, как и всякому другому животному, от природы присуща способность уравнивать свое тело, инстинктивно перемещая его центр тяжести так, чтобы не терять устойчивости на ногах во время того или иного ее движения или положения. На месте, в покое, тело лошади поддерживается конечностями, которые служат точками опоры. Если соединить эти точки опоры (копыта) прямыми линиями, то образуется четырехугольник, который принято называть площадью опоры лошади. Последняя находится в устойчивом равновесии тогда, когда проекция центра тяжести ее тела падает в пределах площади опоры. Если же центр тяжести выйдет за пределы этой площади, животное упадет.

В случаях неустойчивого равновесия, т. е. при незначительных перемещениях центра тяжести за пределы площади опоры, лошадь бывает в состоянии возвратиться в устойчивое положение путем приложения своей мышечной силой, действующей в сторону, противоположную падению, если, конечно, этой силы будет достаточно. Чем более центр тяжести выведен за пределы площади опоры, тем больших усилий потребуются лошади для возвращения центра тяжести в пределы площади опоры.

Чтобы мысленно представить себе центр тяжести лошади, т. е. воображаемую среднюю точку, тело лошади, находящееся в состоянии покоя, можно мысленно расщепить в трех направлениях строго посередине: вертикальной продольной, горизонтальной и вертикальной поперечной (параллельно плечам). Точка пересечения этих плоскостей и будет искомая нами средняя точка, или центр тяжести. Эта точка будет находиться примерно под 8—9-м позвонком на высоте соколка.

Перемещение центра тяжести лошади как при стоянии на месте, так и в движении совершается последовательно и зависит от площади опоры, которая, в свою очередь, тесно увязана с изменениями позвоночника животного. Поэтому каждое положение тела последнего имеет свой центр тяжести. Все это достигается посредством сгибания и разгибания позвоночника лошади в различных его частях как в вертикальной (прямые сгибания), так и горизонтальной (боковые сгибания) плоскостях. Во время движения лошадь при помощи поясницы, головы и шеи перемещает свой центр тяжести то вправо, то влево и одновременно вверх-вперед и вперед-вниз. На ходу центр тяжести назад не отклоняется, что и придает плавность движению лошади. В противном случае оно было бы прерывчатым.

Правильное представление о местонахождении центра тяжести тела лошади позволит умело, соответственно движению ее, распределить вес на конечности, без излишнего обременения той или другой пары ног, независимо от того, будет ли это относиться к свободной лошади или находящейся под всадником. Иначе говоря, важно понимать работу суставов, конечностей и положение головы, шеи и спины лошади и наиболее выгодное для требуемой работы положение человека на ее спине.

Представленная самой себе, лошадь всегда находится в состоянии такого равновесия, которое больше всего соот-

ветствует ее потребностям в каждый данный момент. В различных условиях движения она самостоятельно приспосабливается к обстановке и инстинктивно управляет своим центром тяжести так, чтобы с возможно меньшим трудом и вредом для себя выполнить данную работу. Этим и определяется понятие о естественном равновесии.

Лошадь может находиться в трех основных видах естественного равновесия:

1) в равновесии на передней части корпуса, «на плечах», — когда она, например, циплет траву на пастбище, спокойно передвигается шагом, а также на полном махе галопа;

2) в среднем равновесии, «горизонтальном», — с почти одинаковым обременением тяжестью тела передних и задних конечностей: на небольшой рыси, на среднем галопе;

3) в равновесии на задней части корпуса, «на бедрах», — при подъеме на дыбы, на крутом повороте при быстром движении, при резкой остановке с большого хода, на коротком галопе и на всех искусственных движениях: например, сокращенная рысь, манежный галоп, пассаж, боковые движения и пр.

Двигаясь по местности с различной неровностью, лошадь применяет различные виды равновесия. Это особенно заметно при прыжках, когда она резко меняет виды равновесия. Так, при подходе к препятствию она передает вес корпуса на передние ноги; затем для поднятия передней части корпуса резко передает весь свой вес на заднюю часть; отталкиваясь задними ногами, лошадь снова стремится перебросить вес корпуса на передние; подвися над препятствием, она уравнивает себя на середине, а опускаясь вниз, снова передает тяжесть на передние ноги. Все это лошадь проделывает в чрезвычайно небольшой промежуток времени, пользуясь при этом свободными головой и шеей как своеобразным балансиrom и гибкими позвоночником и суставами конечностей, как пружинами.

Всадник независимо от его посадки, во-первых, повышает центр тяжести системы лошадь — человек, делая вследствие этого равновесие менее устойчивым, а во-вторых, увеличивает своим весом нагрузку на конечности животного. Оба эти обстоятельства требуют от лошади для обеспечения равновесия большей гибкости и развития мышц, связок и суставов, а также большей свободы движения головой.

Если всадник желает использовать всю природную свободу аллюров лошади и в то же время сберечь ее силы, он должен принять такую посадку, при которой его центр тяжести находился бы по возможности на продолжении

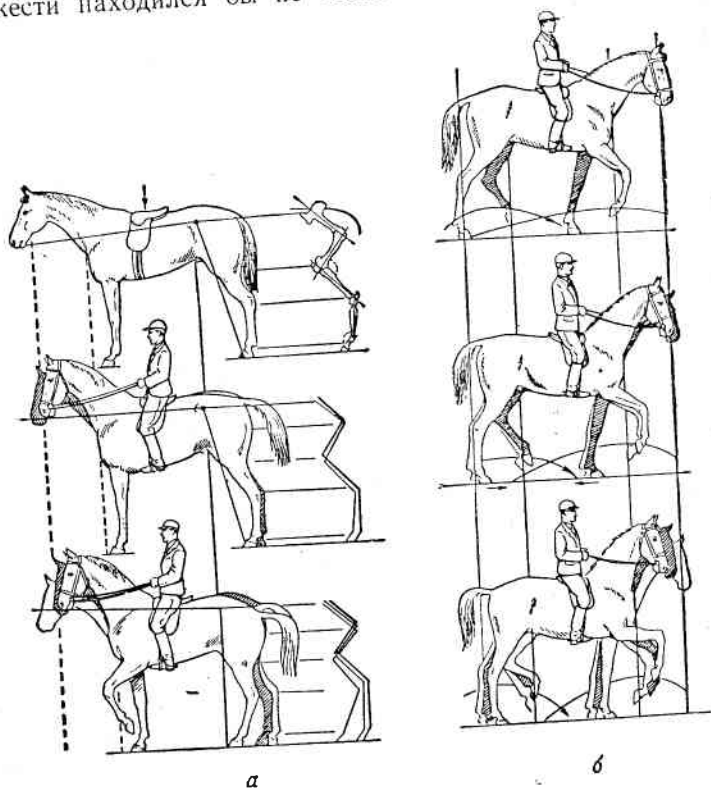


Рис. 9. Лошадь в сборе:
а — на месте, б — в движении

отвесной линии, проходящей через центр тяжести животного. Для того, чтобы сохранить в различных видах движений это совмещение на одной линии центров тяжести двух тел, необходимо постоянное их взаимное согласование, т. е. гибкость и эластичность посадки. Кроме того, чтобы не стеснить и не нарушить естественной свободы движения лошади, необходимо при этом мягкостью управления не препятствовать свободным движениям головы и шеи ло-

шади, сохраняя в то же время постоянное соприкосновение с ними — контакт. Способность лошади переходить из равновесия на передней части корпуса в равновесие на средней и на задней, т. е. способность ее как бы сокращаться, сжиматься, подобно пружине, называется сбором.

Сбор в зависимости от характера движений и рельефа местности, на которой лошадь производит работу, будет всегда различен. Естественным сбором, не обременяющим лошадь, не препятствующим свободе ее естественных аллюров, называется то более или менее собранное положение,

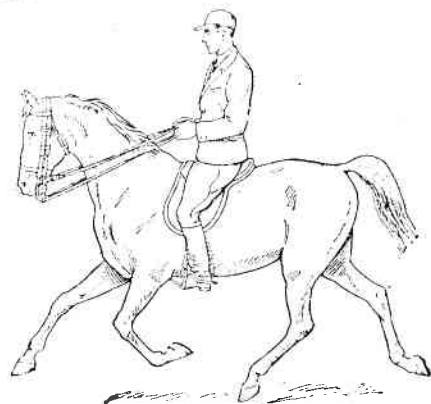


Рис. 10. Лошадь на широкой рыси

которое лошадь принимает самостоятельно в зависимости от требуемой от нее работы и условий местности (рис. 9, а и б). Подробнее об естественном сборе см. на стр. 269.

На шагу тело лошади производит небольшие горизонтальные и очень малые вертикальные колебания. Объясняется это медленностью ее хода. Колебательные движения спины при этом незначительны.

На рыси тело лошади будет иметь боковые перемещения, связанные с последовательным проталкиванием его вперед и в сторону накрест расположенных пар ног. Прямые перемещения (вертикальные) происходят вследствие сокращения и вытягивания тела лошади от последовательного сгибания и разгибания позвоночника при проталкивании тела диагоналями ног вперед. Колебательные движения спины при этом больше выражены, чем при шаге. Чем шире рысь, тем резче выражено колебание позвоночника (рис. 10).

На галопе будут незначительные боковые перемещения, тем менее заметные, чем быстрее галоп (следы правых и левых копыт стремятся сблизиться друг с другом). Прямые колебания увеличиваются вследствие быстрого сокращения и вытягивания тела от последовательных и сильных толчков конечностей при проталкивании его вперед. Колебания спины тем сильнее, чем резвее аллор.

Таким образом, становится ясным, какое огромное значение имеет правильная посадка спортсмена на лошади.

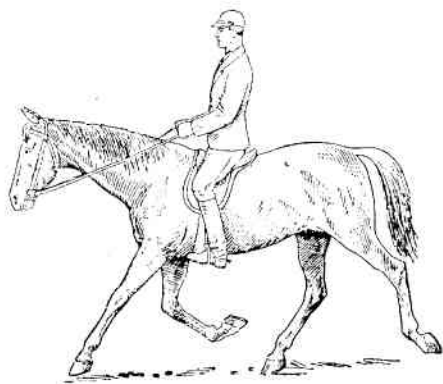


Рис. 11. Молодая лошадь под всадником

При неправильной посадке природное равновесие под тяжестью человека нарушается, молодая лошадь теряет легкость движений и уверенность и скоро устает (рис. 11). Чтобы облегчить лошади самоуравновешивание под тяжестью всадника и достигнуть при этом наибольшей свободы движений с наименьшей затратой мышечной и нервной энергии, а также сделать лошадь наиболее легкой и послушной в управлении, необходимо:

а) с помощью соответствующих упражнений гимнастировать позвоночник лошади как в вертикальной, так и в горизонтальной плоскостях;

б) развить мускулы и суставы грудной клетки, холки, передних ног, а также поясницы и задних ног, сделать их упругими и гибкими;

в) посредством развития мускулов головы и шеи укрепить шею и сделать ее устойчивой в холке;

г) приблизить при движении лошади кривую боковых колебаний центра тяжести к прямой, а вертикальные колебания — к площади опоры.

Перемещение центра тяжести, т. е. самоуравновешивание лошади, происходит при помощи подведения задних ног под туловище ближе к передним, что связано со сгибанием поясничных позвонков. Это вызывает также и соответствующее поднятие шеи в холке. Подведение задних ног и поднятие шеи не могут быть одинаковыми для всех лошадей вследствие разнообразия их экстерьера и его различных недостатков.

Хорошо сложенную лошадь с правильными задними ногами и хорошим поставом шеи останется лишь постоянными упражнениями сделать послушной воле человека, развить и укрепив ее природные качества.

От лошадей со слабой задней частью корпуса, с отставленными задними ногами, с низкой передней частью, низко поставленной шеей и другими недостатками, т. е. от лошадей плохого склада, не нужно требовать слишком многого. В этом случае целесообразнее предоставить самой лошади найти нужное ей равновесие под тяжестью человека.

ПОСАДКА И ПРИЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ЛОШАДЬЮ

ПОСАДКА

Правильная посадка при выполнении лошадью той или иной работы должна по возможности оказывать ей помощь с тем, чтобы всадник мог добиться максимального использования ее природных качеств. Поэтому современная посадка должна учитывать природные данные лошади.

Поясница и рот лошади — самые чувствительные части ее тела. Движениями свободной головы, шеи и поясницы она перемещает по мере необходимости свой центр тяжести, т. е. самоуравновешивается. Поэтому сидеть на лошади всегда нужно так, чтобы по возможности не мешать ей, не беспокоить и не обременять ее излишне, предоставляя ей самой находить выход из того или другого положения. Следовательно, правильной посадкой будет такая, которая обеспечивает всаднику свободу движений всех частей его тела, гибкость и непринужденность верхней части корпуса, правильное положение шенкелей, их чуткость, а также мягкость рук.

В движении центр тяжести лошади все время перемещается. Величина и характер этого перемещения зависят от сложения ее и аллюра, которым она идет. На положение центра тяжести лошади, естественно, влияет своим весом и всадник. Поэтому чем менее под влиянием его веса будет перемещаться центр тяжести лошади, иначе говоря, чем ближе будет расположен центр тяжести ездока к центру тяжести лошади, тем правильнее будет положение ездока.

Как было сказано выше, положение центра тяжести лошади изменяется от ее экстерьерных данных, аллюра и характера местности. Всадник должен обладать способностью улавливать эти перемещения и сопровождать мягким изменением положения верхней части своего корпуса все движения лошади так, чтобы по возможности не нарушать ее естественного равновесия. Посадка должна быть глубокой, крепкой и устойчивой при всех движениях лошади. Это основывается на правильном, плотном и неподвижном положении коленных суставов и внутренних сторон бедер всадника. Вместе с тем крепость посадки не должна зависеть от упора в стремя, ибо этот упор всегда должен быть незначительным и ни в коем случае не связываться с упором в повод.

Сидеть в седле нужно возможно ближе к передней луке, подав верхнюю часть своего тела от поясицы несколько вперед. Плечи всадника развернуты, грудь подана вперед, поясица несколько выгнута вперед с тем, чтобы, передав часть своей тяжести с седалища на колени, не давить на почки лошади.

Если поясица будет выгнута («выпущена») назад, то посадка получится неустойчивая, с главным упором на седалище, а потому некрепкая. При таком положении корпуса всадник будет удерживаться только балансом, так как седалищем держаться в седле нельзя. Шенкеля при выгнутой назад поясице подаются чрезмерно вперед, отдаляясь от боков лошади, причем колени уходят вверх. Все это уменьшает сцепление человека с лошадыю.

Голова должна быть свободно поднята. Руки, естественно опущенные и как бы падающие от собственной тяжести вниз, слегка согнуты в локтях, причем кисти должны быть гибки и подвижны, а кулаки некрепко сжаты. Руки все время должны следить за ртом лошади, сопровождая, если нужно, своим движением движение ее головы.

Бедра поданы вперед. Коленные суставы неподвижны (но не прижаты силой), нога от колена спущена свободно, без особого напряжения в коленном суставе и оттягивается вниз-назад так, чтобы носок был выше каблука. Носки в меру развернуты, что дает большую устойчивость посадке, так как при носке, направленном вдоль тела лошади, все три точки опоры одной стороны (седалище, колено и носок) будут находиться в одной вертикальной плоскости. Развернутый в меру носок получает точку опоры в другой плоскости, кроме той, которая проходит через седалище и колено. Устойчивость посадки увеличивается, усиливается и действие шенкелей.

Стремя должно пригнуться так, чтобы ездок, сидя в седле, мог свободно прогнуть поясицу вперед, перенеся этим часть тяжести своего корпуса с седалища на колени. При этом положении колени независимо от воли всадника сжимаются, что увеличивает устойчивость посадки. Держать стремя нужно на самой широкой части ступни, ближе к каблуку, причем упор в стремя должен быть самый незначительный. При такой посадке тяжесть всего тела человека опирается на три опоры на лошади — седалище, колени и стремя (рис. 12).

В зависимости от аллюра и местности, по которой движется лошадь, изменяется в основном положение верхней части корпуса всадника, ноги же всегда остаются в одном положении, а шенкеля верхней своей частью плотно лежат на боках лошади, готовые всегда выслать ее вперед, не сжимая, однако, лошадь без надобности. Чем быстрее аллюр, тем больше подается верхняя часть корпуса от поясицы вперед.

Так, посадка на шаг должна быть такой же, что и при стоянии на месте, так как перемещение центра тяжести в вертикальной плоскости небольшое. Боковое перемещение центра тяжести хотя и более значительно, но и оно не велико и не утомительно для человека. Посадка на сокращенной рыси глубокая, с наклоном верхней части корпуса вперед, чтобы смягчить удары в спину (позвоночник) человека. Необходимо при этом плотное прилегание коленей к седлу.

Подробно о посадке всадника на прыжке будет рассказано в разделе «Подготовка спортсмена-конника и его лошади к преодолению препятствий». Здесь мы расскажем лишь об основных положениях посадки.

При преодолении препятствий величина наклона верхней части корпуса всадника зависит от величины прыжка. Чем выше (шире) препятствие, тем больше наклон. Наклон верхней части корпуса необходим для того, чтобы не отстать

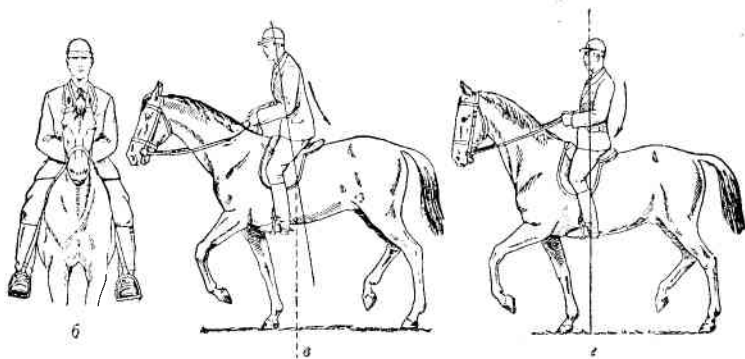
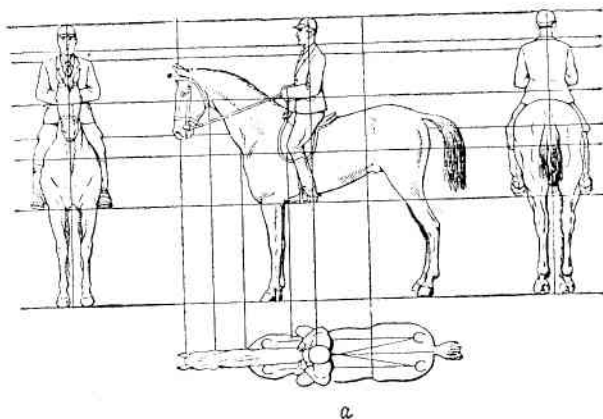


Рис. 12. Правильная посадка:

а — на месте (вид спереди, сбоку, сзади и сверху), *б* — правильное положение ног в стременах, *в* — в движении с оставленным седлащем, *г* — в движении с подобранным седлащем

от движения лошади, чтобы дать ей полную свободу повода, не теряя в то же время связи с ее ртом, и, наконец, чтобы обеспечить лошади свободу работы задней части корпуса.

При совершении прыжка корпус лошади как бы поворачивается (спереди назад и сзади наперед) вокруг вооб-

ражаемой горизонтальной оси, т. е. центра тяжести, опирающегося, в свою очередь, кривую над препятствием. Эта ось проходит через коленные суставы ездока, концы которых как бы закреплены наглухо.

Лошадь, совершая прыжок, производит различные движения, которые изменяют очертания ее фигуры. Эти движения и изменения не должны отражаться на посадке ездока. Он должен сохранять ее неизменной по отношению к горизонту, т. е. такой, какой она была до начала прыжка.

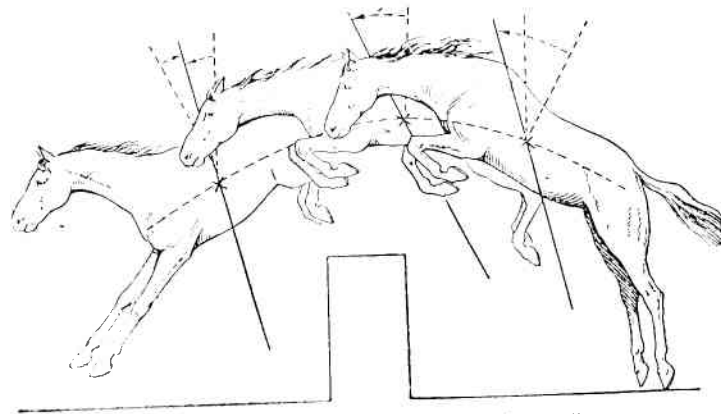


Рис. 13. Правильный прыжок лошади

В процессе прыжка лошадь как бы поворачивается у него между ногами. Поэтому при подъеме лошади на препятствие угол, составленный передней стороной верхней части корпуса ездока и верхней линией передней части корпуса, шеи и головы лошади, уменьшается. Угол же, заключенный между задней стороной верхней части корпуса ездока и верхней линией задней части корпуса лошади, увеличивается, седло уходит из-под седлаща вниз. При подвигании углы выравниваются и седло подходит под седлаще снизу. Затем в момент опускания лошади передними ногами на землю углы опять изменяются, но в обратную сторону, т. е. передний угол увеличивается, а задний уменьшается. Седлаще плотно упирается в седло. При таком положении центры тяжести ездока и лошади совмещаются на одной линии и находятся в наиболее близком положении по высоте один от другого. При этих условиях лошадь легче совершит прыжок (рис. 13, 14).

Для того чтобы не отстать от движения лошади на прыжке, необходимо слегка подать верхнюю часть корпуса от поясницы вперед и усилить упор на колени. Этим самым во время прыжка центр тяжести тела ездока передается вперед и приближается к центру тяжести лошади. Носки должны быть немного развернуты: это усилит шенкеля и увеличит сцепление с лошадыо. Такое положение нужно

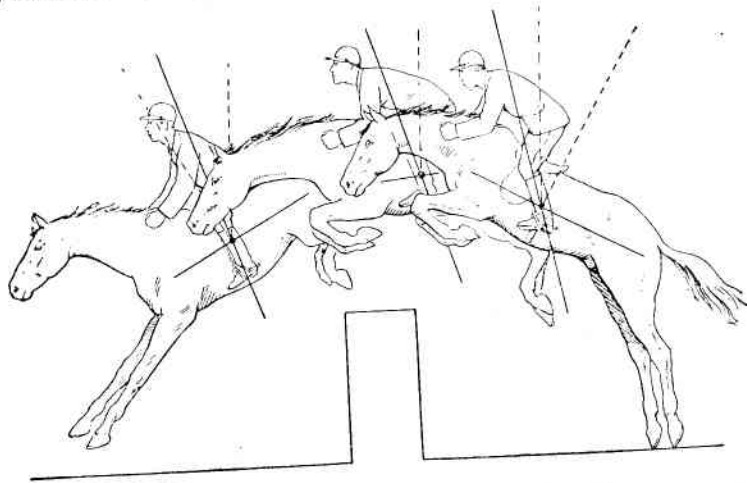


Рис. 14. Правильная посадка на прыжке

сохранить до момента опускания лошади задними ногами на землю, позади препятствия, после чего принимается первоначальная посадка (до прыжка).

Для того чтобы правильно сидеть при прыжке, нужно иметь неподвижную площадь опоры в седле. Эта площадь определяется стременами и ногами ездока — от икр через коленные суставы до бедра.

Стремена, как части неподвижного основания, должны находиться на широкой части ступни. Тяжесть тела должна передаваться в каблук. Последний устанавливается ниже ступни, и давление подошвы на стремя будет смягчаться пружинным действием голеностопного сустава. Это пружинящее действие возможно лишь при отсутствии напряжения в щиколотке и ступне. Кроме того, вес, давящий на стремя, должен распределяться так, чтобы внутренний край каблука был ниже наружного.

Положение ног должно быть таким, чтобы вес тела всадника почти вертикально передавался вниз на стремя. Если ноги подвинуты вперед, то всадник не сможет сохранить правильное положение верхней части корпуса и обеспечить должный упор на коленные суставы. В этом случае он вынужден будет опираться на стремена, представляющие пружину, которой он может быть выброшен вперед. Если же ноги будут отодвинуты больше, чем следует, назад, то при наклоненной вперед верхней части корпуса у ездока будут скользить колени, отчего шенкеля станут двигаться назад и вверх, что лишит всадника необходимой площади опоры.

Спокойная, гибкая посадка облегчает работу лошади, обеспечивает легкость и мягкость управления и экономит силы ездока. Грубая и беспокойная посадка приводит к излишнему утомлению лошади, которая вынуждена тратить свои силы не только на выполнение той или иной работы, но и на восстановление нарушаемого равновесия, на излишнюю борьбу с грубыми приемами управления. Все это ведет к притуплению чуткости лошади к средствам управления, а также к стеснению свободы движений ее головы и шеи.

ПРИЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ЛОШАДЬЮ

Правильное управление лошадыо должно быть простым и ясным. Оно требует, чтобы лошадь на посыл всегда отвечала спокойным движением вперед, а при сдерживании плавно сокращала темп своего движения и останавливалась, чтобы она легко поворачивалась в указанную ездоком сторону и полностью слушалась его.

Сущность управления заключается в передаче воли ездока лошади, т. е. в действиях, побуждающих последнюю к движению и указывающих ей направление и скорость движения. В то же время правильное управление предплагает сохранение свободы и самостоятельности лошади, необходимых для наиболее легкого выполнения того или иного движения.

Приемы управления лошадыо должны быть простыми, легкими и удобными для ездока, мягкими и понятными для лошади, однообразными.

Легче направлять и регулировать начатое лошадыо движение, чем побудить ее к нему, так как в движении развитая инерция уменьшает возможность сопротивления лошади

направляющим и регулирующим действиям, а чуткость и восприимчивость ее к средствам воздействия возрастают.

Средствами управления путем воздействия являются:

а) уклоны корпуса, которые предшествуют всем другим движениям, а также влияют на перемещение центра тяжести;

б) шенкели, которые побуждают к движению и поддерживают соответствующий темп;

в) руки, которые своим действием через повод на рот лошади указывают последнее направление движения и скорость.

Средства воздействия разделяются на активные (уклоны корпуса и шенкеля) и пассивные (руки). Правильность управления состоит в согласованном действии средств управления, сначала побуждающих — активных, а потом регулирующих и направляющих — пассивных. Поэтому всегда уклоны корпуса (от поясницы) действуют раньше шенкеля, а корпус и шенкель заставляют лошадь идти. Руки же окончательно уточняют скорость и направление движения.

Действие корпуса

Уклоны корпуса являются раздражителями, вызывающими со стороны лошади ответные действия — внимание, готовность к действию. Одновременно подача корпуса вперед освобождает задние конечности, что очень важно при движении резвыми аллюрами, так как подача корпуса вперед переносит центр тяжести ближе к передним ногам лошади и скорее способствует самоуравновешиванию ее на передней части ее корпуса, чем содействует скорости движения лошади вперед.

Уклоны корпуса при поворотах, заездах и вольтах часто незначительным перемещением (давлением) седла в седле с одновременным действием шенкелей указывают поворот или заезд и облегчают исполнение их. При замедлении движения и при остановках корпус уклоняется от поясницы также незначительно вперед с глубоким давлением седла в седло. Все действия корпуса должны быть согласованы с работой шенкеля; при этом условия управления облегчаются, приобретает мягкость, а лошадь получает ясные и отчетливые указания.

Действие шенкелей

Следующим средством воздействия на лошадь, побуждающим ее двигаться вперед, является шенкель. Шенкеля спортсмена являются внешними раздражителями, вызывающими со стороны лошади ответные действия — условный рефлекс к движению.

Положение шенкелей определяет способ воздействия их на лошадь. Для того, чтобы двинуть лошадь вперед, необходимо увеличить соприкосновение с ее боками, что достигается усилением нажима шенкелей. Плавность движения достигается постепенным, плавным нажимом шенкелей, причем его необходимо соотносить с темпераментом и степенью чувствительности лошади. Нужно избегать резких толчков, так как они вызовут соответствующее резкое движение лошади. Нажим шенкелей должен производиться сверху вниз, т. е. от коленных суставов, с постепенным усилением давления верхней части шенкеля. При необходимости давление распространяется на среднюю часть шенкеля. В случаях тупости лошади, замшки или стримелья действуют нижней частью шенкелей.

Как правильно нижняя часть шенкеля действует толчком. Если толчок будет зависеть от степени чувствительности лошади и ее реакции на толчок, поэтому действие нижней части может быть слабее или сильнее, вплоть до усиления этого действия резким ударом шпоры.

Действие шенкелей всегда должно быть однообразно и направлено для подачи лошади вперед. Такое действие шенкелей лошадь легко усваивает во всех видах движения как в начале, так и в продолжение его.

Всегда действуют оба шенкеля, хотя иногда с различной силой. Направлены они к выполнению какого-либо определенного упражнения. При поворотах внутренний шенкель давлением поддерживает движение вперед и не дает лошади валиться в сторону поворота, а наружный усиливает свое действие и давит немного сзади (по отношению к внутреннему), что дает ускорение движения наружному боку лошади и заставляет задние ноги двигаться по следу передних. Постоянное соприкосновение шенкелей с боками лошади играет роль предупредительного воздействия, дисциплинирует ее, а ездоку дает возможность своевременно предупредить своеволие или шалость лошади.

Действие поводьев

Назначение поводьев — направлять и регулировать движение лошади. Следовательно, поводья должны действовать только после корпуса и шенкелей и в тесной связи с ними. Спортсмен через повод связан с полостью рта лошади и работает им как раздражителем, вызывая со стороны животного открывание и закрывание рта.

Связь со ртом лошади должна быть постоянной и выражаться в большем или меньшем упоре лошади в повод, который не должен стеснять ее свободы. Это требует, чтобы седок имел всегда «мягкие» руки, подвижные и не напряженные суставы кистей, локтей и плеч. Никогда не следует дергать лошадь за повод, чтобы не причинить ни малейшей боли ее рту. Поэтому поводья никогда не должны болтаться или быть чрезмерно натянутыми.

Упор должен быть постепенным, ровным и мягким. Кисти рук при этом находятся у холки, руки в силу мягкости суставов и своей подвижности всегда следуют за всеми движениями головы и шеи лошади. Если лошадь трясет головой или раскрывает и кривит рот, поворачивает голову в сторону и т. п., упор удила постоянно должен оставаться одинаковым. Это возможно только при полной свободе плечевого и локтевого суставов. При этом лошадь, не ощущая боли или беспокойства во рту, быстро успокаивается и устанавливает шею и голову с легким и ровным упором в повод.

Различаются три вида упора: легкий, мягкий и сильный. Легкий упор достигается работой в манеже, является исключительно тонким и может применяться только тогда, когда лошадь имеет чувствительный рот и хорошо уравновешена.

Мягкий упор несколько более сильный, чем легкий. Он необходим в полевых условиях на более быстрых аллюрах или при преодолении препятствий. Однако надо всегда следить, чтобы этот упор не был слишком сильным, так как в полевых условиях и на прыжках необходимо, чтобы лошадь сохраняла естественное равновесие.

Сильный упор применяется на всех быстрых аллюрах (например, на скачках). Лошадь быстро воспринимает этот упор на галопе во время тренинга.

Характер упора зависит от работы лошади. Поэтому выражение «в поводу» может применяться как при легком, так и при сильном упоре.

Не следует смешивать понятие лошадь «в поводу» с понятием лошадь «тянет», которое означает, что лошадь ускоряет аллюр и всаднику, чтобы удержать его, требуются большие физические усилия. Также не следует смешивать понятия «лошадь, легкая в поводу» и «лошадь за поводом». В последнем случае речь идет о такой лошади, которая отделяется от повода.

Как правило, высота положения кистей рук зависит от положения головы лошади. Чем выше лошадь несет голову, тем ниже должны быть кисти рук.

Лошадь, сохранившая энергию, всегда стремится идти вперед, а поэтому, естественно, будет опираться на повод. При полевой езде нужно следить, чтобы этот упор был постоянно в полной связи с движением лошади, так как она, стремясь вперед, легче переносит ошибки управления. Естественное равновесие дает лошади уверенность в ее движениях и будет также способствовать облегчению управления.

Лошадь, двигаясь со свободно вытянутой шеей, с упором на удила, с освобожденной поясницей и в естественном равновесии, уверенной в своих движениях, вся находится в равновесии с шагом. Она окажет сопротивление лишь в тех случаях, когда каким-либо образом нарушается ее естественное равновесие или стесняется свобода движений, что бывает при чрезмерно поднятой голове и согнутой шее, при одновременной задней части корпуса и чрезмерно натянутом поводе.

При движении шагом лошадь должна иметь свободный повод и не ощущать ни малейшего давления удила. Она должна иметь возможность свободно покачивать головой в такт движению, смотреть по сторонам и полностью располагать головой и шеей. Поэтому для того, чтобы иметь широкий, производительный шаг, необходимо сохранять только минимальное соприкосновение со ртом лошади.

На рыси лошадь только тогда свободно и легко подается вперед, когда ее голова и шея не скручены поводом и в меру вытянуты. На рыси мускулы шеи напряжены в соответствии с напряжением передних ног. Эти мускулы поддерживают голову, вытянутую вперед дальше, чем на шаг, с тем, чтобы иметь просмотр для движения и для наиболее свободного дыхания (это не относится к учебной и сокращенной рыси). При движении рысью лошадь ищет опоры на повод с тем,

Разбор повода

Для облегчить работу мускулов шеи, и ездок должен обеспечить ей эту опору, сохраняя таким образом силы шеи и увеличивая продолжительность ее работы.

Упор, необходимый на рыси для каждой лошади, требует мягкой и подвижной рук. Кроме того, руки должны сопровождать колебания головы лошади, если же она будет сокращена, то это невыгодно отразится на естественности движения лошади.

Длина повода на галопе должна сообразоваться с положением шеи и головы лошади. При движении галопом голова и шея лошади еще больше вытягиваются, и мускулы, поддерживающие голову, напрягаются тем больше, чем быстрее аллюр. Такое положение головы и шеи лошади обеспечивает ей свободу и удобство движений, которые на том аллюре должны быть наиболее производительны. При этих движениях лошадь с целью облегчения напряжения мускулов охотно упирает на удила. Неопытный ездок часто в таких случаях прибегает к поводу как к средству, помогающему удерживаться в седле, забывая о правильных приемах прочности посадки, положении коленей и о мягкости повода.

Мягкость повода, а отсюда и рук при движении галопом надо понимать не только как работу одних кистей (как это наблюдается в манежных условиях), но и как совокупность работы мускулов рук, спины и ног. Поэтому при полевой езде понятие «мягкости» повода нельзя отождествлять с понятием «шелковый мягкий повод». Сила натяжения может колебаться от одного до нескольких десятков килограммов, о мягкости, т. е. умение держать лошадь и управлять ею, должна быть сохранена. Такой мягкости управления можно достигнуть только при поводе, который дает возможность лошади упереться в него и соответствует силам самого ездока. В то же время повод не должен препятствовать удобству выхаживания и положения гортани лошади и свободной работе мускулов ее шеи.

Иначе говоря, нужно всегда иметь достаточно длинный повод. Неопытный всадник, привыкший к тому же к езде в манеже, как правило, при езде в поле старается всегда при переходе с шага на рысь и с рыси на галоп укоротить повод, т. е. стремится взять голову лошади поближе к себе, чтобы легче было управлять. Это одинаково вредно как для лошади, так и для ездока.

Для правильного управления лошадию существует несколько способов разбора поводов.

Разбор повода при езде с уздечкой

При езде с уздечкой повод может находиться в одной и в двух руках.

Разбор повода в одну руку применяется, когда другая должна быть свободна. Если повод удерживается в одной руке, он разбирается следующими способами:

а) поводы разделяются: левый мизинцем и безымянными пальцами, правый — указательным и средним пальцами. Концы их проходят через ладонь вверх и зажимаются указательным и большим пальцами (рис. 15); б) левый повод входит в ладонь со стороны мизинца, а правый — со

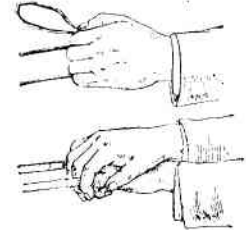


Рис. 15. Разбор трехзельных поводов в одну руку

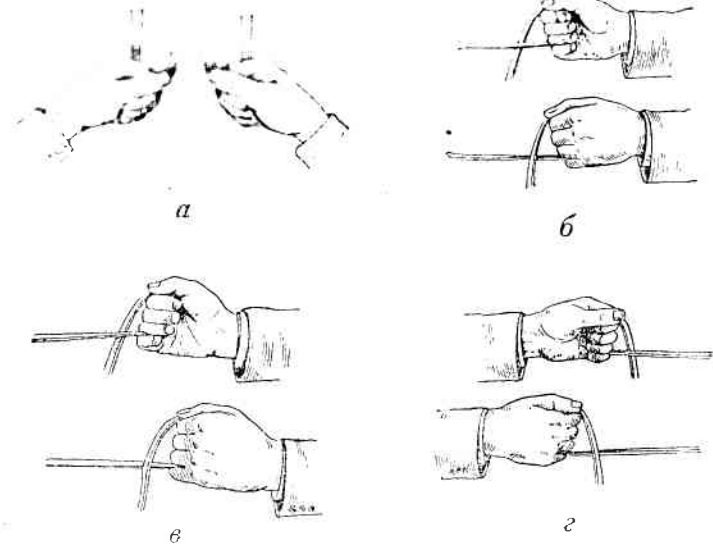


Рис. 16. Разбор трехзельных поводов в обе руки по-учебному:

а — поводы свободны, б — повод набран, в — левый повод набран, г — правый повод набран

стороны указательного пальца «вперемычку» и зажимаются кистью.

В две руки повод разбирается также двумя способами:

а) левый повод берется в левую, а правый — в правую руку, повод пропускается в кулак между мизинцем и безымянными пальцами и выходит между указательным и большим пальцами — по-учебному (рис. 16);

б) повод разбирают в обе руки: каждый повод пропускается со стороны мизинца по ладони через обе руки «вперемычку» и зажимается большим и указательными пальцами. Этот способ разбора применяется на скачках и при преодолении препятствий (рис. 17).

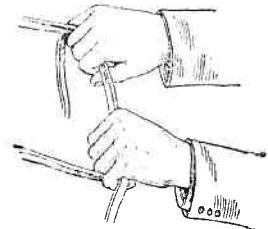


Рис. 17. Разбор трензельных поводьев в обе руки по-скаковому

держится ногтями вниз, левый мундштучный повод проходит под мизинцем, правый — между безымянным и средним пальцами, а оба трензельных повода — между указательным и большим пальцами; правая рука сверху положена на левую (рис. 18).

При разборе, когда кисть руки держится ногтями вниз, а повода проходят между пальцами, можно несколько укорачивать правые или левые повода поворотом кисти, или большим пальцем, или мизинцем на себя, однако поднять или опустить голову лошади переходом от давления на трензель или мундштук нельзя.

В этом отношении гораздо лучше разбирать повода в одну руку, когда кисть руки стоит вертикально, левый мундштучный повод проходит под мизинцем, правый — между средним и безымянными пальцами, концы мундштучных поводьев проходят сквозь кулак и прижаты большим пальцем. Оба трензельных повода лежат по кисти сверху вниз, прижатые большим пальцем (рис. 19).

При таком разборе поводьев спортсмен, двигая рукой только в кисти, может, во-первых, отработать повод в случае унора в него лошади переводом давления с трензеля

на мундштук, а, во-вторых, поворачивая кисть погтями вверх и вниз, надавливать то на правый, то на левый мундштучный повод. Кроме того, путем передачи правого трензельного повода в правую руку можно очень быстро перейти к разбору трензеля в обе руки или разобрать отдельно мундштучные и трензельные повода.

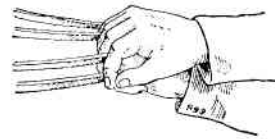


Рис. 18. Разбор поводьев при езде с мундштуком в одной руке — кисть ногтями вниз



Рис. 19. Разбор поводьев при езде с мундштуком в одной руке — кисть вертикально

Для разбора поводьев в обе руки существует четыре способа: 1) мундштучные повода держатся в левой руке, трензельные — в правой; кисть левой руки — вертикально, правой — ногтями вниз и над левой рукой — по-манежному (рис. 20);

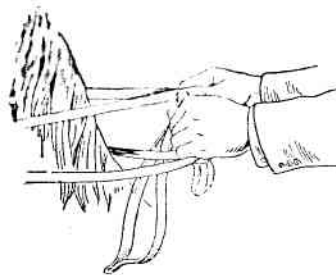


Рис. 20. Разбор поводьев по-манежному

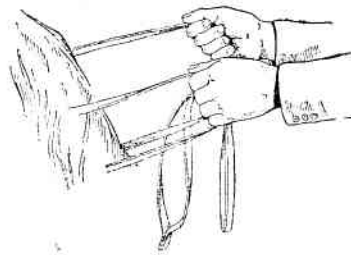


Рис. 21. Разбор поводьев по-учебному

2) оба мундштучных повода и один трензельный находятся в левой руке, один трензельный в правой руке — по-учебному (рис. 21). Этот способ разбора поводьев применяется, когда нужно дать лошади постановление.

В этих двух способах рекомендуется правый мундштучный повод пропускать между безымянным и средним пальцами, т. е. мундштучные повода разделяются двумя пальцами, чем облегчается работа отдельно правым или

левым поводом, чего нельзя делать при разделении поводев одним мизинцем;

3) правые поводыя расположены в правой руке, левые — в левой, причем мундштучные пропускаются под мизинцем, а трензельные — поверх указательного пальца. Таким способом поводыя разбираются тогда, когда нужны более сильные действия каких-нибудь одних поводев (правых или левых), например если лошадь не слушается спортсмена, не хочет идти на препятствие;

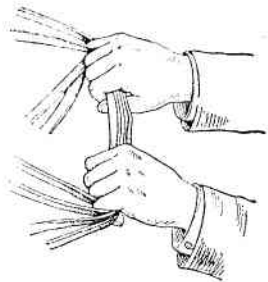


Рис. 22. Разбор поводев на скачках и преодолении препятствий

4) поводыя разбираются в обе руки; каждая пара поводев (мундштучные, трензельные) разделяется мизинцами; этот способ разбора применяется на скачках и во время преодоления препятствий (рис. 22).

Если правая рука спортсмена не занята, пужно всегда держать поводыя обеими руками, так как только в этом случае можно верно и чутко вести лошадь.

Из этого не следует, конечно, что спортсмен не должен уметь ездить с поводом в одной руке. Однако он должен помнить, что ездить так можно лишь на совершенно выездной лошади.

Шпоры и хлыст

Шпора служит для усиления действия шенкеля, а если необходимо, то и средством наказания лошади (рис. 23).

Применяются шпоры с колющим и простым репейком. Предпочтение нужно отдавать последним. Умение спортсмена в том и заключается, чтобы путем последовательного чередования более слабых и сильных нажимов, а иногда и ударов шпорой заставить лошадь реагировать именно на слабое действие шенкеля и шпоры. Начиная работу с езды без шпор, можно подготовить отдельные возбудимые экземпляр лошадей, совсем не прибегая к помощи шпоры. Для лошадей же более флегматичных — тормозного типа — шпора, безусловно, необходима. Но как бы слабо лошадь ни реагировала на действие шенкеля, можно всегда обойтись без острой шпоры.

Роль шпоры в основном сводится к сосредоточению внимания коня на действиях шенкеля: в случае замедления или отсутствия ответа на действие последнего нужно применить шпору. Изю дня в день повторяя это наказание, всадник, в конце концов, добьется чуткого и быстрого ответа на шенкель. Если же сразу, не действуя шенкелем, прибегать к шпоре, то лошадь будет отвечать лишь на нее, не обращая внимания на шенкель.

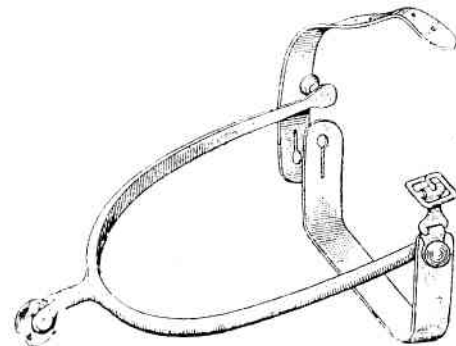


Рис. 23. Шпора

Длина шенкеля шпоры должна соответствовать длине ноги всадника. Всадник высокого роста должен пользоваться шпорами с длинными шенкелями, а невысокого — с короткими.

Большую роль в управлении лошадью действием шпоры играет неподвижное крепление ее на сапоге. Дело в том, что, управляя лошадью, всадник разнообразит сигналы, даваемые своими ногами, или по силе воздействия раздражителя на ее бок (более или менее сильный нажим шенкеля), или по месту его приложения.

Опытами на собаках академик И. П. Павлов, применяя раздражения к различным выстриженным участкам кожи, установил, что условный рефлекс, получаемый прикосновением к определенному месту кожи, от прикосновения к соседнему не вызывается.

Отсюда ясно, что двигающаяся по сапогу шпора соприкасается с боком лошади в неопределенных, разных местах. Добиться при этом определенных, строго разграниченных ответов от лошади нельзя. Здесь же кроется одна из причин

того, что лошадь, выезжаемая одним всадником, не выполняет сразу требований другого, шенкель и шпора которого будут действовать в новом месте.

Чтобы закрепить шпору, на подборе сапога необходимо иметь кожаный нашпюрник, который не будет давать ей опускаться вниз. При таком способе крепления и при правильно пригнанном верхнем ремне шпоры последняя сидит на ноге совершенно неподвижно.

Хлыст также является одним из средств управления (рис. 24). Он должен быть жестким, чтобы прикосновение его воспринималось лошадью как шенкель, но не щекотало ее бока.

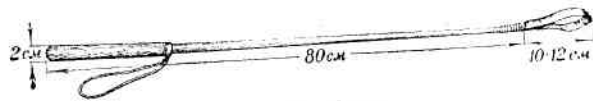


Рис. 24. Хлыст

В основном хлыст нужен при работе с лошадью в руках, когда он заменяет шенкель, а также тогда, когда нужно наказать лошадь, а действия шенкелей недостаточно. Удар хлыста для наказания упрямящейся лошади, а также для усиления шенкелей должен быть сильным, наносится по боку лошади позади шенкелей. Один сильный удар хлыстом может действовать эффективнее, чем несколько слабых.

По мере совершенствования выездки лошади всадник может отказаться от хлыста, чтобы иметь большую свободу рук. Хлыст надо брать лишь, когда от лошади можно ожидать сопротивление или когда надо исправить ошибку, например после закидки на препятствие. Здесь нужно сильное воздействие, чтобы пресечь раз приобретенную дурную манеру.

Надо всегда помнить, что удар хлыста вызывает бурную реакцию общего возбуждения лошади, задерживающую ответы на другие раздражители до того момента, как она пройдет. Ничто так не вредит выездке, как избивание копыта сердца хлыстом по чему попало и не вовремя.

Седло

Седло должно быть удобным для лошади. В основном это сводится к тому, чтобы оно не вызывало потертостей спины. Седло должно также быть удобным и спортсмену как в усло-

виях манежа, так и в поле, на всех аллюрах и в особенности при преодолении препятствий.

Следующее требование, которому должно отвечать седло, — это быть дешевым в изготовлении, но при условии, чтобы оно имело необходимую прочность и нарядность.

Конструкция строевого седла не соответствует этим требованиям, ибо оно несколько приподнято над спиной лошади. Эта приподнятость, естественно, приподнимает и центр тяжести всадника, что вызывает большое утомление лошади.

Кроме того, наличие у строевого седла погнутой крыши затрудняет действие шенкеля, так как спортсмен с короткими ногами зачастую только с большим усилием

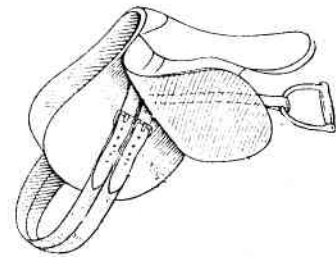


Рис. 25. Спортивное седло

может доставать бока лошади нижней частью ноги. При более сложной выездке, а также при напрыгивании и при работе на резвость, когда равновесие лошади и точность в применении посылов имеют решающее значение, эти недостатки выступают еще резче.

Поэтому для индивидуальной работы, особенно на молодой лошади, всегда нужно отдавать предпочтение спортивному седлу, как менее другому удаляющему центр тяжести всадника от центра тяжести лошади (рис. 25).

НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОЙ ЛОШАДИ *

При подготовке спортивной лошади вся работа с ней должна базироваться на научной теории и на практическом применении обоснованных этой теорией приемов. Между тем вся имеющаяся по вопросу подготовки лошади литература в основном сводится к описанию только приемов выездки. Некоторые старые авторы (Боше, Филлис и др.) пытались объяснять поведение лошади, но, как правило, впадали в ошибку, отождествляя ее с человеком, т. е. рассматривали поведение лошади с точки зрения психологии человека.

* Научное редактирование этого раздела осуществлено доктором биологических наук профессором А. Г. Васильевым.

Попытка подойти к разрешению этого вопроса с позиции физиологии была сделана Н. С. Черепановым в брошюре «Основы эксплуатации коня в физиологическом понимании» (1926 г.). Но основная задача его работы — освещение эксплуатации коня — не позволила автору более подробно остановиться на вопросах, имеющих отношение к выезде.

Несмотря на недостатки, работы старых авторов в свое время сыграли большую роль в вопросах выезда молодой и спортивной лошади.

При создании настоящего учебного пособия автор в основу всесторонней подготовки спортивного коня стремился положить современные научные достижения в области физиологии и главным образом учение о высшей нервной деятельности животных, разработанное академиком И. П. Павловым и его учениками.

Несмотря на то, что И. П. Павлов всю свою работу по изучению нервной деятельности животных строил на опытах с собаками, общие выводы, сделанные им на основе его трудов, применимы ко всем животным, в том числе и к лошади. Поэтому человек, имеющий некоторый опыт в подготовке спортивной лошади, найдет в трудах И. П. Павлова богатый материал для уяснения интересующих его вопросов.

Основной задачей данной главы и является применение павловского учения о высшей нервной деятельности к вопросу подготовки спортивной лошади.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О РАБОТЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ЛОШАДИ

Правильная постановка научнообоснованной подготовки спортивного коня требует знаний по анатомии, изучающей главным образом строение внутренних и наружных частей животного организма, и по физиологии, изучающей закономерности работы всех этих частей, включая и закономерности взаимоотношений организма с внешней средой, т. е. отдельный раздел физиологии — учение о высшей нервной деятельности.

Выше уже говорилось о невозможности решать вопросы мозговой деятельности лошади путем навязывания ей мышления, как это объясняли старые авторы, исходя из некоторого внешнего сходства в поведении животного и человека. Эти вопросы можно решить только физиологически.

Все ответные действия лошади, или рефлексы, осуществляемые посредством ее нервной системы, можно разделить на четыре группы: пищевые, оборонительные, половые и ориентировочные.

Рефлексом мы называем свойство живого организма превращать нервное возбуждение, вызываемое изменением внешней или внутренней среды, в изменение деятельности мышц или желез. Нервная система организма животного является осуществляющим механизмом, регулирующим эти ответы, или рефлексы. Чувствительные нервы, идущие с поверхности тела животного, являются проводниками к нервным центрам, по которым и передается внешнее раздражение. Эти центры, в свою очередь, получают раздражения от чувствительных нервов, снабженных воспринимающими аппаратами — органами чувств, дают сигнал двигательным нервам, вызывающим то или другое действие мышц.

Такой путь, проходимый раздражением, называется «рефлекторной дугой». Целостность последней необходима для сохранения рефлексов.

Каждое животное, в том числе и лошадь, рождается с целым рядом уже готовых рефлекторных дуг. Такая врожденная реакция организма животного на внешние раздражители и названа И. П. Павловым «безусловным рефлексом».

Безусловные рефлексы организма животного действуют в указанных выше четырех направлениях.

Но если бы организм реагировал только на непосредственно действующий раздражитель, он бы неминуемо погиб. Ему необходимо заранее получать сигналы о приближении благоприятных или неблагоприятных изменений среды; необходимо образование временных связей, имеющих значение безразличных раздражителей, с раздражителями безусловными. Органом образования временных связей у высших млекопитающих, а следовательно и у лошади, является кора больших полушарий головного мозга.

Она-то и дает лошади возможности накапливать и сохранять «опыт» и образовывать «навыки», или, иначе говоря, приобретать и образовывать временные связи. В силу их временности И. П. Павлов предложил называть их «условными» рефлексами в отличие от врожденных «безусловных».

Безусловные рефлексы отличаются машиннообразным характером: вслед за раздражением неминуемо следует ответная реакция. Органом, осуществляющим двигательные безусловные рефлексы, является спинной мозг, а

органом, регулирующим сочетание и согласованность отдельных частей организма, — продолжение спинного мозга в головном мозгу — мозговой ствол, подкорковые узлы и мозжечок. Эти отделы центральной нервной системы у некоторых видов к рождению животного в основном уже заканчивают свое развитие. Поэтому безусловные рефлексы сосания, стояния, ходьбы можно наблюдать у жеребенка сразу же после рождения. Вследствие этого налицо оказывается у него и имеющий в будущем очень важное значение рефлекс преодоления неустойчивости.

Кроме врожденности, характерными чертами безусловных рефлексов являются их приспособленность, определенное значение для организма и согласованность отдельных частей организма. Так, тот же рефлекс преодоления неустойчивости состоит не из одного какого-либо движения, а из многих: одновременного переступания конечностей, усиления напряжения (тонуса) одних конечностей и ослабления других, изменения положения головы и т. п., причем он имеет огромное значение для организма, так как без него жеребенок не мог бы двигаться. Вместе с тем он приспособлен для сохранения устойчивости (равновесия) именно у лошади, так как для сохранения равновесия другому животному приходится совершать движения, отличные от движений лошади, т. е. он представляет не только врожденное приспособление, но и приспособление видовое.

Хотя выше указывалось, что безусловные рефлексы машинаобразно следуют за своим раздражителем, однако так происходит лишь в том случае, если организм осуществляет только один безусловный рефлекс. Если же организм должен ответить на действие нескольких раздражителей, безусловные рефлексы, вызванные ими, мешают друг другу, тормозят друг друга. У лошади это торможение выражено особенно резко. Как известно, закрутка, наложенная на верхнюю губу или ухо лошади, тормозит ее ответы на болевые раздражения, чем и обеспечивается спокойное стояние животного при ковке и других болезненных или устрашающих воздействиях.

Но безусловные рефлексы в чистом виде могут осуществляться только один раз. Когда жеребенок впервые поднимается на ноги и от шатания его органы равновесия — полукружные капалы во внутреннем ухе — посылают в мозг сигналы о неустойчивом положении, жеребенок двигает конечностями, осуществляя чисто безусловный

рефлекс. Затем к нему присоединяются раздражения кожи и мышц, идущие из других областей, которые, предшествуя безусловной реакции, становятся ее дополнительными условными раздражителями, всегда подкрепляемыми ею. Такие рефлексы, в которых раздражитель постоянно сочетается с безусловным раздражителем, И. П. Павлов назвал естественными условными рефлексами. Все дополнительные раздражители, предшествующие успешному преодолению создавшейся у жеребенка неустойчивости и идущие главным образом от мышц, с одной стороны, шлифуют рефлекс, а с другой — делают его согласованным естественным условным рефлексом, заранее преодолевающим еще только намечающееся положение неустойчивости.

Как указывалось, органом образования условных рефлексов является кора полушарий головного мозга. Животное, лишенное полушарий головного мозга, лишается всех условных рефлексов и перестает вырабатывать новые рефлексы и новые движения. Например, нормальная собака сразу переходит к хождению на трех ногах, если ей повредить одну ногу. Даже если ей повредить две ноги, она приобретает новый способ передвижения. Но, если у собаки удалить кору мозга, а потом нанести подобные повреждения, она уже ничему не сможет научиться.

Но как же происходит образование условных рефлексов?

Лошадь, идущая первый раз на корде и не испытывавшая действия непосредственного раздражителя — удара бича, не реагирует на его подъем или опускание. Но после того, когда лошадь испытала на себе удары бича, достаточно одного показа бича в руке человека, как лошадь ускоряет аллюр. Такой новый вид ответа и будет условным рефлексом, зависящим от переменного условия — связи с непосредственным раздражителем. Теперь лошадь как бы «знает», что за колебанием бича последует удар. Такой вид рефлекса может быть обусловлен не только видом бича, но и другим раздражителем — звуком. Если мы действие бича будем сопровождать каждый раз каким-либо звуком, то условный рефлекс получится в дальнейшем от применения только одного звука. Так лошадь начинает реагировать на подаваемые голосом команды.

Следовательно, для того чтобы раздражитель или возбудитель рефлекса, т. е. вид бича или звук голоса, начали оказывать действие на коня, нужно применять их перед или даже почти одновременно с действием непосредственного

раздражителя, в данном случае — удара бичом. Эта связь между раздражителями может быть получена и после одного удара, однако чаще ее добиваются применением бича несколько раз.

Кроме положительных условных рефлексов, сигнализирующих о необходимости производить движение, также важно выработать противоположные им, отрицательные, или тормозные, рефлексы, которые сигнализируют организму о необходимости остановить движение, не производить его. Так, звук голоса: «Шагом!» — становится условным раздражителем перехода из рыси на шаг, если это слово сначала сопровождается горизонтальными движениями корды, препятствующими бегу лошади. Если на слово «рысью» лошадь двигается рысью, а на слово «шагом» идет шагом, значит, она выработала навык дифференцировать эти раздражители. Но если мы будем останавливать ее при каждом появлении тренера, то она скоро перестанет двигаться в момент его появления, следовательно, вид тренера будет условным тормозом для ее работы.

Дифференцировочное и условное торможения относятся, как говорил И. П. Павлов, к торможению внутреннему. Но, кроме внутреннего, имеется и торможение внешнее. Оно проявляется и на безусловных реакциях в виде тормозящего действия других одновременно действующих безусловных рефлексов. Одной из их групп или форм, как указывалось, является ориентировочный рефлекс, или рефлекс на новизну. Он обладает очень сильным тормозящим действием на все остальные безусловные рефлексы животного, а особенно на рефлексы условные, как менее стойкие.

Все новое, что лошадь еще не испытала в своей жизни: ощущение нового непривычного грунта в манеже, цвет его стен, лучи света из окон или от ламп, звук в большом, пустом помещении и т. д. — сразу же вызывает действие врожденного безусловного ориентировочного рефлекса. Известно, что вызванный рефлекс затормаживает все остальные. Поэтому, вводя лошадь в новый для нее манеж, нужно дать ей осмотреться, угасить ориентировочный рефлекс на новые неожиданные, невиданные ею предметы, ничем не угрожающие ее существованию, и только после этого приступать к работе с лошадью. В противном случае ориентировочный безусловный рефлекс, как более сильный, естественно, затормозит условные рефлексы, вновь приобретенные предыдущей работой с конем.

В отношении своего ориентировочного рефлекса лошадь отличается от собаки. Собака на каждый новый раздражитель реагирует двояко, так как он может оказаться сигналом не только приближающейся опасности, но и приближения добычи, пищи, а также приближения другой собаки, от которой надо защищать найденную пищу, или свою охотничью территорию, или логово. Поэтому при ориентировочном рефлексе собака не убегает, а, насторожив уши и припнувшись, выжидает, убежать ей или самой переходить в нападение, драться или встречать дружелюбно. Лошадь нападать не на кого и нечем, как нечем и незачем защищать свою территорию, так как корм ее всегда находится под ногами. Поэтому каждое новое изменение внешней среды заставляет лошадь убегать, не ожидая усиления его воздействия. Все это делает ориентировочный рефлекс собаки действительно ориентировочным, а при уменьшении тормозящих раздражений — исследовательским, у лошади же он носит чисто оборонительный характер. Понятно, что оборонительные реакции у нее носят преобладающий характер, а пищевые как бы отодвигаются на второй план. Это же заставляет нас выезжать лошадь именно при помощи оборонительного безусловного рефлекса.

Но работа головного мозга животного не ограничивается лишь образованием условных рефлексов, она заключается еще и в регулировании этих рефлексов в зависимости от обстановки. Раздражения, поступающие извне в кору головного мозга, возбуждая определенную ее часть, затормаживают одновременно другие части коры. Таким образом возбуждение, возникающее от болевого ощущения, может затормозить возбуждение, возникающее от ощущения зрительного. Так, лошадь, испугавшись незнакомого предмета, бросается в сторону, но под действием шенкеля продолжает движение вперед. В данном случае действие шенкеля затормозило действие раздражения от вида незнакомого предмета.

Возвращаясь к торможению, необходимо коснуться угасания условных рефлексов, как одного из видов торможения.

Если после установления у лошади условного рефлекса начать действовать исключительно только одним условным раздражителем, то со временем этот условный раздражитель перестанет оказывать свое действие. Так, лошадь, привыкшая менять аллюры при работе на корде от голоса, требует время от времени показа, а иногда и удара бича, чтобы

эти команды голосом не утратили своего действия. Это и есть закон угасания условного рефлекса и восстановления его путем возвращения к непосредственному раздражителю.

Основное условие для получения нужного нам рефлекса — это полное однообразие применения раздражителя. Так, если однажды мы вызвали движение лошади вперед путем легкого ровного нажима обоними шенкелями через крылья седла, то такой же нажим нужно применять и в последующем. И если лошадь устремляется вперед только от того, что мы разобрали поводья, то необходимо ее удерживать и двинуть вперед опять-таки шенкелями, иначе в следующий раз уже не шенкель, а разбор может стать сигналом движения вперед.

Те условные рефлексы, которые воспитываются при непосредственной связи с основным раздражителем, называются условными рефлексами первого порядка. Например, вид движения бича связан непосредственно с чувством боли от него. Далее, движение бича, но уже без ударов по лошади несколько раз связывают со звуком голоса и на основе этого воспитывают условный рефлекс — на голос. Новый рефлекс будет условным рефлексом второго порядка. Он останется таковым до тех пор, пока его не подкрепят ударом бича, т. е. безусловным раздражителем.

Таким образом у лошади воспитывается способность различать раздражения путем таких постоянных «поправок», которыми нужные ответы организма подкрепляются, а нежелательные, вызываемые не только случайно, но и намеренно, затормаживаются, посредством чего степень подготовки лошади и доводится до совершенства. Этим путем вырабатываются в лошади способность дифференцировать раздражения и в зависимости от этого и дифференцировать ответы на раздражители, иначе говоря, у нее вырабатываются определенные «навыки». Таким образом, та часть подготовки лошади, которая касается вопросов подчинения ее воле спортсмена, и сводится к выработке положительных и отрицательных условных рефлексов.

Но если при дрессировке других животных раздражители этих рефлексов будут качественно различными, то при подготовке лошади мы имеем дело главным образом с раздражителями, различающимися по своей силе, причем очень часто сильная и слабая степень одного и того же раздражителя становится безусловным и условным раздражителями одного и того же рефлекса. Так, сильное натяжение поводьев

действуя на язык и беззубый край рта, вызывает остановку лошади безусловным путем; легкое же, едва заметное натяжение поводьев вызывает остановку ее условным путем. При этом надо иметь в виду, что спортсмен все время имеет возможность переходить от одной степени раздражения к другой, т. е. в случае отсутствия ответа на условный раздражитель он может тотчас же подкрепить его количественно возрастающей силой безусловного раздражителя.

Нужно помнить, что лошадь выезжают в основном на оборонительном безусловном рефлексе. Поэтому лучшим поощрительным средством будет прекращение действия раздражителей — корпуса, шенкеля и повода. Средством, указывающим на неправильный ответ лошади на раздражение, является гневная интонация голоса, время от времени подкрепляемая болевым ощущением — толчком шпорами, ударом бича и т. п.

Постепенно воспитываемые условные рефлексы, в конце концов, укрепляются, делаются прочными, или, как говорил И. П. Павлов, «задолбленными», так что они сами начинают тормозить неожиданные, нежелательные всаднику ответы организма лошади. Можно привести много случаев, когда, например, лошадь после известного периода подготовки при виде лежащего на земле незнакомого предмета, боясь его, под давлением шенкелей, дрожа, переходила через него.

Воспитывая у лошади нужные условные рефлексы, спортсмен должен помнить, что одним из важнейших факторов успеха является необходимость давать чувствовать лошади, когда она правильно отвечает на применяемое воздействие и когда неправильно, и в случае ошибки резко приостанавливать ее ответ. Такой метод работы основан на определенном физиологическом явлении, так называемой индукции, которая может быть положительной и отрицательной.

Оно состоит в том, что при возникновении возбуждения в какой-либо точке головного мозга в силу отрицательной индукции вокруг этой точки возникает зона торможения. И обратно — при возникновении торможения вокруг точки, заторможенной в силу положительной индукции, возникает зона возбуждения.

Здесь мы имеем дело с индукцией одновременной, но существует и последовательная индукция, проявляющаяся в том, что участок мозга, подвергшийся торможению, легче после этого поддается возбуждению и наоборот, что

имеет значение в случае, если лошадь вяло отвечает на воздействие всадника. Для получения желаемого эффекта нужно прекратить на некоторое время воздействие, заняться после этого другими упражнениями, а потом снова повторить воздействие на как бы освеженный торможением, а на самом деле находящийся под влиянием положительной индукции участок коры головного мозга. Частое повторение одного и того же приема, частая смена раздражений, когда организм лошади еще не отчетливо усвоил предыдущее упражнение, ведет к срыву работы.

Установка и распределение по коре полушарий головного мозга раздражительных и тормозных состояний, происшедших в определенный период под влиянием внешних и внутренних раздражений, при однообразной, повторяющейся обстановке все более закрепляются, совершаясь легче и автоматичнее. Таким образом, в коре получается динамический стереотип, поддержка которого требует от лошади все меньше первичного труда. Стереотип же становится косным, часто трудно изменяемым и преодолеваемым новой обстановкой, новыми раздражениями.

Поэтому гораздо легче научить лошадь новому приему, чем исправить неверно усвоенный.

Все неправильно усвоенное лошадью при первоначальном обучении создает несовершенный стереотип, на исправление которого непроизводительно будут затрачиваться труд и время.

Дело в том, что кора головного мозга является как бы экраном, отражающим в себе приходящее извне возбуждение. При этом получаемое раздражение не остается неподвижным в данной точке, а как бы разбегается, иррадирует по коре головного мозга от центра к периферии, как волны от брошенного в воду камня, после чего, угасая, возбуждение снова концентрируется в первоначальной точке. При этом частое повторение возбуждения заставляет ускорять процесс иррадиации (распространения) и концентрации (собирания).

Таким же образом по радиусам от точки раздражения распространяются и торможения, причем в случае охвата торможением всей поверхности полушарий мозга наступает сон, являющийся высшей степенью тормозного процесса. Во время сна происходит отдых всей нервной системы.

Из всего сказанного следует, что кора головного мозга никогда не бывает в полном равновесии. В ней все время

происходит смена раздражений, причем все время одно раздражение или торможение доминирует над другим.

При этом более сильный раздражитель заставляет волны раздражения расходиться более интенсивно и может захватить всю кору головного мозга, когда она не в состоянии отвечать на другие раздражители.

Когда спортсмен, потеряв терпение, начинает избивать палкой лошадь, не разбираясь, где будет нанесен удар, он этим не помогает усвоению лошадью желаемого приема, а; наоборот, отодвигает момент усвоения на более или менее продолжительный период времени, так как вызванное нестерпимой болью сильное раздражение парализует все остальные положительные и тормозные раздражители.

Случай, когда от неумелого одновременного использования повода и шенкеля лошадь, как мы говорим, становится «за повод», вполне научно обоснован: торможение доминирует над раздражением.

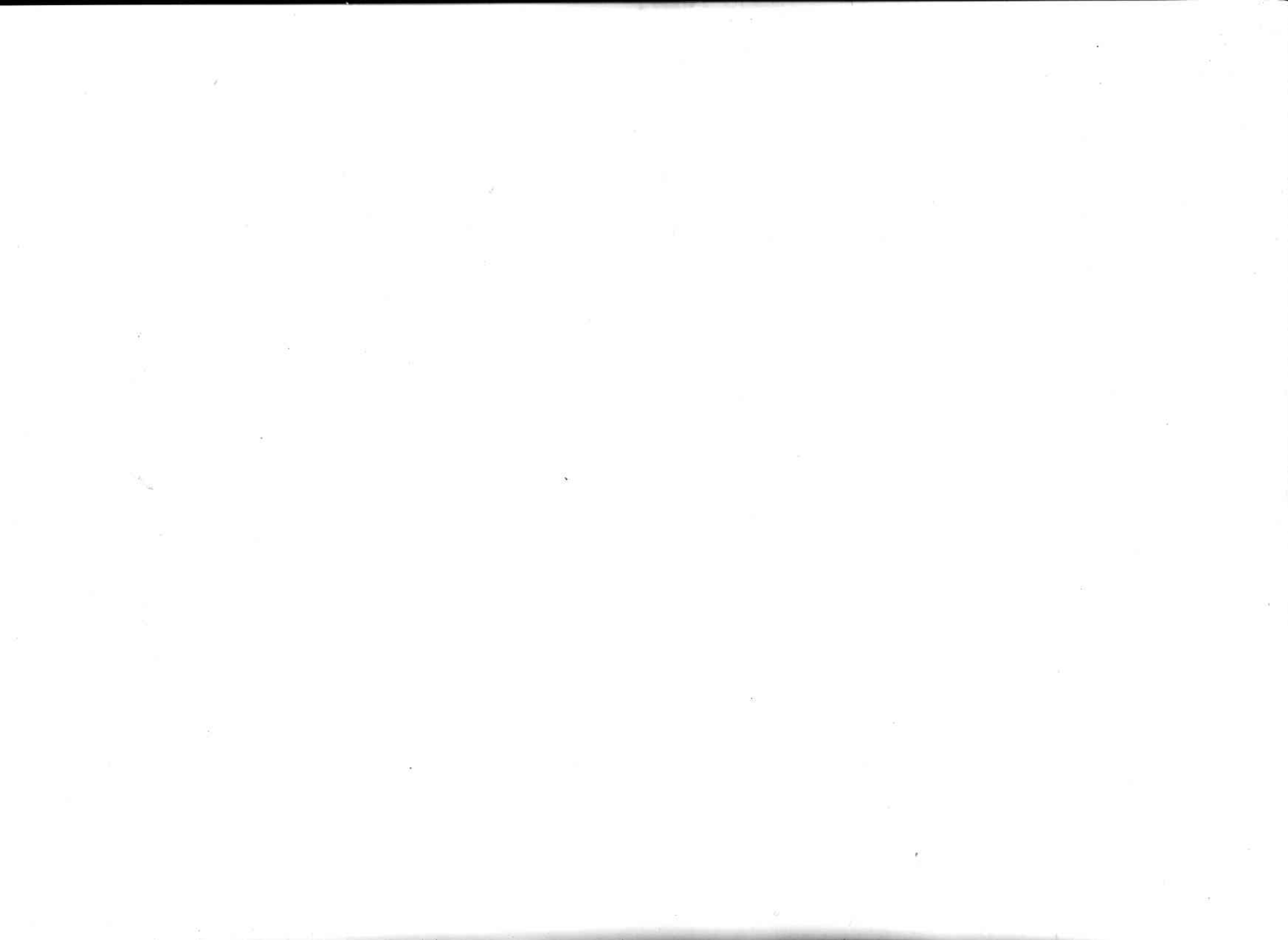
Организмы различных лошадей, с которыми приходится иметь дело при их подготовке, обладают разной степенью возбудимости и торможения. Иначе говоря, степень иррадиации и концентрации возбуждений и торможений у каждого организма различна. То же самое наблюдается и у собак. На основании анализа этих особенностей и возникло учение И. П. Павлова о типах нервной деятельности животных.

В настоящее время почти нет исследований, посвященных типам нервной деятельности лошадей, — исследований, основанных на лабораторных данных, поэтому не будет большой ошибки, если мы приблизительно проведем аналогию между этими, хотя все же различными, видами животных и, основываясь на учении и опытах академика И. П. Павлова, а также используя свои многолетние наблюдения над поведением лошади, попытаемся дать отправную пометку для разрешения этого вопроса.

КЛАССИФИКАЦИЯ ЛОШАДЕЙ ПО ТИПАМ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основное различие в высшей нервной деятельности собаки и лошади заключается в разнице их естественной «экологии»*, в том, что собака — животное хищное, а ло-

* Экология — наука, изучающая взаимоотношения организмов с окружающей средой.



шадь — травоядное. Не могут не влиять на высшую нервную деятельность лошадей и принадлежность их к потомству западной или восточной лошади, а также условия существования.

Прирученная человеком собака использовалась и используется до сего времени в основном в целях сторожевой службы, охоты, а иногда и как средство передвижения. Следовательно, по характеру эксплуатации ее она не отрывается от непосредственной борьбы за существование. Что касается лошади, то человек с древнейших времен использует ее как тягловую силу в мирных и военных условиях.

Приручив лошадь, человек старался облегчить ей борьбу за существование, постепенно улучшая условия ее быта. Значительная часть современных нам лошадей выращена в условиях культурного коневодства, при котором основной стимул борьбы за существование — борьба за пищу — отсутствует.

Отняв у лошади один из важных стимулов борьбы за существование, человек тем самым как бы затормозил развитие нервной системы лошади и главного отдела этой системы — головного мозга. Поэтому у лошадей восточных кровей кости черепа развиты сильнее, чем кости лица, в то время как у западной шаговой лошади кости лица развиты сильнее черепных.

Постепенное усложнение условий боя в связи с введением более совершенных средств борьбы предъявило высокие требования к подвижности копытных масс. Отсюда стремление к более подвижному, энергичному и восприимчивому типу коня. А так как такой тип был уже утрачен на западе Европы, то взоры всех конников обращаются на восток к быстрым коням пустыни и плоскогорья. И сейчас во всех верховых породах Европы и Америки можно найти ту или иную степень примеси восточной крови.

Отсюда и вытекает то основное правило, что, определяя тип нервной деятельности лошади, мы можем сказать, что степень ее возбудимости и восприятия приемов подготовки в первую очередь зависит от наличия в ее родословной восточных производителей («форма наследственного стандарта») и от предвзятости воспитания («форма индивидуального приспособления»). Это не значит, конечно, что среди простых, так называемых непородных, лошадей нельзя найти легко возбудимый тип, но он будет исключе-

нием. Исключения можно отметить и среди чистокровных лошадей: например, уравновешенный тип (правда, реже, чем возбудимый) и уравновешенно-инертный (встречается в редких случаях).

Применив деление животных И. П. Павловым по типу нервной деятельности и основываясь на своем опыте, мы считаем, что всех лошадей можно отнести к трем типам: 1) возбудимому (неуравновешенному), 2) уравновешенному (сильный, подвижный) и 3) уравновешенно-инертному (сильный, вялый).

Данный И. П. Павловым четвертый тип (слабый) мы разбирать не будем, ибо лошадь, отнесенная к слабому типу, не может быть спортивной.

Лошадь возбудимого типа

Лошадь этого типа быстро реагирует на все происходящее вокруг нее, голову опускает редко, уши держит почти всегда в напряженном состоянии. Движения ее резки и уверенны. Быстро отзывается на малейшее прикосновение шенкеля. Положительные условные рефлексы у нее вырабатываются очень скоро, они сравнительно прочны и постоянны. Труднее вырабатываются тормозные условные рефлексы, например спокойного стояния на месте, а также отставания от впереди идущих лошадей.

Дифференциация раздражений дается ей трудно. Например, при требовании к принятию лошадь такого типа зачастую может сбиться в галоп или, остановившись, будет стремиться к осаживанию и закидыванию задних ног в стойку.

Как правило, такой тип лошади можно встретить среди чистокровных, реже — среди чистопородных или высококровных экземпляров.

Лошадь уравновешенного типа

Это наиболее подходящий тип для подготовки спортивного коня. Лошадь достаточно энергична, без излишней «нервности», хорошо реагирует на посыл и спокойно переходит из одного аллюра в другой. Все аллюры ее, как правило, четки, ритмичны и приятны для спортсмена. У лошадей этого типа сравнительно быстро вырабатываются новые дифференцировки.

Такую лошадь, если она имеет хороший экстерьер, можно отлично выездить. Лошади уравновешенного типа при наличии благоприятных условий экстерьера наиболее подходящи для преодоления препятствий и многобория.

В основном этот тип встречается среди высококровных и полукровных, реже — среди чистокровных и чистопородных экземпляров.

Лошадь уравновешенно-инертного типа

В отличие от вышеуказанных лошадь уравновешенно-инертного типа характеризуется некоторой вялостью и нечеткостью — связанностью движений. На раздражители она реагирует не сразу, зачастую требуя повторения и усиления воздействия. Условные рефлексы вырабатываются у нее медленно, но, раз выработавшись, держатся долго. Движения редко бывают достаточно энергичными и пластичными. Ответная реакция на переход из меньшего аллюра в больший несколько задержана, происходит под сильным посылом. Наоборот, всякое требование замедления движения вперед легко воспринимается и исполняется. Лошади такого типа обычно легко усваивают стойку, осаживание и спокойно стоят при влезании и слезании ездока. Как правило, в экземплярах этого типа бывает преобладание кровей упряжных пород. Лошади уравновешенно-инертного типа очень редко встречаются среди высококровных и как исключение — среди чистокровных.

* *
*

Типы лошадей, которых можно отнести в полной мере к одному из вышеуказанных, встречаются сравнительно редко. В большинстве случаев мы имеем промежуточные типы, в большей или меньшей степени приближающиеся к вышеуказанным. Так, конечно, обстоит дело и у собак.

Выше было указано, что образование условных рефлексов происходит только в коре головного мозга. Но головной мозг состоит не только из коры, он имеет и подкорковую часть, в которой сосредоточены центры нервной деятельности, ведающие врожденными сложными рефлексами, разделяющимися, как уже упоминалось, на четыре группы: пищевые, ориентировочные, оборонительные и половые.

Перечислим признаки преобладания в лошади того или иного рефлекса.

Преобладание пищевого рефлекса. Лошадь легко привыкает к коноводу, приходящему к ней с куском хлеба или сахара, дает свободно себя оглаживать тому, кто приносит ей хлеб, доверчиво лезет мордой к любому человеку в надежде получить лакомство. Во время пережевывания лошадь дает себя трогать за уши и вообще слабо реагирует на происходящее вокруг. Такие лошади чаще встречаются среди воспитанных в конюшенных условиях.

Преобладание оборонительного рефлекса. Лошадь в той или иной степени может выражать недоверие к незнакомому человеку. Она либо стремится укусить или ударить его, либо сама старается прижаться к стенке стойки, как бы «спрятаться». Здесь мы имеем две формы выявления оборонительного рефлекса — активную и пассивную. В большинстве случаев лошади с преобладанием оборонительного рефлекса привыкают к одному ухаживающему за ними человеку. Преобладание оборонительного рефлекса присуще лошадям степного табушного воспитания.

При терпеливом и ласковом обращении лошади этого типа бывают очень мягки в езде и легко реагируют на разнообразные требования спортсмена.

Преобладание ориентировочного рефлекса. Лошади этого типа характеризуются повышенной ориентировочной реакцией. Придя в незнакомое помещение, они все внимание сосредоточивают на новых, невиданных ранее предметах. В процессе работы таких лошадей отвлекает любой шум, неожиданно открытая дверь, случайно упавший луч света и т. п.

Перед началом применения того или другого приема при подготовке лошадям с преобладанием ориентировочного рефлекса нужно дать хорошенько осмотреться, освоиться с местом работы, затем подвести их к наиболее раздражающим предметам и местам в манеже и дать их обнюхать.

Первоначальный период работы в поле после манежа форсировать не следует, так как успех подготовки такой лошади в значительной части будет зависеть от того, насколько последняя будет осваиваться с переменной обстановкой, в которой производится работа. Нужно помнить,

что лошади этого типа часто имеют привычку торопиться домой. Поэтому при выездах в поле следует или возвращаться по новой дороге, или задолго до дома переводить лошадь на шаг и вести ее домой шагом.

Последнее упражнение можно проводить и с лошадьми других типов, но для лошадей этого типа оно будет одним из главных.

Преобладание полового рефлекса. Явление это, в основном, временное. У жеребцов оно проявляется чаще после случки. Такие жеребцы как исключение используются, но, если их не кастрировать, хорошей спортивной лошади из них, как правило, подготовить нельзя. У кобыл преобладание полового рефлекса проявляется в период «охоты».

Здесь лучше всего на эти десять дней сбавить работу и ни в коем случае не разучивать чего-либо нового. Нужно помнить, что вся подготовка лошади в основном базируется на оборонительном безусловном рефлексе, а в период преобладания полового рефлекса обычно одновременно повышается и ориентировочный рефлекс. Положительных результатов в этот период можно добиться лишь при чрезвычайной настойчивости спортсмена, однако такие занятия сильно измучают животное. Поэтому лучше сделать некоторый перерыв в работе, ограничив ее повторением пройденного.

Случаи более затяжных периодов «охоты» и в связи с этим преобладания полового инстинкта нужно рассматривать как патологическое отклонение от нормы и обращаться к ветеринарному врачу.

Для успешной подготовки молодой лошади спортсмену с первого же дня знакомства с лошадью также необходимо вести за ней самое тщательное наблюдение в следующих направлениях:

- а) определить, к какому из трех типов нервной деятельности наиболее подходит данная лошадь;
- б) постараться выявить в первые 10—20 дней, какой из врожденных сложных безусловных рефлексов преобладает у нее.

Правильность выводов этих первоначальных наблюдений является основным ключом к дальнейшему ходу всей подготовки. Ничто так не вредит работе с молодыми лошадьми, как шаблонный подход с одними и теми же приемами ко всем лошадям.

Дифференцировать приемы подготовки и самую последовательность их применения можно лишь тогда, когда у спортсмена есть какой-то критерий, дающий возможность классифицировать лошадей. Таким критерием в данном случае и являются выводы из наблюдений за высшей нервной деятельностью у животных в указанных выше направлениях.

Эти наблюдения спортсмен начинает вести с момента поступления лошади в школу (клуб). Период пребывания лошади в карантине уже даст большой материал. Кроме того, некоторые лошади поступают с племенными свидетельствами, которые тоже следует учесть как материал для классификации, так как они дают понятие о породности лошади. Следует также учесть и экстерьер лошади.

Весь первый период подготовки молодой лошади, начиная с взнуздывания и седлания и кончая работой в руках, есть одновременно и период выявления типа нервной деятельности лошади. В этот период легко выявить и преобладание того или иного сложного безусловного рефлекса.

Все замечания необходимо сразу же зафиксировать, а в процессе подготовки вносить в них исправления или добавления.

Примерная форма записи

Имя лошади
Экстерьерные данные (положительные и отрицательные данные, которые могут оказывать влияние на степень подготовки молодой лошади — провислость спины, разбег задних ног и т. д.).
Тип высшей нервной деятельности — тормозной.
Преобладающий инстинкт — оборонительный.
Первоначальный вывод

Исходя из этих данных, спортсмен и строит весь план работы с лошадью.

ПОДХОД К ЛОШАДЯМ РАЗЛИЧНЫХ ТИПОВ ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Все вышеизложенное имело целью заострить внимание спортсмена на особенностях деятельности нервной системы коня. Определив тип высшей нервной деятельности лошади, спортсмен должен работать с ней, все время опираясь на особенности данного типа. При этом необходимо не забывать из виду одно очень важное обстоятельство.

Часто можно наблюдать, что спортсмен правильно подходит к лошади, правильно применяет приемы по выработке у нее необходимых рефлексов. Однако все усилия, потраченные спортсменом, сводятся на нет из-за неумелого обращения с лошадью коновода. Поэтому необходимо следить за действиями последнего, учить его правильному, мягкому и ласковому обращению с животным.

Подход к лошади возбудимого типа

Все внимание при подготовке лошади возбудимого типа должно быть сосредоточено на выработке у нее тормозных реакций. Здесь особое внимание должно быть обращено на первый период подготовки, когда даже такие мелочи, как резкое движение рукой при надевании оголовья, резкое опускание седла на спину и т. п., в этом типе лошади вызывают вспышку общей возбудимости, переходящей в длительную и разлитую форму, во время которой ни один прием не будет выполнен. То же относится и к резким посылам верхней частью корпуса всадника, шенкелями и нажимом повода.

Работу с лошадьми возбудимого типа нельзя прерывать. Она должна проводиться ежедневно. При этом вести ее следует выдержанно, спокойно, без излишней суеты. Нельзя допускать быстрых и частых чередований переходов от рыси к шагу и обратно, так как при этом могут быть быстрые переходы от возбуждения к торможению и обратно, что, как указывалось выше, ведет к срыву в силу перенапряжения подвижности нервных процессов.

Особое внимание должно быть обращено на выработку спокойствия при неподвижном стоянии на месте, при влезании и слезании всадника, а также на остановках.

Первоначальные уроки лучше проводить на шагу, добываясь спокойствия и просторности аллюра. К требованиям сбора подходить надо очень осторожно и лишь после того, когда есть полная уверенность, что удило во рту животного само по себе не вызывает больше раздражения.

На рыси лучше задержаться и начать работу на галопе лишь при полной уверенности в правильном реагировании лошади на действие удила на рыси. Нужно помнить, что всякое новое требование к лошади возбудимого типа будет вызывать прежде всего общее возбуждение, во время кото-

рого животное не в состоянии выполнять предъявляемых к нему требований.

Лошадь возбудимого типа обычно в первое время затрачивает очень много сил на беспорядочные, суетливые движения. Поэтому рекомендуется такую лошадь почаще взвешивать, чтобы выяснить, не худеет ли она от работы, и если обнаружатся более или менее сильные колебания в сторону уменьшения веса, падо сразу же уменьшить нагрузку, а иногда увеличить нормы фуража.

Среди лошадей возбудимого типа можно встретить животных с обостренным ориентировочным рефлексом, что выражается в особой пугливости. В этих случаях нельзя применять строгость, так как она легко может привести к чрезмерному возбуждению. В результате лошадь теряет всякую способность к точному восприятию, дифференцировке воздействия всадника, что, в свою очередь, повлечет срыв в сторону чрезмерного возбуждения, а это крайне опасно как для спортсмена, так и для лошади.

При работе лошади можно иногда наблюдать в деятельности ее нервной системы так называемую «парадоксальную фазу». Она характеризуется тем, что лошадь на сильные раздражения, идущие от спортсмена, совсем не дает ответа. Последний усиливает раздражения вплоть до болевых ощущений и все же ответа не получает. Но вот спортсмен незаметно для себя ослабил воздействие, и лошадь отлично выполняет прием. Это и есть наблюдаемая в высшей нервной деятельности лошади «парадоксальная фаза», о которой никогда не следует забывать.

Поэтому, если лошадь не отвечает на сильные раздражения, необходимо попробовать перейти на слабое воздействие. Если животное находилось в «парадоксальной фазе», оно легко ответит на раздражение.

Незнание этого и применение в период «парадоксальной фазы» сильного воздействия может привести лошадь в состояние чрезмерного возбуждения, когда она, не реагируя на сильные раздражения, может броситься сломя голову вперед, в стороны, а если позволяет обстановка, и «успестя».

При работе с жеребцами возбудимого типа нужно особенно осторожно относиться к возможности обострения полового инстинкта. Для этого жеребцов следует помещать в закрытых денниках, возможно дальше от кобыл, в смену с последними ставить лишь после достаточной выработки реакции на послушание и совершенно не допускать случек.

Как уже указывалось, слученный жеребец возбуждимого типа для спортивных целей уже не годится.

Особое внимание следует обращать на выработку у лошадей возбуждимого типа первоначальных условных рефлексов, так как последующие будут, как правило, усваиваться легче.

При напрыгивании нужно дольше выдерживать лошадь на невысоких (до 1 м) препятствиях на рыси. Особенно полезны препятствия, расставленные по типу корзинок. При переходе к напрыгиванию на галопе все внимание следует обратить на ровность и темпистость аллюра, добиваясь прыжка в темпе без рывка перед препятствием. Повышать препятствия надо осторожно, лишь достигнув полного спокойствия лошади на данной высоте.

Проводя работу на лошади возбуждимого типа, спортсмен должен очень чутко и осторожно действовать не только шенкелями, но и мягкими, еле заметными уклонами корпуса, не забывая вместе с тем, что зачастую достаточно лишь верхнего шенкеля (икрой через крыло седла), не прибегая к помощи нижней части ноги.

Подход к лошади уравновешенного типа

Обычно все периоды подготовки коня уравновешенного типа протекают нормальным порядком. Уравновешенный тип лошади считается образцом, к которому спортсмен должен стремиться подогнать лошадей всех других типов. Это значит, что, работая с возбуждимым типом, надо стараться затормаживать его излишнюю возбудимость, а работая с уравновешенно-инертным, наоборот, — поднять последнюю.

При обучении лошади уравновешенного типа школьным аллюрам предпочтительнее будут сравнительно более возбудимые экземпляры. Если с ними труднее справляться в первые моменты работы, то нужно помнить, что четкости и энергичности движений мы скорее добьемся именно от них.

Подход к лошади уравновешенно-инертного типа

Нужно помнить, что лошади этого типа не только ленивы. Тормозные реакции их выражаются как в отсутствии желания двигаться вперед, так и в инертности по отно-

шению ко всем раздражениям вообще. Всякие грубые и сильные раздражения: удары хлыстом, шпорой, грубые действия поводом — часто вызывают срывы в сторону торможения. Поэтому, работая с такой лошадию, нужно очень четко дифференцировать воздействия, в основном применять шенкеля средней силы, прибегая к шпорам и хлысту лишь для большей убедительности своих действий. Тогда у инертного типа можно выработать способность реагировать на средние по силе раздражители.

Путем постоянного планового повторения мы прививаем коню условные рефлексы на действие слабых раздражителей тем, что в случае отсутствия его ответа или замедления этого ответа на более слабое воздействие он неизменно получит более сильное действие. Особое внимание тут должно быть уделено выработке и закреплению рефлекса на посыл вперед.

Без уверенности в том, что лошадь окончательно приобрела навык, ни в коем случае нельзя требовать от нее никаких сгибаний, в том числе и сбора. Лошадей инертного типа особенно опасно поставить за повод, так как потом исправить ошибку будет очень трудно.

Облегчить работу с лошадьми инертного типа в манеже можно ласковым обращением с ними в конюшне, так как всякая грубость вызовет в них тормозную реакцию, которая, несомненно, скажется в процессе выездки. Для большей возбудимости с лошадьми такого типа хорошо работать в смене, давая больше разнообразия впечатлений. На инертных лошадях нельзя сажать вялых, пассивных спортсменов.

Подход к пугливой лошади

Необходимо сказать несколько слов и о пугливости лошади.

Пугливость у лошади, как правило, бывает двух видов. Первый вид является следствием постоянного или временного обострения ориентировочного рефлекса. В таких случаях для затормаживания его надо давать лошади как можно больше разнообразных впечатлений. Менять впечатления вначале следует постепенно, давая лошади больше времени на осмотр и обнюхивание вызывающего ее раздражение предмета, и, если лошадь имеет преобладание пищевого рефлекса, подкормить. Впоследствии по мере затухания рефлекса пугливости нужно усилить смену раздраже-

ний разнообразием самих предметов. В большинстве случаев (если нет патологических отклонений) таким путем рефлекс «пугливости» затормаживается до минимума.

Во втором виде пугливость является следствием близорукости. Опытами доказано, что в 80 случаях из 100 этот недостаток зрения бывает у лошадей конюшенного воспитания. Однако близорукость у них временная, функциональная, зависящая от так называемого спазма аккомодации. Продолжая держать таких лошадей на привязи у кормушки, головой к стенке, мы только усиливаем их близорукость. Надо ставить их в свободные денники без привязи или на развязку головой в проход. Это дает во многих случаях хорошие результаты.

АНАЛИЗ ПРИЕМОВ ПОДГОТОВКИ МОЛОДОЙ ЛОШАДИ

Лошадь как в покое, так и в движении обладает рядом взаимно согласованных и тесно увязанных (координированных) соотношений отдельных частей тела, которые обеспечивают ей стройность и эффективность различного рода движений и положений. Центром по регулированию этих движений является центральная нервная система. В мышцах, сухожилиях и суставных поверхностях животного находится огромное количество чувствительных аппаратов, сообщающих в центральную нервную систему о положении отдельных частей тела в пространстве и об отношении их к другим частям тела. Кроме того, положение одной части тела обуславливает в силу существующих безусловных рефлексов изменение положения других. Так установлено, что от перемены положения головы по отношению к туловищу изменяется положение конечностей.

Существует закономерность, когда при опускании головы лошади передние конечности сгибаются, а задние разгибаются; при запрокидывании головы назад передние конечности разгибаются, а задние сгибаются; при поворотах головы в сторону конечности этой стороны разгибаются, а противоположной сгибаются.

Установлено, что изменение положения головы лошади (повороты) в отношении туловища вызывается механическим раздражением нервных окончаний, заложенных в шейных мышцах. Это раздражение рефлекторно через центростремительные нервы передается на мышцы конечностей (Магнус, Попов).

Положение конечностей при свободном движении лошади в силу слаженности движения отдельных сочленений ее тела, т. е. готовых систем, неизбежно следует за соответствующим положением головы. Эти явления в обычных условиях почти незаметны, но для движения лошади они имеют исключительное значение, так как взаимодействие и четкая согласованность их обеспечивают эффективность движения и способствуют поддержанию равновесия животного (Попов).

Установлено, что органы равновесия, помещающиеся во внутреннем ухе, мышцы тела, зрительный аппарат и костно-суставное чувство играют основную роль в поддержании тела лошади в равновесии; они рефлекторно сигнализируют о положении тела в пространстве, они также участвуют в координации движений и в соответствующей ориентировке. Выпадение или частичное нарушение в отдельности мышц тела, зрительного аппарата и костно-суставного чувства может быть частично компенсировано работой оставшихся систем и корой головного мозга. Разрушение же внутреннего уха ведет к потере трудоспособности.

На основе вышеизложенного можно сделать вывод, что координированное движение лошади обеспечивается центральной нервной системой, но ее правильная работа становится возможной при наличии нормально действующих местных органов, которые рефлекторно координируют движение лошади и помогают ей выполнять с большой эффективностью ту или иную работу (Попов).

Таким образом определенное изменение положения головы сопровождается соответствующим изменением положения конечностей, а отсюда и соответствующим изменением центра тяжести лошади.

Эти данные со всей очевидностью показывают, как велико значение головы в движении лошади. Поэтому малейшая помеха со стороны всадника в отношении ограничения свободы головы лошади отрицательно влияет на ее движение.

* *

*

Правильное управление лошадью достигается тесным взаимодействием всех средств управления, разумно применяемых всадником.

Основное назначение повода состоит в торможении и регулировании движений лошади. Всадник через повод связан с полостью рта лошади и действует им как раздражителем, вызывая с ее стороны ответное действие — открывание рта.

Открывание и закрывание рта во время поедания корма лошадей происходит на основе безусловных и естественных условных рефлексов *. Посмотрим, как удило, находящееся в полости рта лошади, превращается в раздражитель, отвечая на который, лошадь открывает рот.

Работа с молодой лошадей в руках

1-й этап — период приучения лошади к движению на корде. Когда молодой лошади впервые вложат в полость рта трензельное удило, она, так как его нахождение во рту непривычно, пытается производить жевательные движения нижней челюстью и одновременно передвигать удило языком, стремясь поднять его вверх, чтобы передать на зубы и, раздробив, выбросить изо рта. Таким образом удило в полости рта лошади является раздражителем, на который она отвечает открыванием и закрыванием рта, но это пока происходит беспорядочно. Затем лошадь постепенно привыкает к удилу в полости рта, т. е. уже уменьшается ориентировочный и оборонительный рефлексы. Через несколько занятий при движении на вольту удило уже спокойно лежит во рту животного. Тут получается торможение вызываемого удилом ослабевшего рефлекса открывания и закрывания рта более сильным условным рефлексом, вызываемым посылом лошади на вольту вперед. Надо помнить, что приступать к работе с трензельным удилом нужно только тогда, когда на него угаснет ориентировочный рефлекс, т. е. когда лошадь будет спокойно относиться к его нахождению в полости рта. В противном случае лошадь никогда не будет иметь «мягкого» хорошего повода.

2-й этап начинается с движения всадника рядом с лошадью без каких-либо воздействий на полость ее рта. При этом происходит дальнейшее торможение естественных условных рефлексов — боязнь и недоверие лошади к но-

* Естественные условные рефлексы — это рефлексы, которые образуются сами собой, например на запах и вид пищи.

вому человеку и открывание рта при нахождении в нем железа. Одновременно с этим у лошади угасает оборонительный рефлекс на присутствие рядом с ней человека при ее движении и вырабатывается условный, главным образом зрительный, рефлекс — двигаться смело рядом так, чтобы спортсмен, держа повод, все время находился впереди ее плеча. *

Когда лошадь усвоит этот прием при движении шагом, нужно временами переводить ее в рысь, находясь впереди ее плеча. Этим усовершенствуется зрительный условный рефлекс уверенного движения лошади рядом с всадником. Недостаточная отработка этого приема задержит и намного затруднит работу лошади на прямые сгибания.

3-й этап состоит в дальнейшем усовершенствовании движения лошади рядом с всадником шагом и рысью, но вводится новое требование — установка головы лошади на определенной высоте. При этом кисть руки, в которой находятся поводья, является раздражителем, воздействующим легкими и плавными толчками снизу вверх на голову, отрабатывая у лошади таким образом условный рефлекс держать голову правильно на высоте, т. е. при движении не опускать ее вниз и не ложиться на руку всадника. При этом не нужно пока предъявлять каких-либо требований со стороны повода.

Так как не всякая лошадь охотно двигается вперед на основе только зрительного условного рефлекса, то в течение 3-го этапа нужно отработать и условный рефлекс движения вперед, который вызывается раздражением определенной точки тела (в месте приложения шенкеля) путем раздражения кожи хлыстом.

Лошадь при первом прикосновении к ее боку хлыста в силу врожденного защитного рефлекса будет отвечать на это беспорядочным движением. Но все движения ее в стороны и назад будут тормозиться воздействием руки, держащей повод у ее подбородка, а движение вперед не будет встречать препятствия.

В результате у нее выработается условный рефлекс движения вперед в ответ даже на очень слабое прикосновение хлыста к ее боку, так как, если она не будет отвечать на это движением вперед, легкие прикосновения будут переходить в более болезненные. Совершенствуя прием в тесной связи с условными рефлексами — зрительным и поднятием головы, постепенно достигают слияния их

с условным рефлексом движения вперед. В дальнейшем раздражение кожи лошади хлыстом в точно ограниченном месте будет вызывать у нее отчетливое движение вперед.

Раздражители: хлыст — шенкель, примененные в слабой степени, действуют только на кожу, на чувствительные окончания нервов, ведающих чувством осязания и давления. Эти же раздражители при более сильной степени давления воздействуют на нервы, ведающие болевой чувствительностью, на фасции, мышцы, на ребра надкостницы. Последние обладают сильной болевой чувствительностью. Это и позволяет лошади точно различать воздействие шенкелей, применяемых в определенном месте с различной силой, вырабатывая условные рефлексы движения вперед. Этим прикосновением приводят в движение все мускулы лошади.

Действие мускулов выражается в их сокращении, вследствие чего происходит изменение положения тех костей, к которым мускулы прикреплены. При длительной и усиленной деятельности мускулы подвергаются утомлению. Если побуждение настойчиво и энергично, сокращение продолжается до истощения мускулатуры. Незнание этого на практике часто приводит к тому, что человек непрерывно настаивает на сокращении мускула и приводит его к полному истощению, лошадь перестает повиноваться, а человек воспринимает это как упрямство и непокорность животного.

4-й этап — открывание рта через отжимание нижней челюсти. До этого этапа все было направлено к тому, чтобы затормозить у лошади безусловный рефлекс открывания и закрывания рта при нахождении у нее во рту удила. При охотном движении лошади вперед от прикосновения хлыста всадник начинает плавно и мягко набирать трензельные поводья назад по оси движения лошади и кверху, а затем делает небольшую выдержку, после чего также плавно ослабляет действие поводьев (не теряя связи со ртом животного). В этом случае при наборе трензельное удило начинает служить раздражителем, давя на язык, десны, углы рта, а сгибаясь, своим соединением раздражает и твердое небо полости рта. На это раздражение лошадь ответит открыванием рта, отжиманием нижней челюсти. Как только она откроет рот, поводья тотчас ослабляются и удило прекращает свое

действие. Это будет началом отработки условного рефлекса открывания рта при совпадении с движением вперед. Первоначально раздражение — давление удила — должно быть более сильное — безусловное. Постепенно, по мере освоения лошадью этого приема, степень раздражения ослабляется и доводится до того минимума, при котором та или иная лошадь будет открывать рот. В случае, если давление настолько легко, что уже не вызывает болезненности, оно превратилось в условный рефлекс, что и будет служить указанием на достаточную отработку приема.

5-й этап — сдача в затылке. Когда лошадь при мягком наборе будет охотно открывать, а при ослаблении повода закрывать рот приближением нижней челюсти к верхней, не замедляя хода, можно переходить к отработке приема «сдача в затылке».

При отработке сдачи в затылке наряду с жевательными мускулами головы вступают в действие и шейные: грудно-плечеголовной, трапециевидный и ремнеобразный (селезенковидный).

На основе уже отработанных условных рефлексов всадник действием хлыста на бок лошади вызывает движение вперед, а действием удила на полость рта заставляет животное открыть рот. До сих пор после этого всадник ослаблял раздражение, и лошадь закрывала рот приближением нижней челюсти к верхней.

Теперь, когда она отождет нижнюю челюсть и будет ждать ослабления действия повода, чтобы закрыть рот «по старому», спортсмен выдержкой руки и посылом хлыстом вперед продолжает раздражать полость рта, настойчиво требуя закрывания его не по старому, а путем опускания верхней челюсти на нижнюю (верхняя челюсть составляет одно целое с головой).

Для лошади это требование будет ново. Сначала она просто станет держать рот открытым, а затем начнет производить головой различные движения, всячески пытаясь закрыть рот. Но только одно из этих движений будет правильным и даст ей возможность достигнуть желанной цели — это сдача в затылке приближением всей головы к нижней челюсти. Как только лошадь сдаст в затылке, действие повода тотчас же ослабляется, причем на первых порах обязательно не только ослаблять повод, но на время совершенно прекратить работу, чтобы дать животному успокоиться и отдохнуть.

Сдача в затылке является естественным движением лошади, и на свободе она легко сама сдает и даже продолжительное время двигается при полной сдаче (например, лошадь, вырвавшаяся на свободу, отчетливо движется пассажем с отличной сдачей в затылке). Нам же нужно вызывать у лошади сдачу в затылке путем действия хлыста на бок лошади и удила на полость рта. Это будет началом отработки условного рефлекса открывания рта с одновременным рефлексом движения вперед (в собранном виде).

Как видно, при сдаче в затылке двумя раздражителями — хлыстом и удилом — вызываются один за другим два условных рефлекса: открывание рта (когда участвуют только мускулы головы) и непосредственно следующая за ним сдача в затылке, которая происходит уже во взаимодействии мышц шеи. Вот почему этот прием считается наиболее трудным при работе на прямые сгибания, и если при его отработке не будет соблюдена строгая последовательность, лошадь никогда не научится правильно сдавать.

До сих пор мы применяли в качестве раздражителя только трензельное удило, т. е. наиболее простой способ воздействия на рот лошади.

Рассмотрим теперь работу мундштука как раздражителя, вызывающего те или другие условные рефлексы лошади.

Мундштук — наиболее совершенное и тонкое средство раздражения для отработки у лошади условных рефлексов, но он требует от всадника технически более правильного применения. Неумелое применение мундштука ведет к порче мягкости рта лошади.

Точность действия мундштука заключается в том, что, когда он правильно пригнан, раздражается полость рта в строго определенном месте — в области языка и десен. Раздражения, вызываемые мундштуком в полости рта лошади, не только более точны, но также и более ощутимы для животного, чем раздражения трензельным удилом. Грызло мундштука, начиная поворачиваться, вызывает со стороны лошади условный рефлекс — открывание рта. Дальнейший поворот грызла с выдержкой повода вызывает другой условный рефлекс — сдачу затылка.

При систематической и продолжительной работе лошади на мундштуке раздражения, вызываемые им в полости ее рта, превращаются в один комбинированный раздражитель условного рефлекса сдачи в затылке и условного рефлекса движения вперед в собранном виде.

6-й этап — повороты на месте, на переду и на заду. При поворотах на переду к лошади предъявляется ряд новых требований, вызываемых новыми раздражителями, поэтому, чтобы облегчить лошади выработку этих сложных условных рефлексов, упражнение следует обрабатывать по отдельным элементам.

При правильном повороте на переду лошадь одновременно получает следующие раздражения; а) удилом производится давление на беззубый край нижней челюсти — больше с той стороны, куда откидываются задние ноги, добиваясь этим сдачи в затылке; б) мундштучными поводьями сгибается, поворачивается голова в месте ее приставки к шее — постановление (действие с различным напряжением на мускулы шеи, плеча, груди и спины); в) теми же поводьями тормозится движение вперед (действие на голову, мускулы шеи и передние конечности); г) действием хлыста на кожу несколько дальше назад, чем это было раньше, откидываются задние ноги в сторону (разностороннее действие на брюшные, спинные мускулы и на мускулы заднего пояса).

При повороте на переду мускулы внутренней стороны тела в процессе движения сокращены, а наружной стороны, наоборот, растянуты, что удерживает позвоночник в согнутом положении.

На все эти одновременно получаемые раздражения лошадь должна ответить сложным условным рефлексом сгибания в бок со сдачей в затылке и с соответствующим постановлением и движением задними ногами вокруг передних.

Первоначально через раздражение кожи хлыстом по линии АД (рис. 26) отрабатывается условный рефлекс откидывания задних ног от хлыста в сторону. Одновременно с усвоением этого приема отрабатывается через раздражение железом полости рта условный рефлекс сдачи в затылке

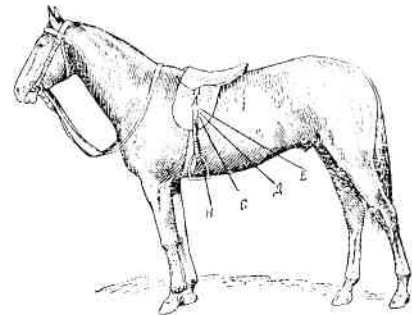


Рис. 26. Мускулы тела лошади, подвергающиеся воздействию шенкелей и хлыста

на месте. Затем в тесной связи с уже усвоенными приемами отрабатывается через раздражение внутренней стороны беззубого края рта лошади условный рефлекс постановления в сторону поворота.

При повороте на заду лошадь получает одновременно те же раздражения, что и при повороте на переду, с той лишь разницей, что хлыст вместо откидывания задних ног в сторону будет удерживать их на месте, вырабатывая условный рефлекс торможения на действия хлыстом. Одновременно с действием хлыста голову лошади несколько поднимают кверху, чем удерживаются задние конечности на месте.

Эти условные рефлексы со временем сольются в комплексный условный рефлекс стояния задних ног на месте.

Повороты на заду отрабатываются после поворотов на переду. Упражнение это делается также по элементам: первый — поворот с движением вперед без предъявления каких-либо требований к положению головы и шеи лошади; второй — поворот со сдачей в затылке; третий — поворот со сдачей в затылке с постановлением в сторону поворота и удержанием внутренней задней ноги на месте.

7-й этап — боковые движения. При поворотах на переду и на заду мы уже получили условные рефлексы: сдачу в затылке с постановлением, сгибание в боку с движением в сторону, т. е. лошадь теперь в состоянии двигаться на шаг в сторону при позвоночнике, согнутом одновременно в вертикальном и горизонтальном положениях. Остается направить это движение в сторону с одновременным движением вперед в два следа.

При движении в два следа мундштук с мундштучными поводьями неравномерным давлением на беззубые края нижней челюсти рта лошади вызывают у нее как ранее отработанные условные рефлексы — сдачу в затылке и постановление в стороны движения, так и новый — удерживание плеч животного вполоборота к стенке манежа.

Одновременно с этим хлыст раздражением на кожу по линии АД (рис. 26) вызывает у лошади ранее полученные рефлексы: откидывание задних ног и движение вперед. На такое одновременное (взаимосвязанное) действие раздражителей (удил и хлыста) по силе, по времени и с движением вперед лошадь отвечает особо сложным условным рефлексом движения в два следа. Это происходит, когда позвоночник одновременно согнут прямыми сгибаниями — в верти-

кальном, а боковыми — в горизонтальном положении и лошадь идет вперед в два следа, ступая наружными ногами впереди внутренних в сторону принятия (перекрещивания).

Этим упражнением достигаются полное развитие сил и координация движений всего организма лошади. По мере отработки они должны выполняться животным рефлекторно.

Боковые движения отрабатываются по элементам: первый — движение по кругу шагом с откидыванием задних ног из круга, то же рысью; второй — эти же движения со сдачей в затылке, то же с постановлением; третий — движение шагом и рысью с принятием по стенке манежа; четвертый — движение по стенке манежа шагом и рысью со сдачей в затылке и постановлением.

Работа с молодой лошадью под всадником

1-й этап — приучение молодой лошади к влезанию на нее всадника. Молодая лошадь, как правило, даже при спокойном влезании на нее, теряет устойчивость и двигается в ту сторону, с которой садится всадник, и очень редко вперед. Объясняется это недостаточной координацией движений животного.

Поэтому, чтобы лошадь спокойно стояла на месте при посадке ездока, у нее нужно затормозить безусловные защитные рефлексы страха при потере устойчивости, что производится соответствующим постепенным усилением раздражения на ее боковую неустойчивость.

Это достигается:

а) постепенно усиливающимся потягиванием путлища в стороны; б) легким потягиванием седла руками за обе луки в стороны; в) подниманием и опусканием ездока на стремени без посадки в седло, причем путлище необходимо отпустить на несколько отверстий; г) плавным подниманием на стремени с нормальными путлищами и опусканием без посадки в седло; д) плавным влезанием с посадкой в седло и слезанием.

При исполнении этих упражнений лошадь должна стоять.

2-й этап — свободное движение под всадником шагом и рысью. Чувство тяжести веса всадника на своей спине при стоянии на месте лошадь приобрела при постепенном приучении ее к влезанию всадника в седло и слезанию его. Но на первых порах при

движении лошади шагом под всадником его вес и шенкеля, прижатые к ее бокам, будут тормозить ход, вызывая его связанность.

Рассмотрим, на какие части тела животного давят вес всадника и его шенкеля при движении шагом: а) всадник тяжестью своего тела раздражает через кожу трапециевидный, широчайший, дорзально-зубчатый и другие мускулы спины животного (рис. 27), вызывая сокращение их

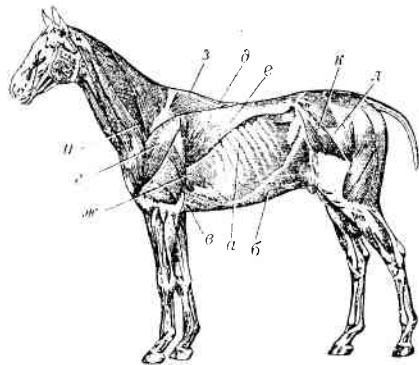


Рис. 27. Мускулы тела лошади, на которые давит вес всадника:

а — наружный косой, б — внутренний косой, в — поперечный, г — дельтоидный, д — трапециевидный спинной, е — широчайший, ж — дорзальный зубчатый, з — грудноподключичный, и — трапециевидный грудной, к — ромбовидный (седельниковидный), л — двуглавый мускул бедра

при движении с всадником на спине; б) шенкеля, давя по линии *АН* (рис. 26), раздражают кожу, вызывая условный рефлекс движения вперед. При более сильном давлении раздражаются мускулы брюшного пресса (поверхностный косой брюшной, ventральный, зубчатый, прямой брюшной и др.), что ведет к их сокращению. Сначала лошадь отвечает на эти раздражения резким чрезмерным сжатием, собранностью, порождающими связанность и неуверенность в движениях. При соответствующей тренировке это внешнее торможение быстро угасает и движения лошади приобретают уверенность и легкость. При езде строевой рысью наряду с указанными выше раздражителями (тяжесть тела всадника и шенкеля) появляются новые.

Первым раздражителем будет тяжесть тела всадника, который, вместо спокойного положения на спине лошади (как это было на шагу), на строевой рыси поднимается и опускается, т. е. производит колебания вверх-вперед и обратно вниз. Эти колебания нарушают равновесие лошади и, раздражая кожу и мускулы спины животного,

вызывают усиленные условные рефлексы сохранения устойчивости и движения вперед.

Второй раздражитель — шенкеля, сжимающие бока лошади в момент поднятия тела всадника вверх-вперед. Нужно иметь в виду, что при езде наблюдается следующее явление: хотя шенкеля и работают одновременно, но вызывают со стороны лошади различные реакции. Например, нажим одного из них будет вызывать сокращение мускулов (действие на сгибатели), в то время как нажим другого — противоположного — вызовет с другой стороны тела лошади растяжение мускулов (действие на разгибатели).

Кроме того, в момент опускания тела всадника вниз поводья плавно натягиваются, раздражая полость рта лошади. Последняя отвечает отработанным в руках условным рефлексом открывания рта. Когда всадник поднимается в седле вверх-вперед, поводья ослабевают, и лошадь отвечает условным рефлексом закрывания рта.

Взаимодействие всех раздражителей (колебание веса всадника, шенкеля и поводья) вырабатывает у лошади условный рефлекс преодоления неустойчивости. Координация условных рефлексов превращается в комплексный рефлекс — сохранения устойчивости и равновесия, легкости движения и наименьшей утомляемости. Требования, предъявляемые к лошади спортсменом, и ответные действия ее после соответствующей тренировки должны выполняться рефлекторно.

3-й этап — отработка шага, строевой и прибавленной рыси и галопа. Наряду с совершенствованием условных рефлексов преодоления неустойчивости движения вперед, открывания и закрывания рта и во взаимодействии с ними отработываются следующие приемы: начало движения, переход из меньшего аллюра в больший и наоборот, остановки и движение галопом.

Как начало движения, так и переход из меньшего аллюра в больший производится всегда одинаковым взаимодействием всех средств управления через почти одновременное раздражение: а) подачей вперед верхней части корпуса всадника (перемещением центра тяжести вперед) раздражаются мускулы спины лошади и вызывается условный рефлекс преодоления вертикальной неустойчивости; б) сжатие шенкелей действует на кожу и брюшные мускулы на линии *АС* (рис. 26), на это лошадь отвечает условным

рефлексом движения вперед; в) ослаблением действия поводьев в данном случае получаем условный рефлекс движения вперед с места или ускорения движения при переходе из меньшего аллюра в больший, о выработке которого будет сказано ниже. Все это вместе взятое создает для лошади неустойчивое вертикальное положение, т. е. положение, выгодное для движения вперед, которое вызывает у лошади условный рефлекс преодоления неустойчивости в вертикальном положении. Этот рефлекс со временем в процессе тренировки будет совпадать с координированным безусловным рефлексом устойчивого и уравновешенного движения вперед.

В момент остановки и перехода из большого аллюра в меньший действием верхней части корпуса всадника и шенкелей добиваются от лошади как бы того же условного рефлекса, что в начале движения и при переходе из меньшего аллюра в больший, — движения вперед. Однако действие повода в этом случае будет противоположным: так, раньше поводья ослаблялись, а теперь, наоборот, набираются, и животное получает раздражение слизистой оболочки полости рта, особенно его беззубого края. Лошадь отвечает на это рядом условных рефлексов — открытием рта, сдачей в затылке, но действие поводьев продолжает раздражать слизистую оболочку ее рта, чем вызывает новый безусловный рефлекс — торможение движения.

Торможение при переходе из большого аллюра в меньший будет постепенным, плавным, а при остановках — более резким, вследствие чего и уклон корпуса всадника вперед и сжимание шенкелей также первоначально требуют движения вперед, а затем, как и повод, вызывают условный рефлекс торможения. В процессе тренировки безусловный рефлекс торможения будет все быстрее достигаться путем остановки или замедления движения.

Езда лошади галопом резко отличается от езды рысью, поэтому хотя средства управления на галопе те же, что и на других аллюрах, но в действиях ими есть ряд особенностей.

Для того чтобы пустить лошадь галопом, необходимо поставить ее в наимыгоднейшее для этого положение. Перед началом езды галопом всадник одновременно поворачивает в пояснице верхнюю часть своего корпуса и подает наружное (по отношению к повороту лошади) плечо слегка вперед с одновременной передачей центра тяжести своего тела

на внутреннюю часть седла. Этим он раздражает кожу и мускулы внутренней части спины лошади, вызывая их сокращение и условный рефлекс преодоления неустойчивости. Чтобы уравновеситься, лошадь вынуждена заднюю внутреннюю ногу подвести под корпус. Одновременно во взаимодействии с верхней частью корпуса всадника работают шенкеля и поводья.

Внутренний шенкель давит по линии *АН* (рис. 26), раздражая кожу и мускулы брюшного пресса лошади и вызывая сокращение сгибателей. Наружный шенкель давит по линии *АД*, раздражая также кожу и мускулы брюшного пресса, но вызывая не сокращение, а растяжение разгибателей. Действуя шенкелями, получаем условный рефлекс движения вперед.

Поводья — внутренним набором на себя, а наружный ослаблением — раздражают слизистую оболочку рта лошади с одной стороны, вызывая этим условный рефлекс — сдачу в затылке и поворот головы. Поводья в тесной взаимосвязи с действием верхней части корпуса всадника и шенкелей сгибают лошадь во внутреннем боку и приближают ее голову к внутренней передней ноге, чем, освобождая ее, а наружную нагружая, вызывают условный рефлекс движения вперед галопом с внутренней ноги.

При езде галопом наружный шенкель давлением на бок, когда задняя наружная нога лошади становится на землю, побуждает ее идти галопом. В процессе тренировки, по мере приобретения лошадей комплексного условного рефлекса езды галопом, это движение будет постепенно приближаться по своей легкости и ритму к безусловному рефлексу движения лошади галопом на свободе.

4-й этап — прямые сгибания и вольты на учебной рыси. При работе в руках на прямые сгибания нами были получены условные рефлексы: сдача в затылке с движением вперед, чувство веса, а также движение от посылы вперед. При работе под всадником наряду с усовершенствованием этих рефлексов следует на учебной посадке путем раздражения тяжестью езды мускулов спины лошади вызвать новый условный рефлекс — сохранение равновесия в движении с грузом на спине.

Рассмотрим, какими раздражителями располагает всадник и какова последовательность их применения при работе на прямые сгибания.

Двигаясь учебной рысью, всадник при каждом отталкивании задних конечностей лошади от земли инстинктивно сжимает шенкелями ее бока, стараясь смягчить ожидаемый удар под седлаице. Этим он раздражает ее кожу и мускулы брюшного пресса, вызывая безусловные рефлексы: со стороны отталкивающей задней ноги — разжимание (растягивание), а с противоположной стороны — сжатие (сокращение) указанных выше мускулов. Силой толчка тело всадника подбрасывается вверх-вперед (если оно хотя бы незначительно наклонено вперед). Когда мускулы спины лошади выпрямят ее позвоночник, всадник опускается тяжестью своего тела в седло, чем вызывает их сокращение. Одновременно с движением своего корпуса от полуценного толчка вверх-вперед всадник мягко набирает мундштучные поводья на себя, гризло мундштука поворачивается, раздражая десны лошади, чем достигается условный рефлекс открывания рта. Одновременно с опусканием всадника в седло лошадь сдает в затылке, причем голова ее при ступании правой передней ноги на землю поворачивается вправо, а при ступании левой — влево.

Все эти условные рефлексы, вызываемые всадником соответствующими раздражителями, в процессе тренировки постепенно превращаются в комплексный условный рефлекс — движение вперед в собранном и уравновешенном виде.

Примечание. Как правило, на учебной рыси скорость движения постепенно сокращается, а отчетливость снижается. Это объясняется двумя причинами: во-первых, всадник слабо подготовлен, быстро устает, вследствие чего инстинктивно задерживает (сокращает) поводом и ослаблением действия шенкелей скорость движения лошади; во-вторых, когда лошадь недостаточно подготовлена, у нее быстро устанут нервная система, мускулы, обслуживающие движение, в особенности мускулы спины.

Учебная рысь при отработке прямых сгибаний как для всадника, так и для лошади очень тяжела, поэтому чрезвычайно вредны для развития, в особенности молодой, лошади продолжительные репризы учебной рыси.

При заездах и вольтах к лошади предъявляются те же требования, которые предъявлялись к ней во время учебной рыси при работе на прямые сгибания. Кроме того, вводится дополнительное требование — движение в сборе по кривой линии на согнутый бок.

Достигается оно следующим образом.

Всадник подачей наружного плеча вперед и уклоном корпуса от поясницы в сторону заезда или вольта перемещает центр тяжести своего тела, чем раздражает центральную нервную систему лошади. Это ведет к неустойчивости лошади и как следствие к выработке у нее условного рефлекса преодоления неустойчивости при движении по прямой.

При этом внутренний шенкель усиленным давлением по линии *АН* (рис. 26) раздражает через кожу мускулы спины и брюшного пресса лошади, притягивая внутреннюю переднюю ногу назад и вызывая условный рефлекс сгибания позвоночника в горизонтальном положении. Наружный шенкель давлением по линии *АД* раздражает противоположную сторону, удерживая мускулы спины в растянутом положении. Это способствует удержанию внутренней стороны в согнутом положении и получению условного рефлекса бокового движения. Одновременно шенкеля, сжимая бока лошади, вырабатывают условный рефлекс движения вперед.

Наружный повод ослабляется, а внутренний набирается неравномерно, раздражая полость рта лошади и вызывая условный рефлекс сдачи в затылке с постановлением в сторону заезда или вольта. При таком положении головы получаем условный рефлекс, при котором внутренние ноги выпрямляются, а наружные сгибаются.

Перечисленные действия корпуса всадника, шенкелей и поводьев происходят одновременно. Они сгибают лошадь во внутреннем боку, создают неустойчивое положение ее для движения в прямом направлении, чем вызывают условные рефлексы — зрительный и наклонного положения тела животного внутрь, которые сочетаются с естественным условным рефлексом — координации движения по кривой линии.

Вольты отрабатываются, когда лошадь будет правильно выполнять заезды.

5-й этап — повороты на переду, на заду и боковые сгибания. Вызов условных рефлексов при поворотах, отработанных в руках, отличается от вызова, достигнутого при поворотах под всадником. Там рука ездока при работе на мундштуке давила непосредственно на беззубый край десны, здесь это давление производится при помощи повода. Там задние ноги

лошади откидывались в сторону или удерживались на месте только действием хлыста с одной стороны, здесь эти движения производятся при помощи обеих шенкелей, которые действуют раздельно: каждый раздражает давлением кожу в определенном месте на своей стороне. Однако между шенкелями существует тесное взаимодействие. Разберем работу их при различных движениях лошади.

При поворотах на зад. Наружный шенкель давлением по линии *АД* (рис. 26), раздражая кожу, вызывает условный рефлекс торможения задних ног на месте; внутренним шенкелем, давя по линии *АН*, раздражают кожу и получают условный рефлекс сокращения спинных, брюшных и других мускулов, удерживая тем самым позвоночник в течение всего поворота в согнутом положении. Одновременно с этим шенкелями достигают условного рефлекса движения вперед на повод, а во взаимодействии с уклоном корпуса всадника в сторону поворота и набором внутреннего повода создают неустойчивое боковое равновесие, вырабатывая этим вращательный и зрительный условные рефлексы бокового движения вокруг задних ног.

При поворотах на перед. Наружный шенкель давлением по линии *АД* (рис. 26) и путем раздражения кожи вызывает условный рефлекс бокового вращательного движения; внутренний шенкель давлением по линии *АН*, раздражая кожу, одновременно вызывает условные рефлексы — боковое сгибание позвоночника и торможение передних ног на месте. Действие корпуса всадника и поводьев аналогично действию их при поворотах на зад с той лишь разницей, что здесь ими достигаются вращательный и зрительный условные рефлексы бокового движения вокруг передних ног.

При отработке боковых движений в руках у лошади соответствующими, одновременно действующими раздражителями (зрение, положение по отношению к всаднику и стене манежа, удило, хлыст) отработан ряд одновременно возникающих условных рефлексов (зрительный, движение вперед, сдача в затылке с постановлением, сгибание в боках и устойчивое боковое движение в два следа). Все это лошадь на основе приобретенных навыков при работе в руках выполняла рефлекторно.

При работе на боковые сгибания под всадником лошадь встретится с рядом новых раздражителей, которые при

работе в руках не действовали: вес всадника на ее спине и действие двух шенкелей (ранее второй шенкель заменяла стенка манежа).

Перед началом бокового сгибания всадник поворотом верхней части своего корпуса в пояснице ставит свои плечи параллельно плечам лошади и незначительным уклоном в сторону принятия (передача центра тяжести на внутреннее сиденье) раздражает через мышцы спины центральную нервную систему животного, вызывая условный рефлекс — неустойчивое положение при движении по прямой. Одновременно с этим шенкеля и поводья действуют аналогично действию их при выполнении заездов.

Такое одновременное взаимосвязанное действие раздражителей (зрение, вес всадника, удила, шенкеля) по времени, по силе и с движением в сторону и вперед вызывает со стороны лошади ряд сложных условных рефлексов — зрительный, движения в два следа, координации. Как указывалось, все это должно происходить при согнутом позвоночнике как в горизонтальной, так и в вертикальной плоскостях с энергичным движением вперед и в сторону в два следа, сочетая этот условный рефлекс с движением в обратном виде в два следа.

Повороты на зад, на перед и боковые сгибания отработаются по элементам.

Гимнастические упражнения на коне

Гимнастические упражнения, производимые всадником на спине молодой лошади, преследуют две цели, которые решаются в тесном взаимодействии одна с другой.

Первая цель — это выработка у лошади полного доверия к поведению спортсмена, т. е. окончательное торможение безусловного оборонительного рефлекса лошади к различным движениям, производимым всадником на ее спине.

Вторая цель — это выработка у лошади устойчивости в поддержании бокового равновесия при прямолинейном движении (как при плавном, так и при резком перемещении в разные стороны тела всадника, по отношению к общему — человеку и лошади — центру тяжести).

Для большей наглядности рассмотрим, как реагирует молодая лошадь на гимнастические упражнения, производимые всадником на ее спине.

Возьмем, например, упражнение по выработке у молодой лошади уверенного, устойчивого и твердого навыка, необходимого ей для спокойного реагирования на действия хлыстом вниз-направо и вниз-налево.

Упражнение начинается с попеременного плавного опускания вытянутых рук сверху вниз. Затем производится кругообразное вращение ими вначале на месте до тех пор, пока лошадь не будет спокойно реагировать на эти движения на месте, а потом на шагу, причем опускание попеременно то одной, то другой вытянутой руки сверху вниз производится с незначительным смещением центра тяжести ездока как сзади наперед, так и в стороны. Постоянное повторение перемещения центра тяжести ездока на спине лошади, нарушающего ее равновесие и вызывающего раздражение зрительного аппарата, кожи и соответствующих мускулов спины, вызывает у животного торможение оборонительных и зрительных безусловных рефлексов.

Для дальнейшего затормаживания у лошади ориентировочных и оборонительных рефлексов необходимо поменять попеременно кругообразное вращение рук с хлыстом на шаг и рыси. При резком опускании хлыст рассекает воздух, производя шум, который раздражает слуховой аппарат лошади. При частом повторении этого движения мы получим условный рефлекс торможения боязни.

При правильном применении упражнения молодая лошадь в течение 12—15 уроков приобретает необходимые предварительные навыки, т. е. у нее угасают ориентировочные и оборонительные рефлексы и вырабатываются условные рефлексы преодоления боковой неустойчивости, которые дадут ей возможность уверенно двигаться по прямой линии при резком перемещении центра тяжести тела спортсмена, не боясь быстрого кругообразного движения хлыста справа и слева.

Выше излагался материал, связанный с освещением общих вопросов конного дела, таких, как физиологическое обоснование подготовки лошади, ее движение, равновесие, а также посадка ездока на лошади и средства управления ею.

Теперь переходим непосредственно к подготовке лошади для спортивных состязаний.

Какой должна быть спортивная лошадь?

На этот вопрос можно ответить следующим образом: спортивная лошадь должна обладать:

а) выносливостью — быть достаточно втянутой в работу под тяжестью человека и подготовленной к совершенно форсированным маршам;

б) быстротой — быть подготовленной к движению на резвых аллюрах по разнообразной пересеченной местности на расстояние 8—12 км со скоростью 1 км в 2,5—3 мин.;

в) неприхотливостью — легко переносить резкие перемены погоды в любое время года и суток, быть не требовательной к корму, водопою и уходу;

г) хорошим темпераментом — обладать спокойствием, уверенностью и добронравностью;

д) легкой управляемостью — правильно и чутко реагировать на действия средств управления.

Эти качества зависят от строения лошади, состояния ее внутренних органов, а также от всестороннего физического развития и укрепления ее организма соответственно природным данным и разумного и правильного воспитания (рис. 28).

Согласно современным требованиям, спортивная лошадь должна быстро и в течение продолжительного времени передвигаться по пересеченной местности, свободно преодолевать встречающиеся на пути препятствия, проявлять

ловкость, смелость, ничего не бояться ни днем, ни ночью, все время оставаясь подчиненной воле человека. Все это может быть достигнуто только систематической и последовательной подготовкой.

Подготовить (выездить) лошадь — значит, успокоить ее, уравновесить под тяжестью человека, приучить пошмать и немедленно выполнять все требования человека и вместе с тем так физически развить, укрепить ее мускулы, дыхательную, сердечно-сосудистую и нервную системы, чтобы она была способна без вреда для своего здоровья выдерживать большую спортивную нагрузку.

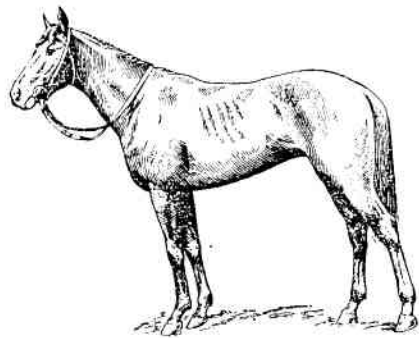


Рис. 28. Молодая лошадь

Подготовка молодой лошади состоит из ряда упражнений, проводимых в манеже и в поле и включающих в себя:

а) для физической тренировки — сочетание режима питания с систематическими упражнениями

главным образом на открытом воздухе во время занятий и дополнительно в виде специальных проводок и проездов;

б) для воспитания (приручения) — систематическое терпеливое обращение с лошастью и постоянное введение в обстановку ее жизни определенных внешних впечатлений;

в) для обучения — работу на корде, в руках и под всадником.

Вся подготовка молодой лошади разделяется на три периода.

Первый период имеет целью подготовить молодую лошадь для работы под всадником в манеже. Продолжительность его полтора-три месяца.

Целью второго периода будет подготовка молодой лошади для работы в поле. Продолжительность его также полтора-три месяца.

В третьем периоде продолжительностью три-четыре месяца проводится работа с целью выработать у молодой лошади необходимые для нее полевые качества.

В этой книге предусматриваются два варианта подготовки спортивной лошади. Первый рассчитан на девять, а второй — на шесть месяцев. При работе по второму варианту следует спустить в первом периоде 3, 6, 7 и 12-ю недели, во втором — 2, 5, 7, 10 и 12-ю и в третьем — 2, 4, 8 и 10-ю недели.

Если представится возможность продолжать подготовку молодых лошадей, уже прошедших выездку по второму варианту, желательно для дальнейшего усовершенствования как в манежной, так и в полевой езде повторить с ними упражнения второго и третьего периодов обучения с значительным повышением требований к точности и правильности исполнения приемов управления, движения различными аллюрами, техники преодоления препятствий и движения по разнообразной местности в зимних и летних условиях.

* * *

Подготовка молодой лошади проводится на мундштуке. Боковые движения, как правило, отрабатываются только у лошадей, предназначенных для состязания по многоборью. Они должны выезжаться наиболее подготовленными спортсменами.

Лошадям, которые проходят подготовку на мундштуке, но без отработки боковых движений, а также лошадям, работающим на одном трензеле, боковые движения заменяются ездой между стойками.

Предъявлять требования к молодой лошади следует в порядке строгой постепенности. К разучиванию нового упражнения подготовки нужно переходить только тогда, когда лошадь по своим физическим качествам способна его выполнить. Вся же система в целом должна строиться на всестороннем развитии организма лошади (двигательного аппарата, органов дыхания, кровообращения, пищеварения) и укреплении нервной системы.

Главное в выездке — это развитие природных качеств лошади.

Тренировка лошади состоит из правильного сочетания режима, рационального ее кормления, ухода за ней и соответствующей работы с ней.

В основу сохранения сил лошади должно быть положено неуклонное стремление выработать у нее способность дви-

гаться как можно ближе к прямой, т. е. свести до минимума боковые (горизонтальные) колебания позвоночника, и как можно ниже к площади опоры (низкий ход), т. е. свести до минимума прямые (вертикальные) колебания позвоночника, при полной увязке темпа движения с ритмом дыхания.

Этим требованиям в одинаковой степени должна удовлетворять как манежная, так и в особенности полевая подготовка. Поэтому в нее включается ряд упражнений, имеющих целью всесторонне развить организм лошади, хотя эти упражнения в полевой работе применяться не будут.

Большое внимание должно быть обращено на возможно быструю выработку у лошади умения находить равновесие во всех необходимых случаях (самоуравновешивание). В частности, с этой целью с 5-й недели подготовки вводятся прыжки на корде, которые имеют большое значение в деле сокращения сроков подготовки спортивного копы.

Вся подготовка должна быть пронизана одним и тем же стремлением — постоянно посылать лошадь вперед. Необходимо вовсе исключить моменты замыкания лошади между шенкелями и поводом, памятуя, что правильный и постепенно вырабатываемый сбор заключается не только в сдаче затылка, но и в подведении главного образом задней части корпуса.

На манежную подготовку отводится примерно 55% времени всей выездки, на полевую — около 45%.

Примерно с начала второго периода (с манежной выездки) должна быть введена вечерняя проводка как начало подготовки к более усиленной полевой работе.

Полевая подготовка складывается главным образом из подготовки к движению по пересеченной местности продолжительными и разными аллюрами и совершенствования прыжков через неподвижные полевые (естественные и искусственные) препятствия. Во время полевой подготовки частично проводится и совершенствование в манежной езде.

В течение всей подготовки за молодыми лошадьми должен быть установлен постоянный и строжайший ветеринарно-санитарный надзор с целью установить влияние рабочей нагрузки на деятельность сердца, легких и состояние внешних форм, а также на состояние конечностей молодых лошадей и проследить влияние всего комплекса выездки на развитие их организма.

Температуру, пульс, дыхание, а если можно, то и вес (последний хотя бы один раз в декаду) необходимо записывать каждый день перед началом работы и сейчас же после ее окончания. Это поможет выяснить, как реагирует организм лошади на предъявляемые к нему требования подготовки во все ее периоды.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С МОЛОДОЙ ЛОШАДЬЮ

ВОСПИТАНИЕ МОЛОДОЙ ЛОШАДИ

Под воспитанием молодой лошади надо понимать приучение ее к человеку, к условиям конюшенного содержания и к будущей спортивной обстановке, выработку у нее устойчивых положительных рефлексов на различные приемы управления и отрицательных — на различные нежелательные влияния внешней обстановки. Воспитание лошади требует правильного режима и соответствующих условий ее работы в конюшне, в манеже и в поле.

Воспитательная работа осуществляется посредством правильного, терпеливого, настойчивого и ласкового обращения с животным и имеет целью сделать его спокойным и внимательным, приучить к новым условиям жизни, корма и работы, а также развить его физические природные силы. Развивая всесторонне лошадь, человек одновременно добивается подчинения ее своей воле.

Хорошая и длительная служба животного зависит от правильной первоначальной подготовки. Молодую лошадь никогда не следует торопить и чрезмерно перегружать в работе. Наоборот, нужно дать ей время для постепенного развития.

Приемы подготовки и воспитания не являются чем-то обособленным один от другого, а составляют одну общую систему и ведутся на протяжении всего периода подготовки.

Человек, работая с лошадью, воздействует:

- а) на ее восприимчивость — поэтому приемы воздействия должны быть точными, одинаковыми и последовательными;
- б) на ее слух — лошадь очень чутка к интонациям голоса, она легко усваивает побуждение, угрозу, успокоение и одобрение, производимые соответствующими оттенками в голосе; голосом можно успокоить лошадь, когда

она чего-либо боится; поощрить ее, когда она заслуживает награды, и, произнося слова резко повышенным тоном, угрожать, предупредить о наказании;

в) на чуткость и отзывчивость лошади к ласке и мягкости — в этом случае не нужно скупиться на ласку, применяя ее широко, и совсем не допускать грубости и жестокости.

В то же время ласка, как и наказание, должна быть своевременной. Лошадь, несмотря на свою давнюю службу человеку, по своей природе крайне недоверчива, робка и при соответствующих условиях быстро дичает. Поэтому всадник, желая подготовить хорошего спортивного коня, должен в первую очередь завоевать его доверие. Для этого одним из методов можно рекомендовать прикармливание молодой лошади из рук хлебом, морковью и т. п.

Кроме того, у лошади, как и у всякого животного, проводниками к инстинкту, побуждающему к различным проявлениям, служат органы чувств: зрение, слух, обоняние и осязание.

Зрение молодой лошади необходимо приучить к новым для нее предметам, что очень важно, особенно при работе в поле, так как лошадь, находясь все время в конюшне, отвыкает от вида встречающихся на местности естественных предметов. Обоняние следует развивать, приучая лошадь к различным запахам, так как новый запах часто пугает ее не менее, чем незнакомый предмет. Слух также надо приучать к различным звукам и тем самым устранить обычную пугливость животного от неожиданных резких звуков.

Пользуясь этими чувствами и подчиняя себе лошадь, человек должен не только стремиться на них воздействовать, но и стараться еще развить их остроту и восприимчивость. Из этого и вытекают те приемы, которыми должен пользоваться человек.

Своими действиями человек должен показать лошади, что он сильнее ее. В то же время он должен внушить ей, что он ее друг, кормилец и защитник. Если он этого добился — значит, приобрел верного, ласкового и спокойного друга, послушного, готового в любую минуту отдать по его требованию все силы.

Конечно, отсюда не следует делать вывода, что, стремясь полностью подчинить лошадь своей воле, нужно подавлять все ее природные инстинкты. Необходимо помнить, что особенно ценны в лошади ее природные выносливость,

неприхотливость, энергия и способность к быстрым движениям, сноровистость на местности, на различном грунте и рельефе. Все эти качества у молодой лошади нужно развивать, а не притуплять.

Для наиболее эффективного использования спортивного коня от него требуется полная самостоятельность, спокойная уверенность в своих силах, умение легко и свободно перемещать свой центр тяжести — самоуравновешиваться, т. е. свободно пользоваться шеей, головой, необремененной поясницей и задними ногами, а также способность к продолжительным естественным широким аллюрам, сохраняя при этом полное послушание и легкость управления при спокойном указании человека.

Правильное и разумное сочетание всех этих требований, положенных в основу подготовки и воспитания, дает в итоге правильную, полезную, отвечающую необходимым условиям спорта систему подготовки. Такая система сохранит и сбережет лошадь для длительной спортивной и учебной работы, а спортсмене-коннике разовьет удаль и находчивость, правильное представление о силах и способностях своего коня, а также умение максимально их использовать без ущерба для здоровья и целостности своего спортивного друга.

КОРМЛЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ МОЛОДОЙ ЛОШАДИ, УХОД ЗА НЕЙ

Качество и количество корма, имеющие громадное значение в сохранении здоровья и сил всякого животного, особенно важны для молодой лошади, часто взятой прямо из табуна и притом не вполне еще сформировавшейся. Поэтому кормление молодой лошади должно быть всегда предметом особой заботы конника.

В зависимости от возраста лошади и условий, в которых она находилась до прибытия в клуб или школу, необходимо иметь в виду следующее.

Степным лошадям нужно вначале давать больше сена за счет уменьшения овса, чтобы таким образом сделать менее чувствительным переход от прежних условий существования к новым и тем самым предупредить разные болезни, а также приобретение дурной привычки прикусывать. Эта привычка нередко бывает только потому, что лошадь, привыкшая к степному содержанию и постоян-

ному жеванию травы, по прибытии в конюшню остается долгие промежутки времени без корма.

Сено молодой лошади надо давать не менее чем 8—10 раз в сутки между дачами овса, небольшими кидками по 500—600 г. Большая часть суточной дачи сена должна закладываться на ночь. После работы, по приходе лошади на конюшню, обязательно следует давать сено, которое полезно слегка смачивать водой.

Увеличение зернового корма до определенной нормы необходимо производить, соблюдая строгую постепенность.

Как правило, зерновой корм дается три раза в день — утром, в полдень и вечером. Вместе с овсом лошади дается соль в размере $\frac{1}{3}$ суточной нормы соли. Не менее чем за 20 мин. до дачи зернового корма животное должно быть напоено. Перед работой зерновой корм следует давать с таким расчетом, чтобы лошадь успела съесть его не позднее чем за 40 мин. до начала предстоящей работы.

Приучать молодую лошадь пить из ведра следует осторожно. Пить нужно вволю чистой и не очень холодной водой. В особенности это нужно соблюдать, когда у молодой лошади происходит смена зубов. Как правило, лошадей поят три раза в день, т. е. перед дачей зерна. В жаркое время нужно поить лошадь как можно чаще.

Травяной корм для некоторых лошадей, в особенности худоконных, чрезвычайно полезен, но только тогда, когда травы начинают цвести. При этом, чтобы не ослабить сил животного, кормить надо не только травой, но и овсом, заменяя травой только сено.

Кроме кормления и водопоя, для сохранения здоровья и развития молодой лошади большое значение имеет правильно налаженный уход за нею и чистка. Недаром существуют поговорки: «Чистка — полкорма», «Кожа и шерсть являются зеркалом здоровья лошади».

Независимо от того, что кожа представляет собой прочную защиту для организма, она благодаря своей насыщенности нервами и нервными концевыми ответвлениями действует и на функции внутренних органов.

Кожа регулирует количество тепла, которое должно быть отдано. Если она раздражается холодом, то ее кровеносные сосуды суживаются, и в результате уменьшается отдача тепла. При высокой внешней температуре сосуды, наоборот, расширяются, и наружу отдается большее количество тепла. Кожа служит также органом выделения:

через потовые железы выделяется большое количество воды, немного солей, в особенности хлористого натрия, и некоторые органические вещества: мочевины и летучие жирные кислоты.

Поры кожи могут легко засоряться отслаивающимися частицами, высыхающими отделениями солевых и потовых желез и, наконец, просто пылью и грязью от лежания на нечистой подстилке. Само собой разумеется, что загрязненная кожа не может правильно выполнять свои физиологические отправления, и это приводит к целому ряду заболеваний. Загрязненная шерсть и кожа способствуют беспрепятственному размножению паразитов (вши, клещи и т. п.). Поэтому необходим постоянный уход за кожей, который заключается в чистке и обмывании лошади.

Молодую лошадь нужно приучать к чистке, соблюдая постепенность и особую осторожность. Начинать нужно с легкого прикосновения рукой к наименее чувствительным частям тела, затем последовательно легко протирать сукопкой, без нажима щеткой и жгутом соломы.

Кроме всего перечисленного, не менее важным условием для сохранения здоровья и развития сил лошади является движение ее на свежем воздухе. Поэтому с молодыми лошадьми необходимо производить ежедневные занятия и проводки преимущественно на открытом воздухе.

Светлые, сухие и недушные конюшни, чистая подстилка в станках и тщательная уборка предохраняют молодых лошадей от простуды.

В конюшне, прежде чем войти в станок, необходимо окликнуть лошадь, ободрить ее голосом и прикормить из рук. В манеже нужно больше ласки и одобрения голосом. В поле и на проводке лошадь должна идти на длинном поводу; ей следует разрешать приближаться к интересующим ее предметам.

ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ РАБОТА С МОЛОДОЙ ЛОШАДЬЮ

Разбивка лошадей. По прибытии в клуб или школу молодые лошади должны быть тщательно осмотрены, чтобы на основе оценки экстерьера и правильности движений и возраста определить, какие можно предьявить требования каждой из них при подготовке. На основе наблюдения за лошадью в первые дни пребывания ее в конюшне также определяются ее привычки, темперамент и характер.

Нужно всегда помнить, что выездка молодой лошади должна производиться в строго индивидуальном порядке. Предъявление одинаковых требований к лошадям, уже сформировавшимся и еще находящимся в процессе формирования и роста, может оказаться губительным и повлечь порчу животного.

Для успешной подготовки молодых лошадей немалое значение имеет и правильный подбор спортсменов для работы с ними. При этом нужно учитывать рост, темперамент, характер и опыт спортсмена: на горячую и капризную лошадь следует сажать спокойного, решительного и наиболее подготовленного конника, на горячую, но доброправную — спокойного и терпеливого, хотя и менее опытного, а на слабую лошадь — легкого всадника.

Необходимо с первых же дней пребывания молодых лошадей в клубе или школе производить ежедневную проводку их на открытом воздухе продолжительностью не менее часа. Не нужно на первых порах предъявлять какие-либо требования к лошадям. Основным в это время будет приручение их и приучение к движению рядом с человеком.

Взнуздывание и правила подгонки оголовья. Через два-три дня, когда лошади на проводке будут доверчиво и спокойно идти рядом с человеком, необходимо приступить к взнуздыванию. Взнуздывание нужно начинать в конюшне, оголовье следует надевать неторопливо, спокойно, оглаживая и ободряя голосом лошадь. Важно, чтобы оголовье на затылке не касалось ушей, налобник плотно лежал на лбу под ушами, но не тер их. Щечные ремни должны идти вдоль скуловых гряд прямо к углам рта. Переносье нужно пригонять так, чтобы между ним и носом лошади проходило два-три пальца. Подбородный ремень также пристегивается свободно: под ним должен проходить кулак. Сдавливание подбородка ремнем часто ведет к затруднению дыхания лошади и причиняет ей болевые ощущения.

В период приучения к взнуздыванию, т. е. в первые 3—4 урока, лошадь следует выводить на проводки без мундштука.

Трензельное удило нужно пригонять так, чтобы оно лежало под мундштучным и не доходило до углов рта на полпальца посредине между углами рта и грызлом мундштука: пригонянное выше будет давить на углы рта, а пригонянное ниже — болтаться во рту лошади, что может

повести к выработке у нее дурной привычки перекидывать языком через удило. Стучить ее от этого часто бывает очень трудно. Мундштук должен соответствовать рту лошади и лежать на беззубых краях нижней челюсти против выемки подбородка, т. е. приблизительно на один палец выше клыков или краек у кобыл.

Мундштучное и трензельное удила находятся поверх языка лошади и должны иметь такое положение во рту ее, чтобы они не противодействовали друг другу. Лошадь привыкает к удилам и потом приучается к действию их при условии правильной их подгонки (рис. 29).

На правильную подгонку мундштука и трензеля нужно всегда обращать особое внимание. Слишком длинное грызло мундштука будет передвигаться во рту лошади из стороны в сторону, чем, естественно, будет беспокоить десны и язык. Слишком короткое грызло будет жать щечками, а иногда и ущемлять губы, на которых могут образоваться потертости и ссадины. Толщина грызла также должна соответствовать строению и чувствительности десен: для острых и чувствительных десен нужно подбирать толстое удило с низкой дужкой, для плоских и менее чувствительных — тонкое удило с высокой дужкой. Для большинства лошадей необходимо удило средней толщины с дужкой средней высоты.

При мундштуке трензельное удило должно быть тоньше, чем при работе на одном трензеле. Для работы с мундштучком рекомендуется трензель Боше, который имеет по два кольца на каждой стороне. За верхнее кольцо прикрепляются щечные ремни оголовья, а за нижнее пристегивается повод. Такой трензель не может передвигаться во рту лошади и удобнее обычного тем, что при боковых действиях повода его кольца не входят в рот лошади и не могут его повредить.

Удила служат для управления лошадей: трензельное действует давлением на язык, беззубый край нижней челюсти и на углы рта лошади, мундштучное — на беззубый край нижней челюсти и на небо верхней.

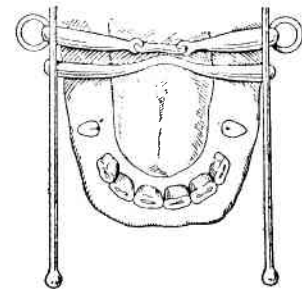


Рис. 29. Правильное положение трензеля и мундштука во рту лошади

Как мундштучные, так и трензельные удила являются раздражителями. При помощи их у лошади вырабатываются соответствующие условные рефлексы, которые в дальнейшем служат средством остановки лошади силой, укрощающей ее, а также средством управления.

Ощущения, которые испытывает лошадь в итоге действия удила на ее рот, колеблются от самого легкого до чувства очень сильной боли. Поэтому, чтобы достигнуть положительных результатов в подчинении лошади, нужно соразмерять воздействие с чувствительностью рта лошади.

С е д л а н и е. Когда молодая лошадь освоится с мундштучным и трензельным удилами и будет спокойно ходить рядом с всадником, можно приучать ее к седловке. Начинать нужно с накладывания на спину лошади вчетверо сложенной попоны. Это следует делать в станке конюшни, первоначально без трока*, а потом со слабо подтянутым троком, после чего можно выводить лошадь на проводку. Когда она будет спокойно и доверчиво относиться к попоне на спине и свободно двигаться с нею, можно приступать к накладыванию на спину седла, но без потника, стремя и подпруг, также только в станке. Через 2—3 урока можно приступить к подтягиванию подпруг, но это нужно делать осторожно, чтобы не напугать молодую лошадь. Когда она освоится с седлом на спине и с подтягиванием подпруг в конюшне, можно выводить ее подседланной на проводку. Лучше, если первоначально путлища со стремями будут сняты совсем.

Рис. 30. Правильно пристегнутая корда

Прогонка на корде. Примерно со 2-й недели работы, когда молодые лошади будут приучены, следует приступить к прогонке их на корде (рис. 30), которая производится по правилам, изложенным на стр. 89—91.

В первые дни не следует требовать от лошади каких-либо определенных аллюров или задерживать ее движение.

* Трок — тесьма с пряжкой на одном конце. Служит для удержания попоны на спине лошади.

Надо добиваться лишь того, чтобы она шла смело вперед, безразлично каким аллюром. Горячих и нервных лошадей необходимо успокаивать голосом, а ленивых энергично высылать бичом.

Движение на корде нужно производить в обе стороны. Прогоняв лошадь в одну сторону, следует, успокаивая ее голосом, постепенно сокращать движение и, наконец, остановить ее, огладить и пустить в другую сторону. При этом каждый реприз первоначально должен быть не более 3 мин., постепенно возрастая до 5 мин.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА МОЛОДОЙ ЛОШАДИ К РАБОТЕ В ПОЛЕ

(первый и второй периоды)

Эта подготовка состоит из двух периодов продолжительностью полтора-три месяца каждый.

Работа каждой недели строится так:

- а) шесть рабочих дней, после чего один день отдыха;
- б) в первом периоде работа проводится один раз в день, желательно утром, во втором — два раза, утром и вечером;
- в) напрыгивание на корде нужно отнести к 3-му дню недели.

В 1 и 2-ю недели лошадь работает без седла, на уздечке; в 3 и 4-ю — под попоной, с оголовьем; в 5 и 6-ю — под спортивным седлом с подтянутыми стремями; в 7 и 8-ю недели — тоже под спортивным седлом, но с отпущенными стремями.

В конце первого периода и весь второй период лошадь работает под спортивным рабочим седлом с подтянутыми стремями.

РАБОТА НА КОРДЕ

Цель работы на корде состоит в том, чтобы: а) развить природные качества лошади; б) приучить ее (используя различные способы) к совместной работе с человеком, успокоить ее, добиться, чтобы она доверчиво шла к человеку; в) приучить лошадь к движению на корде вперед на шагу, на рыси и на галопе; г) приучить лошадь к движению по кругу, подготавливая ее тем самым к дальнейшим упражнениям на боковые сгибания; д) научить лошадь

преодолевать на корде сложную систему препятствий, что скорит развитие ее природного самоуравновешивания подготовит ее к преодолению препятствия под спортсменом.

Радиус круга при работе на корде необходимо постепенно уменьшать, что заставит лошадь больше сгибаться в бок и подгаивать внутреннюю заднюю ногу ближе к передней части корпуса. Все это даст лошади возможность переместить центр тяжести ближе к задней части корпуса, освободить передние ноги для свободного движения вперед и поднять шею и голову на необходимую (по экстерьерным данным) высоту.

Работу на корде необходимо начинать очень осторожно, иначе корда напугает лошадь.

На первых порах помощник кордового проводит лошадь по кругу. Кордовый в это время стоит в центре круга, свободно держа корду. При движении по кругу лошадь необходимо успокаивать голосом, оглаживанием рукой. Когда будет сделано несколько кругов, помощник кордового, ведущий лошадь, постепенно отходит в центр, а лошадь продолжает движение по кругу самостоятельно. Если лошадь пойдет галопом, будет «козлить», не надо ей препятствовать, а, успокаивая ее голосом, использовать эту энергию для движения вперед.

Если лошадь будет упрямыться, неохотно двигаться вперед, помощник кордового проводит ее по кругу снова. В исключительных случаях к работе привлекается еще один помощник — бичевой. Обычно роль бичевого, когда это нужно, выполняет помощник кордового.

При охотном движении вперед и выполнении требований человека лошадь необходимо чаще принимать к рукам, ободрять голосом, рукой, изредка давая за особенно удачное исполнение хлеб.

Необходимо постепенно добиться, чтобы все движения на корде лошадь начинала и заканчивала по голосу человека.

Корду необходимо держать в руке, согнутой в локте. Кисть должна приходиться несколько ниже плеча человека. Если есть помощник, то при движении направо корда держится в левой руке, а при движении налево — в правой. Когда помощника нет, корда держится при движении направо — в правой руке, а при движении налево — в левой с тем, чтобы другую руку освободить для работы бичом, если это потребуется.

Для досыла вперед руку с кордой необходимо подавать несколько вперед. Для сокращения движения и для остановки продельвается обратное, причем кисть руки должна составлять пружинную мягкую связь через корду со ртом лошади. Чтобы лошадь не упиралась на корду, надо мягким постепенным чередованием уменьшения и увеличения угла согнутой в локте руки набирать и отдавать корду.

Напрыгивание на корде следует начинать с переагивания лошадью (без прыжка) на шаг, рысь и галопе через набросанные по вольту на землю жерди. Если она переагивает через эти жерди спокойно и уверенно, можно постепенно поднимать один конец их. Дальнейшая работа по напрыгиванию на корде переносится на препятствия, поставленные по прямой у стенки манежа. При преодолении их особое внимание необходимо обратить на сохранение ровного, спокойного темпа движения как до препятствия, так и после него.

Постепенно путь по прямой перед препятствием необходимо сокращать с тем, чтобы лошадь прыгала на первое препятствие, имея согнутый бок. В случаях неохотного, неуверенного преодоления высоты препятствий следует резко снизить и заставить лошадь прыгать через сниженные препятствия до тех пор, пока она не приобретет уверенности в прыжке. В дальнейшем высоту их можно постепенно довести до общего уровня. Особенно строгую постепенность следует соблюдать при работе на сложной системе препятствий.

При работе на корде к помощи бича необходимо прибегать только тогда, когда это действительно необходимо. Особенно осторожно следует применять бич при напрыгивании. Здесь работать им надо сильно и резко, когда лошадь не идет на препятствие из-за упрямства. Однако нельзя бить лошадь, имеющую желание прыгнуть и уже отделившуюся от земли для прыжка.

РАБОТА В РУКАХ

Цель работы в руках состоит в следующем: а) продолжить работу по развитию природных качеств лошади; б) подготовить последнюю к работе под спортсменом, приучив ее воспринимать воздействие шенкеля и повода с тем, чтобы эти способы управления были ей уже

достаточно знакомы, когда ездок будет применять их, сидя в седле.

Работу в руках рекомендуется проводить первоначально на месте.

Для ознакомления лошади с действиями поводов следует установить ее сначала ровно на ногах, а голову поставить прямо. Затем взять правой рукой за левое, а левое за правое кольцо трензеля и начать слегка надавливать трензелем первоначально на одну, а затем на другую челюсть до тех пор, пока лошадь «не отжует».

После этого также постепенным надавливанием удила поочередно на обе челюсти заставить лошадь, не переставая жевать, согнуть и опустить немного голову в затылке направо и налево.

С шенкелями лошадь знакомят путем легкого прикладывания хлыста к ее бокам: этим она побуждается двигаться в стороны. После того как

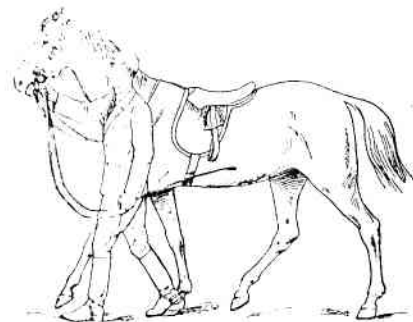


Рис. 31. Правильное положение спортсмена при первоначальной работе лошади в руках

лошадь будет легко выполнять требование спортсмена при работе в руках на месте, следует переходить к работе в руках на движениях.

Работу в руках следует начинать с проводки лошади шагом по стенке манежа после работы на корде, не предъявляя ей никаких требований и довольствуясь тем, что она спокойно и уверенно идет рядом (рис. 31). На следующем этапе нужно добиться, чтобы животное так же спокойно и уверенно двигалось по прямому направлению рысью. Человек сначала бежит рядом, успокаивая его голосом, оглаживая и как можно меньше действуя поводом, а затем сокращает рысь до такого предела, когда самому можно идти широким шагом, а лошадь будет продолжать движение рысью.

Цель дальнейшей работы — приучить лошадь к движению рысью впереди человека, повинаясь его голосу и легкому воздействию по ее боку палочкой. Особое внимание

необходимо обратить на равновесие лошади с тем, чтобы она как можно больше переместила центр своей тяжести назад, что даст возможность установить шею и голову животного на необходимой по его экстерьерным данным высоте.

Такое положение позволит человеку добиться мягкой связи кисти руки со ртом лошади. После того как связь эта будет достигнута, можно перейти к работе по открыванию рта лошади. Для этого, энергично посылая ее вперед, нужно спокойным движением кисти руки, в которой находится мундштучные повода, мягко и постепенно натяги-

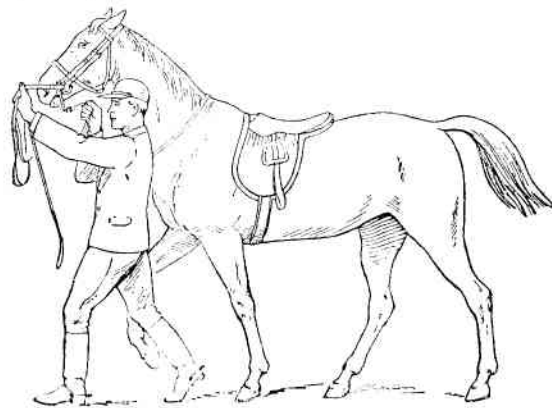


Рис. 32. Правильное положение рук спортсмена при первоначальной работе по открыванию рта лошади

вать мундштучные повода. При этом верхняя часть кисти, сжатая в кулак, пойдет вперед-вниз, а нижняя — назад-вверх и потянет за собой нижние концы мундштука снизу-вверх-назад, поворачивая тем самым гризло мундштука (рис. 32).

Грызло мундштука, поворачиваясь, давит на беззубый край нижней челюсти, а дужка гризла встречает небо верхней челюсти и упирается в него. Дальнейший поворот гризла вынудит лошадь разжать челюсти, т. е. открыть рот, но так как верхняя челюсть неподвижна, то лошадь при открывании рта отжимает нижнюю челюсть назад. Как только лошадь сделает это, ее сейчас же следует поощрить, ослабив действия мундштука и предоставив ей самостоятельно закрыть рот. В большинстве случаев лошадь подтянет нижнюю челюсть под верхнюю.

Следующий момент работы — закрывание рта лошади, сближая верхнюю челюсть с нижней — требует особого внимания, так как может быть достигнут только сдачей в затылке. К этому можно перейти тогда, когда лошадь, не замедляя темпа движения, будет охотно открывать рот. Используя приобретенный навык, необходимо выдерживать мягкое давление мундштука и, непрерывно и энергично посылая лошадь вперед при подведенной задней части корпуса, добиться поворота всей головы книзу путем сдачи в затылке, тем самым закрывая рот путем сближения верхней челюсти с нижней. Эту работу необходимо завершить постепенным приучением лошади к сдаче в затылке в сторону движения, соблюдая правильное постановление. Усовершенствованием работы в руках будет отработка изложенного упражнения не по прямому направлению, а на вольту с постепенным сокращением его радиуса.

Часто можно наблюдать, когда молодая лошадь при работе в руках горячится, чрезмерно упирается в повод и тянет вперед. Спортсмен едва поспевает за ней. Такую лошадь следует остановить и на месте при содействии помощника добиться от нее собранности или потребовать сбор со сдачей в затылке. Из этого положения надо заставить лошадь, не распускаясь, двинуться вперед сначала шагом, а затем, когда она усвоит это, перейти на рысь. Если лошадь будет тянуть снова, следует вторично остановить ее, собрать на месте и поработать несколько уроков только на месте и шагом в сборе до тех пор, пока ее мускулатура не будет подготовлена к более трудной работе на рыси.

Нужно помнить, что чем меньше подготовлен спортсмен к выезде молодой лошади, тем больше нужно уделять внимания и времени работе по собиранию ее на месте и на шагу. Только когда это будет хорошо усвоено лошадью, можно начать работу на рыси.

К выработке боковых движений следует переходить тогда, когда работа по прямому направлению даст положительные результаты. При этом, работая в руках, для откидывания задней части корпуса применяют следующий разбор поводьев:

а) при работе на одном трензеле ездок становится перед лошадью, берет под ее подбородком оба трензельных повода в правую руку — при откидывании задних ног влево и в левую — при откидывании задних ног вправо

и, если нужно, поднимает голову лошади вверх. Одновременно он поворачивает к себе ногтями сжатую в кулак руку с поводьями, чем укорачивает повод той стороны, в которую будут откидываться задние ноги, этим самым давая необходимое постановление головы животного;

б) работая на мундштуке, ездок берет в одну руку трензельные поводья и щечку мундштука у кольца мундштучного повода, а в другую — хлыст и мундштучный повод, перекинутый через шею лошади (рис. 33). Нажимая затем большим пальцем на кольцо мундштучного повода,

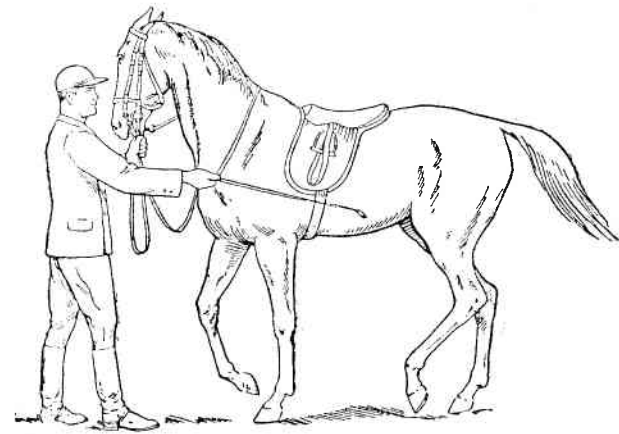


Рис. 33. Правильное положение рук спортсмена при откидывании задней части корпуса лошади

ездок удилем мундштука давит на беззубый край нижней челюсти лошади с той стороны, в которую откидывается задняя часть корпуса. Вначале этому можно помогать натяжением мундштучного повода, находящегося в другой руке.

Боковые движения имеют целью развить гибкость в боках лошади, выработать свободу движения плеч и задней части корпуса. Еще в большей степени способствуют они быстрому уравновешиванию лошади. Начинать их следует с откидывания задних ног на месте (поворот на переду), не требуя на первых порах постановления в сторону поворота, а лишь наблюдая за тем, чтобы лошадь охотно уступала действию конца палочки около задних подпруг.

Когда этот поворот будет лошадью усвоен, можно перейти к откидыванию задних ног на месте с постановле-

нием в сторону поворота. Действие палочки не должно носить характера резких и навязчивых ударов, а быть аналогичным будущему действию шенкеля. Если лошадь не реагирует на нажим палочки, необходимо добиться откидывания задних ног, воздействуя палочкой на ее круп. Когда же под влиянием этого лошадь откинет задние ноги, следует повторить то же самое, но уже прикасаясь палочкой к боку.

Следующий момент выездки — откидывание задней части корпуса с движением на вольту сначала на шаг, затем на рысь. При первоначальной работе на вольту не следует требовать постановки в сторону движения. Боковые движения с постановлением следует отрабатывать, идя вдоль длинной стенки манежа. На первых порах необходимо ограничиться пятью-шестью шагами правильного принятия. Когда это будет усвоено лошадью, число шагов бокового движения можно постепенно увеличивать, проходя к концу второго периода расстояние, равное длине стенки манежа.

Отработка боковых движений заканчивается принятием на вольту с постановлением в сторону движения и с постепенным уменьшением его радиуса. При этом необходимо помнить, что боковые движения будут только тогда правильными, когда лошадь энергично движется в прежнем направлении, не замедляя скорости, с постановлением в сторону принятия и с убранным внутренним плечом при хорошо подведенной задней части корпуса.

При работе в руках на боковых движениях применяется следующий разбор поводьев. Ездок, двигаясь рядом с лошадью, идущей тротом * в прямом направлении, поворачивается к ней лицом и при принятии вправо передает хлыст в правую руку.левой рукой, оставляя в ней шнитый конец трензельных поводьев, берет за нижний конец левой щечки мундштука и отводит переднюю часть корпуса лошади от стенки манежа так, чтобы лошадь стала вполборота к ней. Правой рукой, в которой находится хлыст, ездок берет идущий через шею мундштучный повод (при этом кисть руки должна быть немного ниже плеча лошади, против ее локтя) и, легко набирая его на себя, надавливает на правый беззубый край нижней челюсти лошади. Одновременно с этим, ставя голову лошади несколько направо.

* Трот — короткая, но еще не сокращенная рысь.

ездок действием хлыста на бок лошади в месте приложения шенкеля, заставляет ее идти в два следа. При работе на лево все делается наоборот.

РАБОТА ПОД ВСАДНИКОМ

Садиться на молодую лошадь следует, отпустив путлища настолько, чтобы ни в коем случае не задеть носком ее бока и не напугать ее. Упор при подъеме пужно делать больше в холку, а не на заднюю луку седла.

Поэтому, чтобы приучить молодую лошадь спокойно стоять на месте, когда на нее садится ездок, необходимо при переносе ноги через круп не только не беспокоить ее носком левой ноги, но и после отталкивания от земли тяжестью своего тела не тянуть ее резко на себя.

Как правило, при посадке на лошадь помнят о левом носке, но совершенно забывают о правом и, влезая, стягивают лошадь налево. Для того чтобы избежать этого, необходимо правую ногу поставить так, чтобы при отталкивании после толчка корпус всадника пошел вверх с наклоном к лошади, т. е. поднимающийся на лошадь человек должен как можно меньше смещать ее центр тяжести.

Как правило, в течение трех-четырех дней необходимо только подниматься, опираясь на стремя, но не садиться в седло, чтобы дать лошади привыкнуть к этим упражнениям. В последующем, укорачивая постепенно путлище, успокаивая лошадь голосом и оглаживая ее, можно перенести правую ногу через круп и, сжимая ноги в коленях, плавно опуститься в седло, не откидывая корпуса назад.

Все описанное служит для того, чтобы приучить лошадь совершенно спокойно стоять на месте при посадке ездока в седло. Если она этого не делает, надо помочь всаднику удерживать ее на месте, действуя на трензельные кольца и все время успокаивая ее. Постепенно следует от подобных мер отказываться и добиться, чтобы при посадке ездока в седло лошадь спокойно стояла на месте. После того как всадник достигнет этого, следует приступить к отработке упражнений по сдаче головы лошади в затылке на прямое и боковое сгибания.

Эти упражнения проводятся следующим образом.

Сначала устанавливают лошадь ровно на ногах и придают голове и шее ее прямое положение. Затем равномерным натягиванием поводьев заставляют животное сдавать

в затылке, насколько это позволяет экстерьер. Чтобы лошадь при этом не уперлась чрезмерно в повод, следует, натягивая поводья, временами сдавать их. Чтобы лошадь не осаживала, необходимо нажимать шенкелями на ее бока или удерживать ее кордой. В последнем случае кордовому следует становиться впереди лошади и слегка натягивать корду, если лошадь пытается осаживать.



Рис. 34. Сгибание затылка лошади направо на месте



Рис. 35. Сгибание затылка лошади налево на месте

Когда лошадь исполнит требуемое, спортсмен должен постепенно ослабить поводья, причем, опуская их, необходимо оглаживать лошадь, а затем вновь установить ее голову прямо, после чего сгибать ее в затылке в стороны. При сгибании направо спортсмен, держа кисти рук на высоте локтя, сдает левый повод и плавно натягивает на себя правый, пока лошадь слегка не согнет (сдаст) в затылке голову направо (рис. 34). Нажиманием левого шенкеля, а в случае необходимости прикладыванием хлыста к боку лошади спортсмен препятствует ей откидывать заднюю часть корпуса в стороны. Нажатием же правого внутреннего шенкеля он предостерегает ее от осаживания. Сгибание головы налево делается в обратном порядке (рис. 35).

После усвоения лошадью этих упражнений следует переходить к отработке их в движении, первоначально на шагу, а затем на рыси и т. д.

С первых же шагов надо приучать животное двигаться от шенкеля, чтобы работа под седлом была как бы продолжением работы в руках.

Примерно до 9-й недели первого периода посадка ездока должна быть рассчитана на то, чтобы освободить по возможности еще не окрепшие заднюю часть корпуса и почки лошади. На рыси и на галопе необходимо стремиться как можно меньше отделяться от седла. Особенно за этим нужно следить на строевой и прибавленной рыси.

Всеякие лишние движения, толчки могут вызвать у молодой лошади боль, дурные привычки, искоренить которые впоследствии будет очень трудно. Особенное внимание необходимо обратить на мягкую работу повода при чутком, упругом шенкеле.

На первых порах не следует увлекаться продолжительностью репризов; в этом отношении должна соблюдаться строгая постепенность.

Строгую постепенность надо соблюдать и приучая лошадь к резким звукам. Обычно начинают с похлопывания палочкой по саногам ездока, по различным частям седла, затем можно перейти к постукиванию палочкой по окружающим предметам, проезжая мимо них (стенка манежа, ворота, препятствия и т. п.). При этом надо непрерывно успокаивать лошадь и при спокойном отношении к резким звукам поощрять ее. Таким образом можно постепенно перейти к стуку молотком по положенному в середине манежа куску железа, к звону колокола, к игре трубачей.

Порядок постепенности должен быть соблюден и при приучивании лошади к уличному движению.

Приучая лошадь к резким звукам, не нужно продолжительностью их нервировать ее: это может привести к тому, что, вместо успокоения, она будет приходить в первое возбуждение.

К напрыгиванию под ездоком следует приступать тогда, когда лошадь в достаточной мере освоится с техникой прыжка, работая на корде по сложной системе препятствий. Основная задача обучения напрыгиванию под ездоком заключается, во-первых, в том, чтобы была исключена возможность обноса лошадью препятствия, и, во-вторых, в том, чтобы ездок не мешал ей преодолевать препятствия.

Для этого в первое время препятствие, через которое будет прыгать молодая лошадь (не выше 50 см), с одной стороны должно быть ограничено более высоким препятствием, а с другой — стенкой манежа. Полезно первой на прыжки ставить хорошо прыгающую старую лошадь, чтобы молодые охотнее шли за ней.

В течение 6 и 7-й недель второго периода обучения ездки при прыжке должен браться за гриву, чтобы исключить какую бы то ни было возможность цука * молодой лошади. Когда лошади освоятся с преодолением препятствий, можно занятия по напрыгиванию усложнять, но не за счет повышения препятствий, а вначале главным образом за счет увеличения заложения. Постепенность, поощрение и ласка имеют при обучении напрыгиванию под ездоком исключительное значение.

Через всякое новое препятствие следует прыгать только тогда, когда лошадь уверенно преодолевает его на корде, причем размеры его при напрыгивании на корде (высота, заложение) должны быть несколько больше тех, которые будут при напрыгивании под ездоком. Новые препятствия надо выставлять в манеж заблаговременно, чтобы во время занятия лошади могли их обнюхать и осмотреть. Перед преодолением под ездоком необходимо пропустить через них лошадь на корде (в дни, отведенные для этой работы). Поэтому система препятствий, расставленных по паркуру, не должна быть для лошади новой.

ОСАЖИВАНИЕ

Осаживание — это аллюр в два темпа. Лошадь выполняет его, поочередно передвигая диагонали назад. «Правильное осаживание смягчает лошадь и придает грацию и точность ее естественным движениям. Первое условие для верного осаживания: сохранить лошадь в руке, т. е. чтобы она была под всадником гибка, легка на переду и уравновешенна во всех своих частях, а это докажется совершенной легкостью лошади. Животное, поставленное в такое положение, может легко сообщить передним и задним своим конечностям совершенно ровные подвижность и подъем» (Боше).

* Цук — резкое дерганье поводом назад, что вызывает боль во рту лошади.

При осаживании не следует перегружать задние ноги лошади. Нужно дать возможность последней слегка опустить шею и голову, а не поднимать их слишком высоко: в этом случае осаживать лошадь будет очень трудно, так как задняя часть корпуса ее будет чрезмерно загружена. Как правило, в таких случаях животное начинает заваливаться и сопротивляться. А если спортсмен продолжает требовать осаживания, лошадь вынуждена подняться на дыбы.

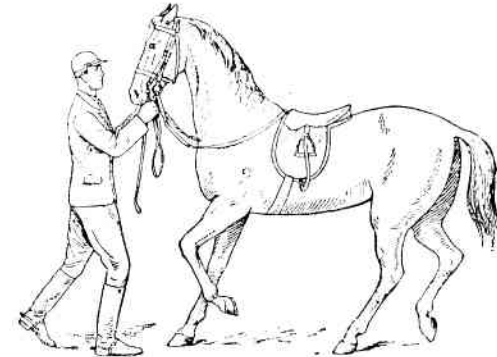


Рис. 36. Правильное осаживание лошади при работе в руках

Приступая к осаживанию, надо сначала, как указано выше, облегчить заднюю часть корпуса лошади, для чего необходимо опустить ее голову легкими надавливаниями на трензель сверху вниз. После этого надо встать впереди лошади лицом к ней, взять в каждую руку по трензельному поводу около рта и нажимать их назад перед собой. При этом поясница и задние ноги лошади перенесением части тяжести на переднюю часть корпуса облегчаются: лошадь легко отделяет задние ноги от земли и заносит их назад (рис. 36). Такое положение дает ей возможность переступать ногами, а не тянуть их по земле и не горбить спину.

Для первого раза достаточно, чтобы лошадь сделала хотя бы два шага назад, по одному каждой ногой, после чего упражнение необходимо прекратить, отдать повод, огладить животное и обязательно подать его вперед.

Это упражнение следует повторять чаще. На первых порах надо избегать больших репризов при осаживании.

во-первых, у лошади еще мало отработаны поясница и задние ноги, и упражнение для нее трудно и утомительно; во-вторых, при продолжительных репризах лошадь придется мало останавливать и награждать, от чего желательный условный рефлекс не будет отчетливо и правильно закрепляться.

Наконец, всякая работа, не подготовленная предварительными упражнениями, утомляет лошадь и отвлекает ее от охоты. Поэтому не следует требовать осаживание более восьми-десяти раз шагом и 3—4 репризов в урок. После каждого реприза обязательно нужно подать лошадь вперед.

Когда лошадь при опущенной шее будет плавно осаживать, надо встать рядом с ней и сделать прямое сгибание, т. е. уравновесить, собрать ее. После этого, взяв повод, она должна уже осаживать в поводу. Однако и здесь нужны последовательность, чувство меры и мягкость в обращении с животным. Если лошадь не берет повод, хочет отделаться от него, осаживает слишком быстро, ее нужно задержать натягиванием трензельных поводьев сзади наперед.

После того как лошадь при работе в руках будет свободно осаживать, можно переходить к упражнениям под всадником.

Осаживание под всадником

Приступать к осаживанию под спортсменом следует только тогда, когда лошадь охотно и энергично двигается вперед под воздействием обонх шенкелей. В противном случае это упражнение может отрицательно повлиять на подготовку молодой лошади и вызвать дурные привычки: вместо правильного осаживания она будет пятиться назад и становиться на дыбы. Поэтому начало осаживания под верхом нужно отнести к началу второго периода.

Чтобы лошадь правильно осаживала, необходимо:

а) потребовать от нее сдачи, или сбора, как перед любым движением, — это приведет ее в положение готовности;

б) удерживать легкое прикосновение шенкелей у боков лошади, как это делают при посыле вперед. Вместе с тем, чтобы лошадь не двинулась с места, рукой следует задержать ее поступательное движение и одновременно прекратить активные действия шенкелями;

в) действовать руками в такт движения передних ног, когда лошадь начнет осаживать (например, когда правая

передняя нога отделится от земли, а одновременно с ней — и левая задняя, надо несколько усилить действие правого повода. И, наоборот, при подъеме левой передней ноги усиливается левый повод). Для того чтобы определить, какая из передних ног отделилась от земли, следует смотреть на действие плеч;

г) регулировать шенкелями направление осаживания, образуя как бы коридор, по которому должна перемещаться лошадь (рис. 37).

Если лошадь не осаживает по прямой линии, нужно поставить ее на середине манежа, слегка собрать, чтобы она немного опустила голову вниз, и прижать один из шенкелей, например правый. Лошадь отвечая на его действие, поднимает левую заднюю ногу, сместив этим заднюю часть корпуса в противоположную действию шенкеля сторону. В это мгновение нужно натянуть спереди назад левый трензельный повод, от чего правое плечо пойдет назад, а

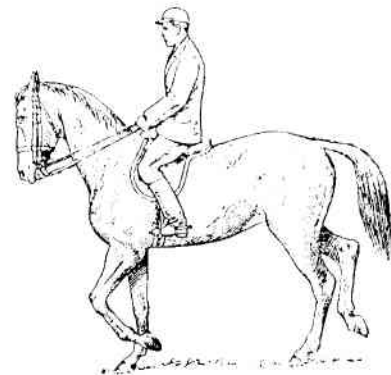


Рис. 37. Правильное выполнение лошадей осаживания

поднятая на воздух левая задняя нога опустится на шаг за стоящей на земле правой задней ногой. Затем действуют левым шенкелем и правым поводом, от чего левое плечо пойдет назад, а поднятая в воздухе правая задняя нога опустится на шаг позади стоящей на земле левой задней ноги.

Когда таким образом лошадь сделала два шага назад, необходимо отдать повод и огладить ее. Первые два шага должны быть основой последующих упражнений при обучении осаживанию. Когда лошадь хорошо усвоит это упражнение, нужно перейти к осаживанию на четыре шага. Затем число шагов можно еще увеличить.

Последовательное прижимание шенкелей и усиление действия соответствующего трензельного повода применяются только в начале обучения. После того как лошадь легко делает несколько шагов назад, нужно приступить к осаживанию обоими поводьями и обоими шенкелями одновременно.

Как уже указывалось, не следует много осаживать лошадь.

Особенно важно изменять число шагов осаживания.

Нужно держать лошадь в постоянной готовности двинуться вперед под посылком шенкелей, чтобы она не могла использовать осаживание для сопротивления. Чтобы при-остановить осаживание и выслать лошадь вперед, всадник должен начать действовать обоими шенкелями в тот момент, когда она делает шаг назад. Пока она делает этот шаг, нужно подготовиться двинуть ее вперед.

Необходимо добиваться, чтобы лошадь осаживала медленно и спокойно при максимально возможном захвате пространства диагоналями, причем она должна быть готовой двинуться вперед при малейшем указании шенкелей.

Для окончательной отработки осаживание необходимо производить после движения на шагу, рыси и галопе, обращая внимание на правильную остановку. Осаживание должно следовать за остановкой без промедления, но в то же время надо избегать рывков и излишней торопливости.

КОНТРГАЛОП

Контргалоп является очень полезным упражнением для уравнивания лошади при работе на прямые сгибания, поэтому рекомендуется начинать заниматься им в середине второго периода подготовки. Как правило, лошадь значительно легче усваивает упражнения на контргалопе в какую-либо одну сторону. Чтобы лошадь одинаково хорошо шла в обе стороны, нужно больше работать в ту, в которую лошадь идет трудней.

Переходить к контргалопу следует только тогда, когда лошадь правильно идет в обе стороны на вольтах и сокращенным галопом.

Можно рекомендовать два способа обучения лошади движению контргалопом:

а) движение сокращенным галопом с выходом на короткую стенку манежа с выполнением полувольтов направо-назад и налево-назад без перемены ноги;

б) на сокращенном галопе перемена направления с выходом на длинную стенку манежа без перемены ноги.

Первый способ обучения лошади движению на контргалопе производится так: после того как лошадь будет легко и правильно выполнять вольты на сокращенном

галопе, следует переходить на отработку полувольтов направо-назад и налево-назад. В этом упражнении лошадь, двигаясь правильно и в поводу, должна отойти от стенки манежа, как на вольте, сделать три-четыре маха по полукругу и подойти к стенке тем же сокращенным галопом, но обязательно в два следа.

Чтобы повести лошадь на галопе в два следа, надо мягким левым трензельным поводом поставить ее голову и шею слева, правым трензельным поводом, налегая на шею справа налево, направить ее плечи влево, правым шенкелем послать заднюю часть корпуса влево, а левым поддерживать лошадь в поводу и подавать ее вперед, так как, идя полуоборотом — облически, она должна тем не менее передвигаться вперед. Подходить к стенке следует так, чтобы передние ноги лошади подошли раньше задних. Теперь стенка окажется слева. Надо остановить лошадь, поставить ее правильно по стенке; двигаясь шагом, следует собрать лошадь, сделать постановление направо и поднять в галоп с правой ноги; на этой ноге сделать полувольт, но направо.

Когда лошадь будет хорошо выполнять полувольт, надо, подойдя к стенке, сделать еще несколько темпов по стенке, не меняя ноги, т. е. если полувольт был начат слева, стенка справа, полувольт делается налево; подойдя к стенке, следует продолжать двигаться несколько темпов с той же левой ноги контргалопом.

По мере того как лошадь становится все легче и устойчивее, необходимо постепенно увеличивать число темпов контргалопом. Когда лошадь будет в состоянии, отчетливо и легко двигаясь на контргалопе, проходить кругом манежа, надо, идя по стенке манежа, часто поднимать ее в галоп попеременно то с правой, то с левой ноги.

Второй способ обучения лошади движению на контргалопе производится следующим образом. Двигаясь сокращенным галопом при выходе на длинную стенку манежа, следует переменить направление. Вначале нужно отойти от стенки так, чтобы лошадь некруто подошла к противоположной стенке манежа. Не доходя 1—2 м до стенки, нужно направить лошадь параллельно ей. Не меняя ногу, продержав так несколько темпов, после чего перевести лошадь в шаг, огладить, затем собрать вновь и поднять в галоп с другой ноги с выходом на длинную стенку манежа. Соблюдая ранее изложенное, повторить, сделать перемену направления, но уже с другой ноги, причем производить

перемену направления нужно плавно, сохраняя правильную посадку, чтобы лошадь, подходя к стенке, не сменила ногу и не вышла из повиновения, что нередко бывает на практике.

В случае необходимости можно при перемене направления, отойдя несколько шагов от стенки манежа, выпрямить угол и продолжать движение галопом параллельно длинной стенке манежа. Таким образом перемена направления будет производиться два раза, что позволит удерживать ногу для лошадей, которым это упражнение трудно дается.

Действие средств управления при движении лошади контргалопом с левой ноги: верхняя часть корпуса всадника передает центр тяжести чуть влево на левое седлаище; левый шенкель несколько больше оттянут в каблук и поддерживает движение лошади вперед; правый шенкель немного закинут назад, «следит» за движением задней части корпуса лошади и препятствует ей сменить ногу; левый трезельный повод выдерживает постановление, правый держит шею в прямом направлении, муштучные поводья, увязанные с движением вперед натяжением и ослаблением, удерживают лошадь в собранном положении.

При движении контргалопом надо выработать у лошади условный рефлекс, первоначально вызываемый действием наружного шенкеля и внутреннего повода как раздражителя. В дальнейшем раздражителем будет соответствующее постановление, и лошадь не будет менять ногу до тех пор, пока спортсмен не сменит постановление.

Последовательность в работе с молодой лошастью, в особенности на движении контргалопом, имеет решающее значение, поэтому отрабатывать упражнения рекомендуется в таком порядке:

а) исполнять перемену направления, постепенно отходя от стенки манежа, чтобы удержать лошадь на контргалопе до выхода на прямую короткой стенки манежа;

б) исполнять полувольты на некотором расстоянии от коротких стенок манежа, чтобы дать лошади время уравновеситься до удаления ее от стенки. По мере успеваемости лошади выполнять полувольт ближе к коротким стенкам, чтобы увеличить трудность при исполнении полувольта;

в) исполнять контргалоп на больших вольтах и по мере успехов лошади постепенно уменьшать диаметр вольта.

* * *

В результате подготовки в течение первого периода лошадь должна:

При работе на корде:

а) спокойно и уверенно двигаться на вольту шагом, рысью, прибавленной рысью и галопом;

б) преодолевать небольшие препятствия, как одиночные, так и корзинку, составленную из двух-трех препятствий высотой 70—90 см, расположенных в 3—7 м друг от друга.

При работе в руках:

а) на прямых сгибаниях: темписто и отчетливо двигаться тротом с мягкой сдачей в затылке; делать отчетливые повороты на перед и на зад с соответствующим постановлением в сторону движения;

б) на боковых движениях: спокойно идти вдоль стенки манежа с правильным постановлением.

При работе под всадником:

а) плавно и уверенно двигаться от шенкеля прибавленной, а также темпистой учебной рысью с легким упором и повод и с мягкой сдачей в затылке; отчетливо исполнять несколько темпов боковых движений вдоль стенки манежа; делать повороты на перед и на зад и направо и налево назад с принятием двигаться свободным галопом;

б) преодолевать одиночные препятствия высотой до 70 см;

в) спокойно относиться к резким звукам и гимнастическим упражнениям.

Ниже приводится примерный план подготовки молодой лошади в первом периоде.

Примерный план подготовки молодой лошади в первом периоде

1-я неделя

Суточная нагрузка — 45 мин. (работа на корде: 3 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 3 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 3 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 3 мин. — рысь, 5 мин. — шаг; работа в руках — 13 мин.).

Цели: 1) при работе на корде — приучение лошади к спокойному движению на шагу и на рыси;

2) при работе в руках — спокойное движение лошади рядом с всадником без предъявления к ней каких-либо требований.

2 и 3-я недели

Суточная нагрузка — 45 мин. (работа на корде: 5 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 5 мин. — рысь, 5 мин. — шаг; работа в руках — 25 мин.).

Цель: 1) при работе на корде — ровные и отчетливые движения шагом, рысью, прибавленной рысью;

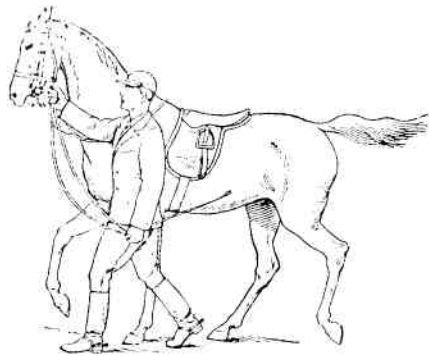


Рис. 38. Правильное движение лошади при работе в руках

недели начать галоп (при работе на корде по вольту на земле набросаны три-четыре жерди);

2) при работе в руках — спокойное движение рысью без упора на руку всадника (рис. 38), открывание рта без требования сдачи, повороты на зад с движением вперед.

4-я неделя

Суточная нагрузка — 45 мин. (работа на корде: 6 мин. —

рысь, 4 мин. — шаг, 6 мин. — рысь, 4 мин. — шаг; работа в руках — 25 мин.).

Цель: 1) при работе на корде — усовершенствование работы предыдущей недели на вольту (по вольту набросаны одна-две жерди, один конец которых поднят на 10—20 см);

2) при работе в руках — отчетливое движение вперед при подведенной задней части корпуса лошади, установка головы и шеи на необходимой высоте (при закрывании рта нужно требовать, чтобы верхняя челюсть приближалась к нижней), повороты на зад, откидывание задних ног.

5 и 6-я недели

Суточная нагрузка — 45 мин. (работа на корде: 5 мин. — рысь, 2 мин. — галоп, 3 мин. — шаг, 5 мин. — рысь, 2 мин. — галоп, 3 мин. — шаг; работа в руках — 18 мин.; работа под всадником — 7 мин.).

Цель: 1) при работе на корде — прибавленная рысь и галоп; добиться движения лошади по голосу ездока

шагом, рысью, галопом (по вольту набросаны одна-две жерди, один конец которых поднят на 30 см);

2) при работе в руках — спокойное и ровное движение тротом с легким упором на руку; дальнейшая работа по открыванию рта; повороты на перед и на зад;

3) при работе под всадником — движение шагом и рысью без предъявления требований сдачи;

4) два дня в неделю — напрыгивание на корде; одиночные препятствия высотой 50 см, число прыжков — 8; обратить внимание на спокойный подход лошади к барьерам.

7 и 8-я недели

Суточная нагрузка — 45 мин. (работа на корде: 4 мин. — рысь, 3 мин. — галоп, 3 мин. — шаг, 4 мин. — рысь, 3 мин. — галоп, 3 мин. — шаг; работа в руках — 15 мин.; работа под всадником — 10 мин.).

Цель: 1) при работе на корде — езда прибавленной рысью; приучение лошади к спокойному, ровному движению на галопе;

2) при работе в руках — усовершенствование работы предыдущей недели и начало работы по откидыванию задних ног лошади на вольту;

3) при работе под всадником — постепенное достижение движения широким шагом от шенкеля; подъем в рысь; езда прибавленной рысью; начало гимнастических упражнений на лошади;

4) два дня в неделю — напрыгивание на корде (усовершенствование работы предыдущей недели и выработка спокойного подхода лошади к барьерам).

9-я неделя

Суточная нагрузка — 50 мин. (работа на корде: 10 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 10 мин. — рысь; работа в руках — 13 мин.; работа под всадником — 12 мин.).

Цель: 1) при работе на корде — езда спокойной, продолжительной, широкой рысью как начало работы над развитием органов дыхания;

2) при работе в руках — достижение отчетливого и уверенного движения вперед при подведенной задней части корпуса лошади; начало работы на сдачу в затылке; усовершенствование откидывания задних ног на вольту с постановлением в сторону движения;

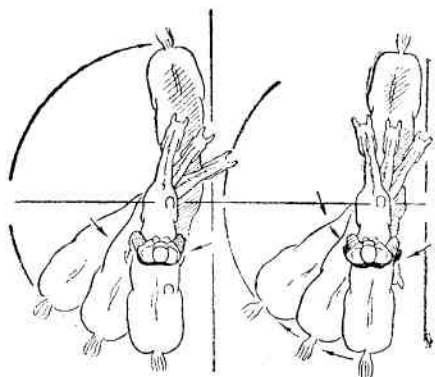


Рис. 39. Повороты на переду

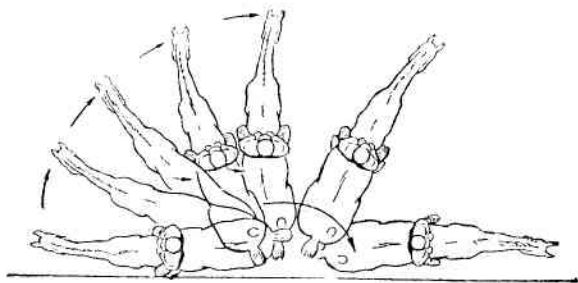
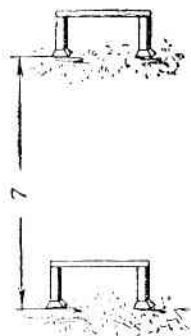


Рис. 40. Повороты на заду



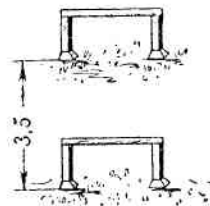
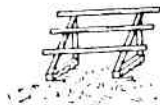
Черт. 1

3) при работе под всадником — езда прибавленной рысью от подставленной задней части корпуса лошади (обратить внимание на установку шеи и головы на необходимой высоте согласно экстерьерным данным лошади); езда учебной рысью с отчетливым движением вперед и легким упором в повод; повороты на переду (рис. 39); повороты на заду с небольшим движением вперед (рис. 40); гимнастические упражнения;

4) два дня в неделю — напрыгивание на корде (двойная корзинка из жердей, расставленных одно от другого на 7 м, и пирамида; высота препятствий — 50 см, число прыжков — до 12, черт. 1); добиться спокойного и уверенного преодоления препятствий.

10-я неделя

Суточная нагрузка — 50 мин. (работа на корде: 10 мин. — рысь, 3 мин. — шаг, 10 мин. — рысь; работа в руках — 13 мин.; работа под всадником — 14 мин.).



Черт. 2

Ц е л ь: 1) при работе на корде — усовершенствование работы предыдущей недели;

2) при работе в руках — овладение движением ровным тротом при легком упоре на руку; мягкая сдача в затылке при легком нажиме кисти руки; начало работы на боковые движения вдоль стенки манежа;

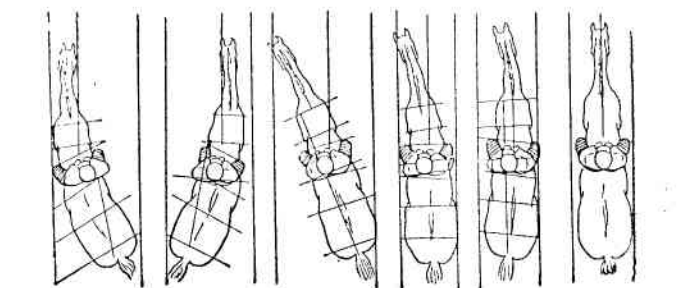
3) при работе под всадником — езда прибавленной рысью с требованием предыдущей недели; езда учебной рысью

как начало работы на сдачу в затылке (обратить внимание на правильность постановки в сторону движения, направо и налево назад, не сокращая темпа движения); езда свободным галопом; гимнастические упражнения; приучение лошади к резким звукам;

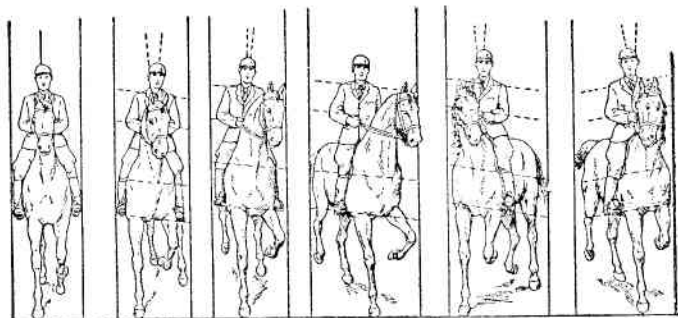
4) два дня в неделю — напрыгивание на корде (двойная корзина из жердей, расставленных друг от друга на 3—3,5 м, пирамида с заложением 1—1,25 м и открытая канава шириной 50 см (черт. 2); высота препятствий — 60 см, число прыжков — до 16).

11 и 12-я недели

Суточная нагрузка — 50 мин. (работа на корде: 10 мин. — рысь, 2 мин. — шаг, 10 мин. —



а



б

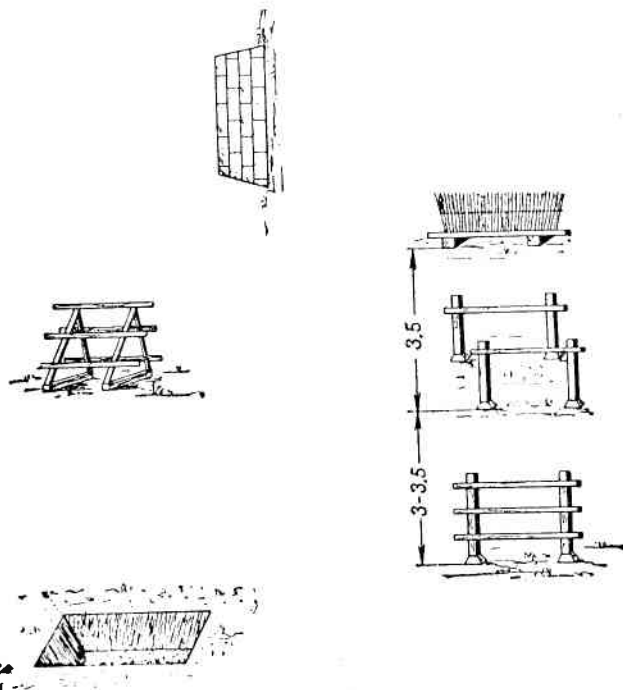
Рис. 41. Процесс принятия и бокового сгибания при движении в два следа:

а — вид сверху, б — вид спереди

рысь, работа в руках — 11 мин.; работа под всадником 17 мин.).

Ц е л ь: 1) при работе на корде — дальнейшее усовершенствование работы предыдущей недели;

2) при работе в руках — достижение ровного, темпистого движения тротом с мягкой сдачей в затылке; отчетливые повороты на переду и на заду с правильным постано-



Черт. 3

влением в сторону движения, боковые движения (обратить внимание на правильный трот по стенке манежа с постановлением в сторону движения);

3) при работе под всадником — езда прибавленной рысью с требованием предыдущей недели; езда учебной рысью — ровной, темпистой, с легким упором в повод и мягкой сдачей в затылке; начало боковых движений — направо, налево, назад с принятием пять-шесть шагов (обратить особое внимание на правильное постановление в сторону

движения, — рис. 41); езда свободным галопом; гимнастические упражнения; приучение к резким звукам;

4) два дня в неделю — напрыгивание на корде (тройная корзинка из двух жердевых препятствий и жерделя, расположенных друг от друга в 3—3,5 м, пирамида с заложением 1—1,40 м, каменная стенка и открытая канава шириной 75 см (черт. 3); высота препятствий — 70 см, число прыжков — до 20).

* *
*

В результате подготовки во втором периоде лошадь должна:

При работе на корде:

преодолевать сложную систему препятствий высотой до 1 м с числом прыжков до 30.

При работе в руках:

а) отчетливо идти высоким темпистым тротом при мягком упоре в повод с хорошо подведенной задней частью корпуса и полной сдачей в затылке (эти требования должны предъявляться сообразно экстерьерным данным лошади);

б) правильно и легко делать повороты и осаживание;

в) исполнять боковые движения с хорошо подведенной задней частью корпуса, убраным внутренним плечом и правильным постановлением в сторону движения, не сокращая при этом темпа аллюра.

При работе под всадником:

а) исполнять требования, что и при работе в руках;

б) производить повороты направо, налево назад на шаг, на рыси и на галопе с переменной ноги; вольты на тех же аллюрах;

в) легко и отчетливо делать повороты на перед, на зад, а также осаживание;

г) плавно, ровно (без суеты) переходить из одного аллюра в другой;

д) двигаться ровным, спокойным галопом и контргалопом (в 4 мин. 1 км);

е) преодолевать небольшие препятствия на шаг, рыси и галопе;

ж) спокойно относиться к резким звукам; лошади должны быть приучены к движению в населенных пунктах.

Ниже приводится примерный план подготовки молодой лошади во втором периоде.

Примерный план подготовки молодой лошади во втором периоде

1 и 2-я недели

Суточная нагрузка — 1 час 5 мин. (работа на корде — 10 мин.; в руках — 15 мин.; под всадником — 25 мин.; вечерняя проводка — 15 мин.).

Цель: 1) при работе на корде — окончательная отшлифовка работы 10—12-й недель первого периода (работа на корде проводится один день по кругу налево, другой — по кругу направо);

2) при работе в руках — усовершенствование работы 1 и 2-й недель; в дальнейшем добиться от лошади хотя бы двух-трех шагов в полном сборе (обязательно при подведенной задней части корпуса), при этом не замедлять хода вперед; боковые движения; отчетливые движения вдоль стенки манежа на согнутый бок с убраным внутренним плечом и правильным постановлением;

3) при работе под всадником — езда прибавленной рысью с легким упором в повод от хорошо подведенной задней части корпуса лошади; езда учебной рысью — ровная, темпистая (требовать от лошади два-три шага движения в сборе, не замедляя темпа аллюра); езда направо и налево назад; повороты на перед; боковые движения — пять-шесть шагов вдоль стенки манежа с правильным постановлением в сторону движения; езда свободным галопом; гимнастические упражнения; дальнейшее приучение к резким звукам, в частности к звону колокола и шуму мотора;

4) два дня в неделю — напрыгивание на корде: усовершенствование работы 12-й недели первого периода (добиться спокойного и уверенного движения как до препятствия, так и после него; число прыжков — до 23).

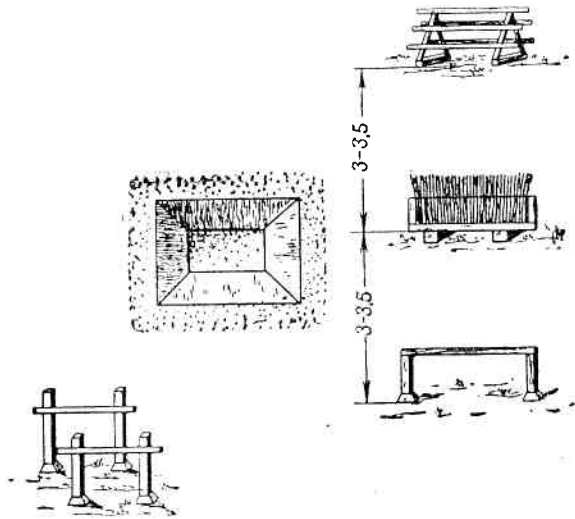
3-я неделя

Суточная нагрузка — 1 час 10 мин. (работа в руках: в начале урока — 10 мин., в конце — 15 мин.; работа под всадником — 30 мин.; вечерняя проводка — 15 мин.). Один день в неделю — проездка по населенному пункту за счет дневной работы, чтобы приучить лошадь спокойно относиться к уличному движению.

Цель: 1) при работе в руках — достижение при выском, некортком, темпистом троте движения пять-шесть шагов с правильным сбором, с легким упором на руку;

повороты на переду и на заду с отчетливым постановлением в сторону поворота; боковые движения вдоль стенки манежа (обратить основное внимание на движение 8—10 шагов в сборе с правильным постановлением);

2) при работе под всадником — усовершенствование работы 1 и 2-й недель; повороты на заду и вольты; через день — по три прыжка с шага через хердель высотой 50—60 см;



Черт. 4

3) два дня в неделю — напрыгивание на корде (корзинка из трех препятствий: первые два — отвесные, последнее пирамида; препятствия отстоят одно от другого на 3—3,5 м; параллельные брусья с заложением шириной 1 м и открытая канава шириной 90 см (черт. 4); высота препятствий — 80 см, число прыжков — до 24. Обратить внимание на правильную работу головы и шеи лошади на прыжке).

4 и 5-я недели

Суточная нагрузка — 1 час 15 мин. (расчет работы тот же, что и в 3-й неделе, однако вечерняя проводка увеличивается на 5 мин.).

Цель: 1) при работе в руках — усовершенствование работы 2-й недели; начало работы на вольту; боковые дви-

жения; езда высоким тротом вдоль стенки манежа с правильным постановлением в сторону движения и с мягкой сдачей в затылке при подведенной задней части корпуса лошади; принятие на протяжении десяти-пятнадцати шагов вдоль длинной стенки манежа;

2) при работе под всадником — езда прибавленной рысью; введение достаточного количества перемен направления с целью приучить лошадь не сокращать темпа движения на этом аллюре; езда учебной рысью — усовершенствование сдачи при условии сохранения ровного темпа при работе на вольту; через день на короткой рыси три прыжка через засеку высотой 60 см;

3) два дня в неделю — напрыгивание на корде (препятствия те же, что во 2-й неделе, число прыжков — до 26).

6 и 7-я недели

Суточная нагрузка — 1 час 20 мин. (работа в руках: в начале урока — 10 мин., в конце — 15 мин.; работа под всадником — 35 мин., вечерняя проводка — 20 мин.). Один день в неделю — проездка по населенному пункту за счет дневной работы; цель та же, что и в 5-й неделе.

Цель: 1) при работе в руках — усовершенствование пройденного на предыдущих занятиях с основным упором на работу на вольту с постепенным уменьшением радиуса последнего (обратить внимание на движение задних ног по следу передних при мягко согнутом внутреннем боку, не допуская, однако, «вваливания» и «вываливания» задней части корпуса лошади из вольта); боковые движения — постепенный переход на работу на вольту с целью постепенно приучить лошадь к движению на вольту с правильным постановлением, убранным плечом и принятием на согнутый бок, а также развить все сочленения тела лошади;

2) при работе под всадником — езда прибавленной рысью, переход в строевую и обратно; езда учебной рысью — окончательная отшлифовка поворотов направо, налево — на заду, на переду и направо, налево назад, а также вольтов. Начало боковых движений; езда галопом, правильный и спокойный подъем с сокращением рыси (как с правой, так и с левой ноги), не увлекаясь, однако, его продолжительностью (лучше допускать движение в первое время только в течение 10—15 темпов).

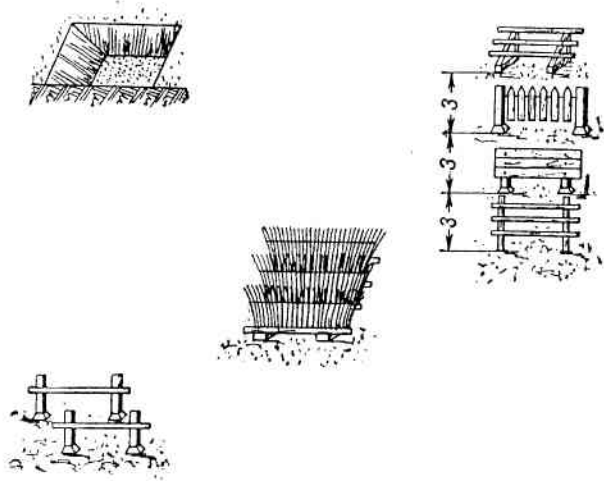
Сокращенная рысь применяется здесь в течение очень короткого промежутка времени и только как способ добиться правильного и спокойного подъема в галоп.

Через день — прыжки на учебной рыси через хердель высотой до 70 см, число прыжков — 5; при преодолении препятствий обратить внимание на достаточную отдачу повода; лучше начать работу на прыжке с отданным поводом, чем с набранным больше нормы;

3) два дня в неделю — напрыгивание на корде (препятствия те же, что в 4 и 5-й неделях; высота их увеличивается до 90 см; расстояние между жердями параллельных брусьев — до 1,25 м; открытая канава делается шире — до 1,25 м; число прыжков — до 28).

8-я неделя

Суточная нагрузка и расчет работы те же, что и в 6 и 7-й неделях, различие лишь в работе под всадником, — 40 мин. и работе в руках и в конце урока — 10 мин.



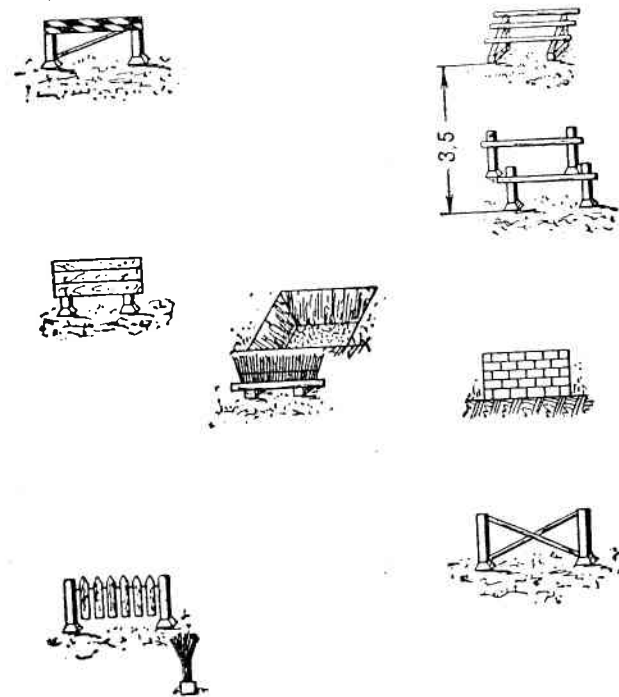
Черт. 5

Цель: 1) при работе в руках — усовершенствование пройденного в 6 и 7-й неделях, начало осаживания — не больше трех-четырех шагов;

2) при работе под всадником — отшлифовка плавного и мягкого перехода из одного аллюра в другой (шаг, строе-

вая и прибавленная рысь); остановки (не допуская осаживания); усовершенствование боковых движений; езда галопом — продолжение работы (можно увеличить общую нагрузку до 5 мин.; не требовать сокращения и сбора на галопе); прыжки те же, что и в 7-й неделе;

3) два дня в неделю — напрыгивание на корде (параллельные брусья с заложением, ширина между жердями до 1 м 10 см; открытая канава шириной до 1,5 м; три херделя, поставленные один к другому на общем заложении 2 м; корзинка из жердевого и дощатого заборов, палисада и пирамиды — расстояние между препятствиями 3 м (черт. 5); высота препятствий — 90 см, число прыжков — до 30).



Черт. 6

9 и 10-я недели

Суточная нагрузка — 1,5 час. (работа в руках в начале и конце урока — по 10 мин., работа под всадником — 45 мин., вечерняя проводка — 25 мин.). Один

день в неделю выезд в поле продолжительностью не больше 2 час. за счет дневной работы, чтобы приучить лошадь спокойно двигаться в полевой обстановке, идти шагом и строевой рысью.

Цель: 1) при работе в руках — то же, что и в предыдущей неделе (заострить внимание на усовершенствовании боковых движений на вольту), и осаживания два-четыре приема по три-четыре шага;

2) при работе под всадником — усовершенствование пройденного в 8-й неделе; осаживание — два-четыре шага, особо наблюдая за тем, чтобы лошадь начинала движение от задней части корпуса и не «вываливала» его внутрь манежа; езда галопом — усовершенствование пройденного в 8-й неделе; начало работы по перемене ног (перемена направления направо, налево назад) с обязательным переходом в учебную рысь; начало контргалопа;

3) прыжки: а) каждый день — по два-три прыжка на учебной рыси через различные препятствия высотой до 70 см; б) два дня в неделю вместо напрыгивания на корде прыжки под всадником по паркуру; число препятствий — 7—8, прыжков — 10—12, высота препятствий — 70 см (черт. 6); не следует требовать резвости, больше упора на спокойное и уверенное преодоление препятствий.

11 и 12-я недели

Суточная нагрузка — 1 час 40 мин. (работа в руках в начале и в конце урока — по 10 мин.; работа под всадником — 50 мин.; вечерняя проводка — 30 мин.). Один день в неделю выезд в поле продолжительностью не больше 2 час. за счет дневной работы. Цель та же, что и для 10-й недели, аллюры — шаг и строевая рысь.

Цель: 1) при работе в руках — дальнейшее усовершенствование выезда (обратить основное внимание на мягкую и правильную сдачу в затылке при подведенной задней части корпуса лошади), переход на сокращенную рысь с целью еще более развить мускулатуру и связки лошади, постепенно повышая их эластичность и упругость; боковые движения — усовершенствование пройденного в 8 и 10-й неделях (обратить особое внимание на совершенно свободные отчетливые движения передних ног при подведенных задних и при правильном постановлении при работе как вдоль стенки манежа, так и на вольту);

2) при работе под всадником — дальнейшая отработка плавного перехода из одного аллюра в другой, особо наблюдая за тем, чтобы при переходе из большого аллюра в меньший ездок, постепенно усиливая шенкеля и подводя задние ноги лошади, уравновесил ее, подготовив тем самым к сокращению движения (нужно помнить, что как при движении вперед, так и при переходе из большого аллюра в меньший и остановках прежде всего начинают работать

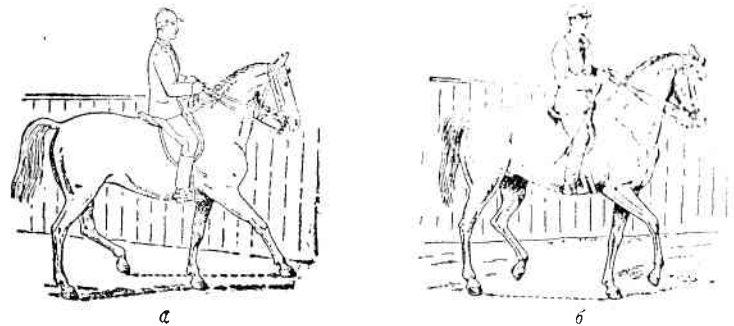


Рис. 42. Принимания по стенке манежа:

а — головой к стенке манежа, б — головой от стенки манежа

шенкеля, а потом уж повод, мягко регулирующий движение или остановку); боковые движения: дальнейшее усовершенствование работы предыдущей недели, переход к принятиям вдоль короткой стенки манежа с использованием углов (рис. 42); дальнейшая отработка галопа, постепенное его сокращение; вольты; остановки на галопе с исполнением поворота направо и налево кругом; остановки с целью усовершенствования осаживания и дальнейшего спокойного подъема в галоп, отработка контргалопа, езда врозь;

3) вместо напрыгивания на корде исполняются прыжки, перечисленные в предыдущей неделе, с той разницей, что они преодолеваются на галопе.

В конце недели — проверка подготовленности лошадей за второй период.

ВЫРАБОТКА ПОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ МОЛОДОЙ ЛОШАДИ

(третий период)

Продолжительность третьего периода — четыре месяца. Работа каждой недели строится так:

а) шесть рабочих дней, после чего один день отдыха;
б) работа проводится два раза в день — утром (тренинг или манежная езда) и вечером (напрыгивание или проводка); желательно утренний тренинг сочетать с вечерней проводкой, а утреннюю манежную езду — с вечерним напрыгиванием;

в) рабочая неделя строится следующим образом: 1, 3 и 5-й дни: утром — тренинг, вечером — проводка; 2, 4 и 6-й дни: утром — манежная езда (в 4-й день в конце урока — напрыгивание под всадником), вечером в 4-й день — проводка, во 2 и 5-й дни — напрыгивание на корде или в шпрингартене.

С 12-й недели вместо одного из дней манежной езды проводится плавание. Обучение плаванию следует начинать по возможности еще раньше с переходов вброд шагом. С 12-й недели необходимо приступить к плаванию через неширокие, неглубокие водные преграды, непрерывно следя за тем, чтобы лошадь охотно входила в воду и спокойно выходила оттуда. Впереди молодых необходимо в первое время ставить старых, хорошо плавающих лошадей.

ТРЕНИНГ

Из трех элементов, входящих в систему подготовки спортивной лошади (тренинг, напрыгивание, манежная езда), в третьем периоде тренинг по своему удельному весу должен занимать первое место, так как именно благодаря ему лошадь получает ту законченную подготовку, которая предусмотрена целевыми установками периода. Тренинг в третьем периоде складывается из сочетания аллюров, кормления лошади и ухода за ней.

Предлагаемый нами тренинг в третьем периоде — это исключительно работа в поле. Основой работоспособности спортивного коня и сохранения его, основой экономного расхода им своих сил и способности быстро после напряжения приходить в норму является выработка у него правильного дыхания (соблюдение соответствия между темпами движения и дыхания) и умения как можно меньше затрачивать силы на прямые и боковые колебания и как можно больше захватывать пространство впереди, т. е. отработка низкого, настильного и экономного хода.

Соответствие между темпом дыхания и темпом движения достигается применением при тренинге как естественных,

так и искусственных аллюров. К последним мы относим широкую рысь и сокращенную рысь в поле, взятых в определенном соотношении.

Сокращенная рысь в поле (1 км в 7,5—8 мин.) очень медленна, каждую секунду лошадь может перейти в шаг или потребовать более широкого аллюра. Отсюда возможны неровные движения, рывки и т. д. Поэтому спортсмену необходимо вести лошадь в ровных, крепких, но чутких шенкелях при самой мягкой связи руки со ртом лошади. Шея и голова которой должны быть свободны.

Сокращенную рысь в поле не надо смешивать с сокращенной рысью в манеже, которая имеет противоположные цели, главным образом выработку высокого хода (как необходимого гимнастического упражнения), тогда как сокращенная рысь в поле вырабатывает свободу движения вперед, укрепляет нервную систему и отрабатывает низкий ход

НАПРЫГИВАНИЕ

Специальные занятия по преодолению препятствий называются напрыгиванием. Напрыгивание имеет целью ускорить самоуравновешивание лошади для прыжка, выработать у нее необходимую гибкость, легкость движения и умение владеть своим центром тяжести, воспитать в ней смелость, ловкость, уверенность, спокойствие и глазомер. Хорошо подготовленная спортивная лошадь должна на любом аллюре правильно, свободно преодолевать препятствия.

Весь успех напрыгивания зависит от правильно поставленной тренировки. Последняя должна внушить лошади доверие к всаднику, желание выполнять требуемые им упражнения. Развить у животного это желание, смелость и доверие к себе — значит, наполовину обеспечить успех всей подготовки.

Напрыгивание проводится на корде, в шпрингартене (рис. 43) и под всадником. При наличии шпрингартена, имеющего форму круга, необходимо половину работы по напрыгиванию проводить в нем. Лошадь, идя на свободе, на широких аллюрах, очень быстро приобретает смелость, уверенность в своих силах и необходимую ловкость, чему способствует то, что животное прыгает на согнутый бок. При работе в шпрингартене значительно сокращается время выездки и количество занятых в ней людей.

Напрыгивание на корде и в шпрингартене должно проводиться налево и направо по вольту. Продолжительность урока 30 мин. — 1 час.

Напрыгивание на корде осуществляется в следующем порядке: лошади, выполняя проводку, по очереди преодолевают препятствия на корде, после чего продолжают проводку, пока через определенное препятствие не пройдут все животные. Так преодолевается назначенная на данный

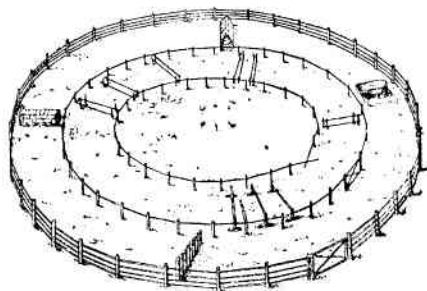
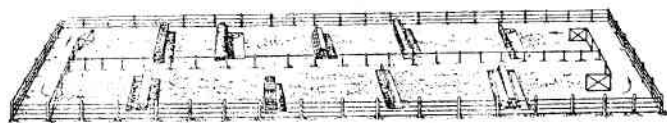


Рис. 43. Шпрингартен:
а — прямой, б — круглый

день система препятствий. При напрыгивании на корде препятствия необходимо ставить так, чтобы наружная их сторона ограничивалась стеной (при отсутствии постоянной каменной или деревянной стены ее можно заменить стеной высотой до 2 м, сложенной из навоза).

Простейший шпрингартен строится следующим образом: внутри ровной площадки диаметром до 50 м оставляется пустой круг диаметром 30 м, который обносится забором из столбов высотой до 1,16 м над уровнем пола, поставленных один от другого примерно на 2,5—3 м. Столбы соединены положенной на них сверху жердью. Этот забор строится на три четверти окружности круга. Четверть круга остается открытой, причем концы забора с обеих сторон делаются откосом к земле.

Второй забор строится в 4,5 м от первого. В нем столбы повышаются до 1,85 м над уровнем пола. Пролеты между столбами увеличиваются примерно до 4,5—5 м. Столбы соединяются между собой тремя жердями, расположенными одна от другой на одинаковом расстоянии. Во втором заборе против середины незастроенной части первого забора остаются ворота шириной 2 м. Первый и второй заборы образуют первый (внутренний) коридор.

Третий, или наружный, забор строится от второго также на расстоянии 4,5 м. Столбы, жерди и пролеты такие же, как и во втором заборе. Ворота строятся в 12—15 м вправо или влево от ворот второго забора.

Препятствия внутреннего коридора должны быть неподвижными. Они строятся с таким расчетом, чтобы их можно было повышать от 0,6 до 1,1 м.

Первое препятствие (дощатый забор) сооружается в 8 м от незастроенной части забора, считая от начала откоса, второе (параллельные брусья с заложениями 1 м) — в 15 м от первого, третье — в 13,5 м от второго, четвертое, пятое и шестое (жерди) — в 7 м друг от друга и от второго, седьмое — корзинка из трех препятствий, поставленных друг от друга по внутренней стенке — на 2 м, по внешней — на 3,5 м, от шестого — в 13,5 м.

Препятствия должны быть построены с таким расчетом, чтобы последнее из них (третье препятствие корзинки) стояло в 8 м от незастроенной части забора, считая по низу, от начала откоса; это даст возможность начинать работу как влево, так и вправо по коридору.

Препятствия наружного коридора — не падающие, полевые. Первое препятствие (открытая канава шириной 1,5 м) сооружается против первого препятствия внутреннего коридора, второе (вал с бревном наверху, с заложением до 2 м, высотой 1,15) — против второго, третье (каменная стенка с бревном, с заложением 1,4 м, высотой 1,16 м) — против пятого, четвертое (шпалы высотой 1,1 м) — против начала седьмого препятствия внутреннего коридора.

При работе в шпрингартене необходимо постепенно добиваться, чтобы лошадь преодолевала препятствия самостоятельно и охотно. Не нужно ее горячить большим количеством людей на кругу, шумом и т. д. Если лошадь задерживается перед препятствием, следует понудить ее к прыжку (голосом или поднятием бича), сопровождая бегом по кругу. Постепенно надо отказаться и от этого, добиваясь полной

самостоятельности лошади в движении по кругу и преодолении препятствий. Успокаивая и поощряя за удачную работу, необходимо вместе с тем приучить ее после окончания прыжков по кругу охотно идти на голос обучающего ее спортсмена.

Лошади к самостоятельной работе в шпрингартене приучаются в такой последовательности:

а) в первые два урока лошадь на свободных, широких аллюрах проходит несколько раз (с работой направо и налево) внутренний коридор без препятствий, которые необходимо убрать;

б) в следующие два урока животное проделывает то же упражнение по внутреннему коридору с набросанными на землю жердями;

в) в дальнейшие пять уроков оно преодолевает 50% препятствий первого круга высотой до 30 см;

г) затем в течение пяти уроков высота препятствий постепенно доводится до нормы.

При преодолении корзинки должна быть соблюдена такая последовательность: когда лошадь пускается с рук, можно оставлять все три препятствия; полную корзинку (как последнее препятствие) можно ставить только тогда, когда лошадь приобретет достаточный расчет и уверенность в прыжке; к работе по внешнему кругу переходят, когда лошадь отчетливо и уверенно будет преодолевать препятствия внутреннего круга.

* *
*

Примерное построение урока манежной езды в третьем периоде следующее:

- 1) работа в руках — 5—10 мин.,
- 2) строевая рысь с переходом в прибавленную с переменной направления — 5—8 мин.,
- 3) шаг — 2—3 мин.,
- 4) учебная рысь (с целевыми установками недели) — 5—8 мин.,
- 5) шаг — 2—3 мин.,
- 6) учебная рысь (с целевыми установками недели) — 3—5 мин.,
- 7) шаг — 2—3 мин.,
- 8) галоп (с целевыми установками недели) — 5—8 мин.,
- 9) работа в руках — 3—5 мин.,

10) проводка в поводе — 10—15 мин.

В зависимости от целевых установок недель предьявляемое на отработку того или иного упражнения, может изменяться.

КОРМЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ЛОШАДИ И УХОД ЗА НЕЙ

Выше мы говорили о кормлении лошади, только что прибывшей в школу или клуб. Здесь будет изложен материал об особенностях кормления лошади, несущей спортивную нагрузку. Здесь же будет рассказано и об уходе за такими лошадьми.

Фуражные дачи, устанавливаемые для спортивной лошади, должны исходить из живого веса ее и интенсивности производимой ею работы.

Для поддержания жизни средней лошади (400 кг живого веса) требуется примерно 8000 больших калорий в сутки (20 на каждый килограмм живого веса). Остальная часть корма расходуется на передвижение массы самой лошади и на выполнение производимой ею работы.

Принято считать, что килограмм овса содержит в среднем около 2000, а килограмм сена — 900 больших калорий. Поэтому суточная дача лошади из 5 кг овса (10 000 больших калорий) и 6 кг сена (5400 больших калорий) составит всего 15 400 больших калорий. Таким образом для того, чтобы лошадь могла выполнять ту или иную работу, ей требуется 7400 больших калорий.

Правила кормления спортивной лошади в основном те же, что и молодой (см. стр. 83—84), однако здесь уже наблюдаются некоторые отклонения.

Перед работой лошадь должна съесть зерновой корм не позднее чем за час до ее начала. Лошади, вернувшейся с работы, зерно дается лишь после того, как она достаточно отдохнула, т. е. через 1—2 часа в зависимости от напряженности и продолжительности нагрузки. Сено закладывается между дачами овса не менее семи-восьми раз в сутки небольшими кидками — по 400—500 г.

Перед раздачей в корм сено должно быть разобрано и растрепано обязательно вне конюшни. Негодное (заплесневелое, загрязненное и т. п.) должно быть заменено доброкачественным.

Необходимо следить, чтобы розданный фураж полностью съедлся лошадей, чтобы овес не разбрасывался и не рас-

сыпался, а сено не попадало в навоз. Нельзя допускать кормление зерном и сеном с земли во избежание попадания в желудок и кишечник лошади вместе с кормом песка и земли.

Основным кормом для спортивной лошади являются овес и сено. В необходимых случаях они могут в определенной части заменяться другими кормами в количествах, равных по питательности заменяемому.

Приняты следующие нормы замены фуража:

Что заменяется	Количество заменяемого фуража, г	Чем может быть заменено	Количество заменяющего фуража, г
Овес	100	Ячмень, кукуруза	100
	100	Отруби пшеничные	100
	100	Отруби овсяные	125
	100	Жмыхи ячменные, подсолнечные, конопляные	100
	100	Вика, джугара	100
	100	Сено	200
	100	Комбикорм полнорационный	150
Сено	100	Клеверное и люцерновое сено	200
	100	Ячмень, кукуруза	50
	100	Жмыхи	50
	400	Отруби овсяные	250
	100	Солома чумиза	100
	100	Солома яровая	125
	100	Комбикорм полнорационный	60

Ко всем заменяющим кормам лошадь следует приучать постепенно. Ячмень скармливается только в дробленном или плющенном виде.

Жмыхи, кукуруза, пшеничные отруби с добавлением соли следует давать преимущественно вечером. Жмыхи для кормления должны: а) вводиться в суточный рацион на замену овса в размере не более одной трети дачи; б) быть хорошо спрессованными, не прогорклыми, не заплесневелыми или пережаренными, без содержания посторонних примесей и инородных веществ; в) сохраняться в тщательно проветриваемом помещении; г) при кормлении даваться в размельченном сухом виде величиной не более лесного ореха; д) даваться на замену овса, начиная с 200 г, с постепенным прибавлением через день по 200 г, чтобы к концу второй недели довести дачу до 1 кг 600 г.

Кукуруза вводится в суточный рацион на замену овса в размере не более половины дачи. Она должна быть свежей, чистой, без плесени и без паразитов.

Кукуруза дается в дробленном или плющенном сухом виде, а при отсутствии дробилок или плющилок в виде грубого крупного мельничного помола (но не муки). Кукуруза вводится в дневной рацион на замену овса, начиная с 400 г, чтобы к концу двух недель довести дачу до 2 кг 400 г (прибавляя примерно по 400 г в каждый третий день).

Пшеничные отруби вводятся в суточный рацион на замену овса в размере не более половины дачи. Отруби должны быть крупного помола, без содержания примесей. Отруби следует давать с 400 г, увеличивая дачу каждые три дня по 400 г; с доведением суточной дачи к десятому дню до 1 кг 600 г.

Пшеничные отруби мелкого помола даются обязательно в смоченном виде. Комбикорм полнорационный может заменять суточную дачу овса и сена полностью или только определенную часть ее.

Кроме соблюдения основных правил по уходу за лошастью, перечисленных в разделе «Кормление и содержание молодой лошади, уход за ней», необходимо:

а) перед седловкой смахнуть по шерсти щеткой спину и потник; седло положить сначала вперед на холку, затем плавно опустить назад на место, проделать это два-три раза;

б) после работы растереть жгутом все части тела лошади, особенно спину и конечности; сначала проделывать это с легким нажимом, затем, постепенно усиливая его, растереть досуха;

в) применять бинтование ног у лошадей, имеющих сырые конечности. После того как лошадь по окончании работы будет растерта досуха, нужно на 2—3 час. положить на ноги влажные, хорошо выжатые холщевые бинты, после снятия которых ноги досуха растереть.

ВЕТЕРИНАРНО-САНИТАРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ

Кроме положенных ветеринарно-санитарных наблюдений, необходимо:

а) измерять температуру, пульс и дыхание лошади перед работой и после нее; если температура после работы окажется выше нормальной, дальнейшие изменения следует фиксировать через каждые 10 мин. до тех пор, пока температура не придет в норму;

б) взвешивать лошадей один раз в пятнадцать дней. Все эти данные необходимо каждый день подробно записывать в особой тетради: они дадут возможность судить о том, как организм лошади реагирует на требования подготовки. Совокупность этих данных позволит руководителю подготовки вместе с ветеринарным персоналом снижать в случае надобности работу для отдельных лошадей, изменять распределение корма, уменьшать или увеличивать его.

В частности, если лошадь худеет, но основные показатели ее работоспособности (пульс, дыхание, температура) нормальны, необходимо дачу ей корма увеличить, не сбавляя работы. Если, наоборот, лошадь веса не теряет, но температура, пульс и дыхание не совсем нормальны, необходимо нагрузку сбавить. Проработав на этом сниженном уровне, следует затем решить, можно ли увеличить нагрузку до нормальной или подготовку необходимо прекратить, выяснить причины заболевания и начать лечение.

* * *

В результате работы в третьем периоде, которым завершается развитие природных качеств лошади, последняя должна:

а) быть подготовленной к нормальным переходам по программе состязания на первенство молодой лошади;

б) обладать способностью быстро приходить в норму (пульс, дыхание, температура) как в процессе усиленной, напряженной работы, затрачивая между продолжительными репризами рыси или галопа минимальное время на движение шагом или в поводу, так и после работы;

в) споровисто, уверенно двигаться по пересеченной местности на любом аллюре (в группе и в одиночку), а также уверенно и спокойно преодолевать естественные препятствия и водные преграды;

г) быть достаточно закаленной и не прихотливой к работе в любой обстановке и при любой погоде;

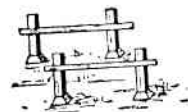
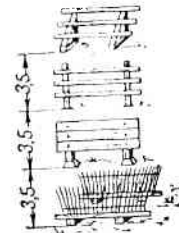
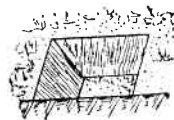
д) быть всецело подчиненной воле ездока.

После того как молодые лошади пройдут все периоды своей подготовки, проводятся испытания, затем дается в течение двух недель полный отдых с утренней и вечерней проводкой по 1 часу. По окончании отдыха лошади переводятся в спортивные (или учебные) группы, где с ними продолжают следующую работу.

Примерный план подготовки молодой лошади в третьем периоде

1 и 2-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 1 час 55 мин.; тренинг: 25 мин. — шаг, 5 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 5 мин. — широкая рысь, 25 мин. — шаг; вечерняя проводка — 30 мин.; по расстоянию нагрузка равна 14 км.



Черт. 7

2) в дни манежной езды — 1 час 15 мин.; манежная езда — 45 мин. (один раз в неделю в конце урока манежной езды преодоление препятствий под всадником, число прыжков — 8, препятствия расставлены по паркуру; высота — до 70 см, аллюр — рысь); работа на корде — 12 прыжков (примерно 30 мин.).

Цель: 1) тренинга — спокойное движение по дорогам (при движении шагом приучать всадников двигаться с брошенным поводом, постепенно высывая лошадь шенкелями вперед, но вместе с тем настолько чутко, чтобы она не перешла в рысь). Первые два реприза — рысь, движение со скоростью 1 км в 4 мин., третий реприз — 1 км в 3,5 мин.;

2) напрыгивания на корде — начало выработки техники прыжка на широких препятствиях (корзинка из четырех препятствий, составленная из пирамиды, двух хорделей,

дощатого и жердевого заборов, высота — 90 см, препятствия отставлены одно от другого на 3,5 м. Отдельно параллельные брусья и открытая канава шириной 2 м (черт. 7);

3) манежной езды — усовершенствование работы второго периода (главное внимание уделить плавному переходу из большого аллюра в меньший и наоборот с целью подготовить эти же переходы во время полевой работы (т. е. в работе тренинга).

3 и 4-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 10 мин.; тренинг: 25 мин. — шаг, 7 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 8 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 5 мин. — широкая рысь, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 35 мин.; по расстоянию нагрузка равна 16 км;

2) в дни манежной езды — 1 час 25 мин.; манежная езда — 50 мин. Один раз в неделю в конце урока манежной езды преодоление препятствий под всадником, число прыжков — 10; препятствия и аллюр те же, что и во 2-й неделе; работа на корде — 12 прыжков (примерно 35 мин.).

Ц е л ь: 1) тренинга — начало выработки ровного в течение данного аллюра движения с тем, чтобы оно укладывалось по расстоянию в отведенное для данного реприза время (обратить внимание на исключение всякого рода рывков, движение с разной скоростью в течение реприза, т. е. на выработку темпа движения). Скорость движения и требования те же, что и во 2-й неделе;

2) напрыгивания на корде — усовершенствование работы 2-й недели (обратить внимание на спокойный и уверенный прыжок; препятствия повышаются на 5 см);

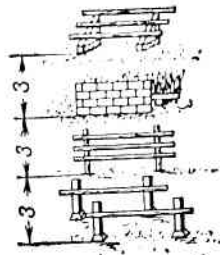
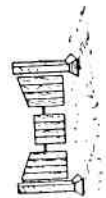
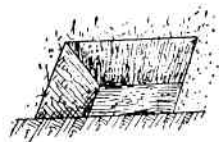
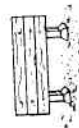
3) манежной езды — та же, что и во 2-й неделе (обратить основное внимание на четкость поворотов на месте, вырабатывающих у лошади спокойное отношение к остановкам). Отработка сокращенного галопа, контргалопа. (На этом этапе полевой работы, где отрабатывается темп движения, спокойное отношение лошади к остановкам во время манежной езды имеет большое значение.)

5-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 25 мин.; тренинг: 25 мин. — шаг, 10 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 10 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 7 мин. —

широкая рысь, 33 мин. — шаг, вечерняя проводка — 40 мин.; по расстоянию нагрузка равна 18 км;

2) в дни манежной езды — 1 час 30 мин.; манежная езда — 50 мин. (один раз в неделю в конце урока манежной езды преодоление препятствий под всадником; число



Черт. 8

прыжков — 10, препятствия расставлены по паркуру, высота — до 80 см, аллюр — рысь); работа на корде — 15 прыжков (примерно 40 мин.).

Ц е л ь: 1) тренинга — дальнейшая работа по усовершенствованию темпа движения (шаг, рысь) по дорогам (скорость: шаг — 10 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4 мин. 1 км, 2-й — 5 мин. 1 км, 3-й — 3,5 мин. 1 км);

2) напрыгивания на корде — усовершенствование работы предыдущих недель (корзинка из четырех препят-

ствий, заложение до 1,25 м, высота — 1 м, препятствия расположены одно от другого в 3 м. Кроме того, прибавляются дощатый забор, калитка, открытая канава шириной до 2 м (черт. 8);

3) манежной езды — та же, что и в 3-й неделе.

6-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 35 мин.; тренинг: 25 мин. — шаг, 12 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 13 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 10 мин. — широкая рысь, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 45 мин.; по расстоянию нагрузка равна 20 км.

2) в дни манежной езды — 1 час 40 мин.; манежная езда — 55 мин. (один раз в неделю в конце урока манежной езды преодоление препятствий под всадником; число прыжков, препятствия и аллюр те же, что и в 5-й неделе); работа на корде — 15 прыжков (примерно 45 мин.).

Цель: 1) тренинга — дальнейшая отработка темпа движения (шаг, рысь) по дорогам (скорость: шаг — 9,5 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 5,5 мин. 1 км, 3-й — 3,5 мин. 1 км);

2) напрыгивания на корде — спокойное и уверенное преодоление препятствий без опоры на корду (препятствия предыдущей недели; заложение увеличивается до 1,35 м; добавляется канава с херделем спереди шириной 2,5 м (см. черт. 8);

3) манежной езды — усовершенствование второго периода: спокойный и плавный переход из рыси в галоп и обратно с целью подготовить эти же переходы во время полевой работы (т. е. к работе тренинга). Сокращенный галоп и контргалоп.

7 и 8-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 45 мин.; тренинг: 25 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 10 мин. — шаг, 10 мин. — широкая рысь, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 50 мин.; по расстоянию нагрузка равна 21 км;

2) в дни манежной езды — 1 час 45 мин.; манежная езда — 55 мин. (один раз в неделю в конце урока манежной езды преодоление препятствий под всадником; число прыжков — 10, препятствия по возможности неподвижные,

высота — 90 см, аллюр — рысь); работа на корде — 16 прыжков (примерно 50 мин.).

Цель: 1) тренинга — начало работы по местности (скорость движения та же, что и в 6-й неделе);

2) напрыгивания на корде — усовершенствование работы предыдущей недели (основное внимание обратить на свободу головы и шеи на прыжке; препятствия те же, что и в 6-й неделе; ширина открытой канавы увеличивается до 3 м);

3) манежной езды — та же, что и в 8-й неделе (обратить внимание на спокойный, плавный подъем в галоп с шага; работа проходит самостоятельно, под наблюдением руководителя).

9 и 10-я недели

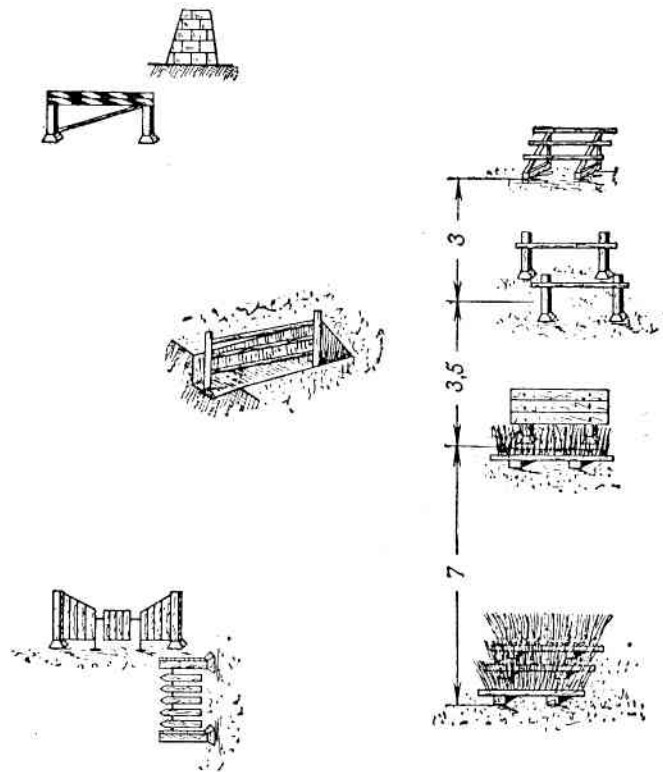
Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 50 мин.; тренинг: 25 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 7 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 8 мин. — шаг, 10 мин. — широкая рысь, 5 мин. — шаг, 5 мин. — галоп, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 50 мин.; по расстоянию нагрузка равна 23 км;

2) в дни манежной езды — 1 час 40 мин.; манежная езда — 1 час (один раз в неделю в конце урока манежной езды преодоление препятствий под всадником, число прыжков — 12, все препятствия неподвижные; открытая канава шириной 2 м; препятствия расставлены по паркуру, высота — до 1 м, аллюр — рысь, перед препятствиями — подъем в галоп); работа на корде — 18 прыжков (примерно 40 мин.).

Цель: 1) тренинга — дальнейшая работа на местности; начало выработки темпа движения без дорог на шагу и рыси (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 5 мин. 1 км, 2-й — 6 мин. 1 км, 3-й — 4 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км); движение галопом в колонне по одному желательно проводить по мягкому грунту;

2) напрыгивания на корде — достижение гибкости холки при прыжке, т. е. такой работы последней, при которой лошадь затрачивала бы минимум усилий для переброски себя через препятствие, когда при совершенно свободной шее (в момент подвисания над препятствием) была бы ярко видна работа по убиранию плеч вверх и вперед. Подробнее об этом см. на стр. 313.

На данной неделе преодолеваются: корзинка из четырех препятствий, заложение каждого препятствия 1,40 м, высота — 80 см, последнего — до 90 см. Первое препятствие отстоит от второго на 7 м, второе от третьего — на 3,5 м



Черт. 9

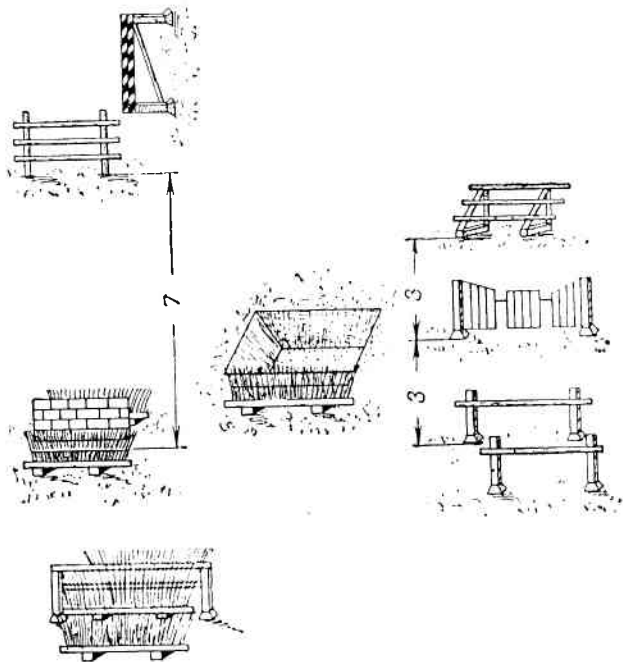
и третье от четвертого — на 3 м. В двух углах манежа устанавливаются корзинки — каменная стенка и шлагбаум, насад и калитка, в открытой канаве шириной 2,5 м устанавливается жердевой забор (черт. 9).

3) манежной езды — та же, что и на предыдущей неделе (обратить внимание на правильные остановки и осаживание, особенно при работе на галопе, что даст возмож-

ность лошади быть более спокойной при работе на галопе в поле. Работа проводится самостоятельно, под наблюдением руководителя).

11-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 3 час.; тренинг: 30 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 5 мин. — галоп, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 55 мин.; по расстоянию нагрузка равна 25 км;



Черт. 10

2) в дни манежной езды — 1 час 55 мин.; манежная езда — 1 час (прыжки под ездоком те же, что и в 10-й неделе, с той разницей, что препятствия преодолеваются на галопе; канава шириной 2,5 м); работа на корде — 18 прыжков (примерно 55 мин.).

Ц е л ь: 1) тренинга — усовершенствование работы предыдущей недели (ввести под небольшим углом спуск

и подъем на шаг, в конце недели — на рыси, наблюдая за тем, чтобы на спуск и подъем всадники вели лошадей, не снижая и не увеличивая (особенно при подъеме) темпа аллюра; желательно ввести езду шагом по лесу без дорог; скорость движения — та же, что и в 10-й неделе);

2) напрыгивания на корде — усовершенствование работы предыдущей декады (две тройные корзинки; препятствия расположены одно от другого: в первой — на 3 м, во второй — на 7 м; заложение — до 1 м; высота последних препятствий в каждой корзинке — 1,10 м; канава с хердлем шириной 3,5 м и засеки (черт. 10).

3) манежной езды — самостоятельная работа, подтягивание отстающих.

12-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 3 час. 05 мин.; тренинг: 30 мин. — шаг, 17 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 18 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 15 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 5 мин. — галоп, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 55 мин., по расстоянию нагрузка равна 27 км;

2) в дни манежной езды — 1 час 55 мин.; манежная езда — 1 час (прыжки под всадником те же, что и в 11-й неделе); работа на корде — 20 прыжков (примерно 55 мин.).

Ц е л ь: 1) тренинга — достижение ровного темпа движения на шаг и рыси по пересеченной местности, без дорог (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 6 мин. 1 км, 2-й — 7 мин. 1 км, 3-й — 5 мин. 1 км, галоп — 3 мин. 1 км); галоп в колонне по одному желательно проводить по мягкому грунту;

2) напрыгивания на корде — достижение правильного взаимодействия работы головы, шеи и холки лошади на прыжке, чтобы в момент отталкивания от земли голова и шея лошади указывали крутизну траектории прыжка, а по правильной работе холки в зависимости от этой крутизны можно было бы судить, насколько нужно лошади подать передние конечности вперед и вверх с одновременным убираем плеч.

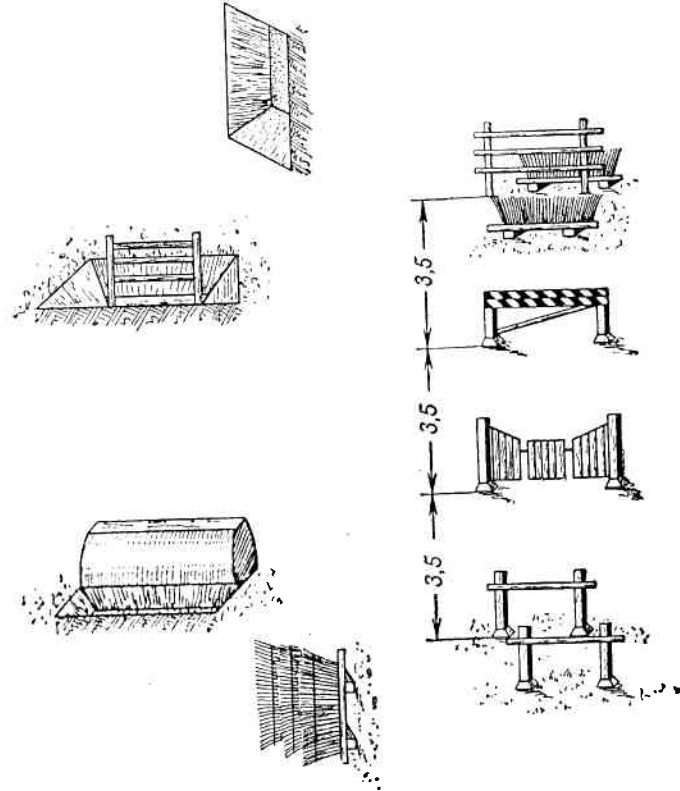
Достигается это правильное взаимодействие такой системой препятствий, которая вначале (первые 11 недель) требовала от лошади настильного прыжка, а затем стала требовать более крутой траектории, для чего в еще большей степени, чем раньше, нужна связанная работа головы,

шеи и холки. Препятствия для напрыгивания в 12-ю неделю те же, что и в 11-й неделе, с той разницей, что расстояние между ними в первой корзинке сокращается до 2,75 м, а во второй — до 5,5 м;

3) манежной езды — работа в смене, отработка боковых движений.

13-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 50 мин.; тренинг: 30 мин. — шаг, 20 мин. — рысь,



Черт. 11

5 мин. — шаг, 20 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 5 мин. — галоп, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 55 мин.; по расстоянию нагрузка равна 28 км;

2) в дни манежной езды — 1 час 55 мин.; манежная езда — 1 час (прыжки под всадником те же, что и на 12-й неделе; ширина открытой канавы увеличивается до 2,75 м; препятствия преодолеваются на галопе без паркура); работа на корде — 20 прыжков (примерно 55 мин.).

Ц е л ь: 1) тренинга — усовершенствование работы 12-й недели;

2) напрыгивания на корде — та же, что и в 12-й неделе (препятствия: корзинка из четырех препятствий, высота первых трех — 90 см, последнего — 1,1 м, заложение — 1,5 м, препятствия отстоят одно от другого на 3,5 м; три-четыре жерделя, составленные вместе, с общим заложением 2—2,6 м, высота — до 1,2 м; каменная стенка высотой 90 см, впереди ее канава шириной 0,5 м; открытая канава шириной 3,5 м и канава с жердевым забором (черт. 11);

3) манежной езды — та же, что и в 12-й неделе.

14-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 3 час. 25 мин.; тренинг: 30 мин. — шаг, 20 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 20 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 20 мин. — рысь, 7 мин. — шаг, 8 мин. — галоп, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 1 час; по расстоянию нагрузка равна 30 км;

2) в дни манежной езды — 2 часа; манежная езда — 1 час (один день вместо манежной езды преодоление препятствий под всадником; число прыжков — 14, высота — 90 см; 25% препятствий имеют канаву впереди, 25% — сзади; ширина канавы — 50 см, глубина — 30 см, открытая канава — 3 м; на дно ее посередине ставится жердевой забор, превышающий уровень земли на 50 см; препятствия преодолеваются каждое в отдельности (без паркура), аллюр — произвольный, не выше галопа); работа на корде — 22 прыжка (примерно 1 час). За день до преодоления препятствий под всадником необходимо пропустить через них лошадей на корде. Обычную работу на корде по сложной системе препятствий в этот день не производят.

Ц е л ь: 1) тренинга — усовершенствование работы предыдущих недель (скорость: шаг — 8,5 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 6,5 мин. 1 км, 2-й — 7,5 мин. 1 км, 3-й — 5,5 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км);

2) напрыгивания на корде — достижение правильного взаимодействия передних и задних ног лошади при преодо-

лении различного рода препятствий, чтобы задние ноги не отталкивали лошадь от земли больше, чем это требуется; чтобы после отталкивания задней частью корпуса лошади дальнейшее направление намечалось совместной работой холки, головы и передних конечностей (см. содержание напрыгивания 10 и 12-й недель); чтобы, накопив при опускании передних ног на землю (не дальше того, чем это требует крутизна препятствия) работа холки замедлялась таким сгибанием поясницы, при котором задние конечности стали как можно ближе к передним.

Вся эта работа должна быть направлена на то, чтобы освободить лошадь при преодолении препятствий от ненужной затраты энергии, в частности от чрезмерной работы мускульной системы.

Препятствия для напрыгивания на корде те же, что и для 13-й недели; различие, во-первых, в добавлении к каменной стенке канавы, как перед ней, так и после препятствия (ширина канав — по 0,5 м); во-вторых, в постановке на дно открытой канавы жердевого забора, превышающего уровень земли на 50 см, в третьих, в добавлении земляного вала с насадкой общей высотой до 1,2 м;

3) манежной езды — усовершенствование работы предыдущих недель (обратить внимание на четкость выполнения боковых движений сменой, без замедления темпа движения). Окончательная отработка контргалопа.

15-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 3 час. 35 мин.; тренинг: 25 мин. — шаг, 25 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 25 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 25 мин. — рысь, 7 мин. — шаг, 8 мин. — галоп, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 1 час; по расстоянию нагрузка равна 32 км;

2) в дни манежной езды — 2 часа 10 мин.; манежная езда — 1 час 10 мин. (один день вместо манежной езды преодоление препятствий под всадником; препятствия те же, что и в 14-й неделе; различие в увеличении ширины канавы до и после препятствия до 75 см; препятствия преодолеваются на галопе по паркуру).

За день до преодоления препятствий под всадником необходимо пропустить через них лошадей на корде; обычную работу на корде по сложной системе препятствий в этот день не производить. Работа на корде — 24 прыжка (примерно 1 час).

Ц е л ь: 1) тренинга — дальнейшая отшлифовка темпа движения по пересеченной местности, проводя по возможности три последние минуты галопа по легко всхолмленной местности (скорость движения для шага и галопа та же, что и в 14-й неделе, репризы рыси — проходить 1 км на 1 мин. рысью);

2) напрыгивания на корде — усовершенствование работы предыдущих недель.

Препятствия те же, что для 13 и 14-й недель; отличаются они тем, что: во-первых, в тройной корзинке первые два препятствия понижаются до 80 см, третье повышается до 1,15 м (желательно составить его из трех херделей при общем заложении 1,5 м); во-вторых, добавляется палисад высотой 70 см с канавами перед ним и после него шириной 75 см; в-третьих, добавляется препятствие, сложенное из выкорчеванных пней или глыб камня с заложением до 1,5 м и высотой до 1 м;

2) манежной езды — та же, что и предыдущей недели (обратить внимание на одновременный спокойный, плавный переход с рыси и шага в галоп и обратно; вольты на галопе).

16-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 3 час. 20 мин.; тренинг: 30 мин. — шаг, 30 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 30 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 10 мин. — галоп, 30 мин. — шаг; вечерняя проводка — 1 час; по расстоянию нагрузка равна 29 км;

2) в дни манежной езды — 2 час. 30 мин.; манежная езда — 1 час 30 мин. (прыжки под всадником те же, что и на 15-й неделе, но препятствия ставятся по паркуру, который будет выбран для проверки подготовленности лошадей; работа на корде — 26 прыжков (примерно 1 час).

Ц е л ь: 1) тренинга — овладение ровным, спокойным движением галопом по пересеченной местности с преодолением канав, валов и т. д. (количество прыжков — не более 8—10; скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 5 мин. 1 км, 2-й — 4,5 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км);

2) напрыгивания на корде — усовершенствование работы предыдущих недель. Препятствия — те же, что и 15-й недели; добавляются шлагбаум и калитка высотой 90 см;

3) манежной езды — дальнейшая отшлифовка работы.

17-я неделя

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 3 час.; тренинг: 25 мин. — шаг, 30 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 30 мин. — рысь, 5 мин. — шаг, 15 мин. — галоп, 25 мин. — шаг; вечерняя проводка — 45 мин.; по расстоянию нагрузка равна 25 км;

2) в дни манежной езды — 1 час 45 мин.; манежная езда — 1 час (прыжки под всадником те же, что и 11-й недели, высота — от 90 до 1,1 м; прыжки проводятся как репетиция к предстоящим испытаниям); работа на корде — 20 прыжков (примерно 45 мин.).

Ц е л ь: 1) тренинга — достижение окончательной отшлифовки темпа движения при полевой езде на всех аллюрах (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 4,5 мин. 1 км, галоп — 3 мин. 1 км);

2) напрыгивания на корде — преодоление препятствий, данных в п. 2 раздела «Суточная нагрузка» настоящей недели; препятствия повышаются на 5 см;

3) манежной езды — окончательная отшлифовка работы по манежной езде.

18-я неделя

Испытание по всему курсу подготовки.

1-й день недели — отдых; утром и вечером проводка по 1 часу.

2-й день — манежная езда.

3-й день — галоп по местности 6 км со скоростью 1 км в 3 мин.

4-й день — преодоление препятствий (12 препятствий высотой от 1 до 1,1 м, аллюр — галоп).

5-й день — пробег по 50 км в сутки, норма — 6 час. 30 мин.

6-й день — контрольный галоп: 3 км по местности, норма времени — 9 мин.

После испытаний лошадям предоставляется 5—10 дней отдыха с ежедневной 1—2-часовой проводкой.

ДУРНЫЕ ПРИВЫЧКИ ЛОШАДИ И БОРЬБА С НИМИ

Хотя нрав и темперамент лошади легко поддаются подчинению, она все же иногда оказывает довольно упорное сопротивление, с которым всаднику приходится бороться. Это сопротивление может зависеть от различных причин,

например от строения животного, физических недостатков и дурных привычек, появившихся вследствие малой опытности выезжавших его всадников.

Поэтому необходимо знать средства, которыми располагает всадник для борьбы с основными видами сопротивления лошади.

Борются с сопротивлением по-разному. Если лошадь молодая или только начинает выезжаться, на нее надо воздействовать мягко, но решительно. Если же лошадь уже была в работе и приобрела плохие привычки, следует почти всегда применять силу, чтобы она почувствовала, что в борьбе с хорошим всадником она обязательно потерпит поражение.

УПРЯМЫЕ ЛОШАДИ

Природное упрямство — очень редкое явление при правильном проведении первых уроков на корде. Если всадник чувствует, что лошадь склонна заупрямиться, необходимо повторить занятие на корде, специально посвященное посылу лошади обоими шенкелями вперед, и в случае необходимости прибегать к нему в дальнейшем. Очень важно вовремя оглаживать лошадь, а также давать ей овес и морковь, если она хорошо исполнит требование всадника. Надо также во время наказывать ее за неисполнение требования бичом при работе на корде и хлыстом при работе под ездоком. В дальнейшем можно наказывать и шпорой.

Движение, на котором лошадь проявила упрямство, не следует повторять, пока всадник не почувствует, что она снова находится в его полном подчинении. Иногда он должен быть даже менее требовательным.

Если лошадь уже исполняла принятие плечом внутрь, направо или налево, то им и надо пользоваться для ее подчинения при каждом проявлении упрямства.

ЛОШАДИ, ВСТАЮЩИЕ НА ДЫБЫ

На дыбы обычно встают молодые лошади, у которых не хватает природного поступательного движения. Поднимаясь на дыбы, лошадь приближается к вертикальной линии, теряет равновесие и падает назад, придавливая всадника.

Причиной потери равновесия почти всегда является всадник. Если он слабо держится в седле, его корпус отки-

дывается назад. Чтобы удержаться в седле, он хватается за поводья и тянет их назад, что ведет к потере равновесия.

Чтобы не опрокинуться с лошадью, всадник должен как можно больше нагнуться вперед, крепко держась ногами, и этим передать центр тяжести вперед, или подать вперед руки, ослабив поводья, чтобы не тянуть лошадь назад.

Этот вид сопротивления надо пресекать в самом начале выездки. Лучше всего высылать лошадь вперед энергичным действием обоих шенкелей. Тогда она не сможет сделать задержку, которая всегда предшествует вставанию на дыбы.

Если лошадь не реагирует на действие шенкелей и начинает «свечить» (становиться на задние ноги, не двигаясь вперед), нужно сильно воздействовать на нее одним внутренним поводом, избегая всякого натяжения назад и действия другим поводом. Если сделать это быстро, то животное потеряет равновесие и не сможет подняться на дыбы.

Некоторые лошади, вставая на дыбы, одновременно делают поворот, чтобы отделаться от движения вперед. Иногда они это делают от страха перед каким-либо предметом. Установлено, что такие лошади обычно поворачиваются в одну и ту же сторону. Поэтому всадник должен всегда держать хлыст со стороны возможного поворота, резко вывертывая его по горизонтали в пугливый момент, угрожая лошади. Последняя, испуганная хлыстом, обычно прекращает поворот и опускает передние ноги. В этот момент ее надо энергично послать вперед обоими шенкелями.

Если лошадь встала на дыбы прежде, чем всадник смог что-либо сделать, он должен принять указанное выше положение, выжидая, когда лошадь опустит ноги. В этот момент ее надо энергично послать вперед прежде, чем передние ноги успеют прикоснуться к земле. Надо потребовать движения вперед раньше, чем лошадь успеет вторично подняться на дыбы. Если действие шенкелей будет недостаточным, надо применить хлыст.

ЛОШАДИ, БЬЮЩИЕ ЗАДНИМИ НОГАМИ

Этот вид сопротивления не опасен. С ним можно бороться, энергично действуя рукой снизу вверх, чтобы поднять голову и шею и помешать поднятию задних ног. Надо следить, чтобы лошадь не прекратила движения вперед, так как бороться с ней можно только на движении.

Если лошадь «козлит» (прыгает с четырех ног с места), с ней борются тем же путем.

ПУГЛИВЫЕ ЛОШАДИ

С пугливой лошастью надо обращаться терпеливо, исключая всякую грубость, так как это только увеличит страх животного.

Пугливость не является дурной привычкой. Чтобы устранить пугливость, надо завоевать доверие лошади. Ее нужно знакомить со всеми пугающими предметами. Иногда даже рекомендуется слезать с лошади и, оглаживая, подводить ее к этим предметам. Некоторые пугающие предметы, если это возможно, рекомендуется ставить в стойло. На местности с ней следует работать в сопровождении спокойной лошади.

Когда животное уже достаточно выезжено, надо использовать сбор, который является самым верным способом полного подчинения лошади всаднику.

ЛОШАДИ, ЗАДИРАЮЩИЕ ГОЛОВУ

Эти лошади подразделяются на задирающих голову из-за экстерьерных недостатков (лошади с оленьей шеей) и пытающихся уйти от действия руки всадника.

В первом случае полностью отучить животное от этой манеры трудно, но данный недостаток в некоторой степени можно исправить. Помогают постепенно улучшать положение головы и шеи лошади прямые и боковые сгибания. Кроме того, упражнения на корде дают прекрасные результаты, заставляя работать мускулы шеи лошади при более низком положении, что постепенно исправляет ее недостатки.

Во втором случае всадник должен следить за своей рукой, так как если лошадь старается отделаться от повода, значит, рука всадника слишком груба. При работе на прямые и боковые сгибания рукой надо действовать более спокойно и мягко.

Может также случиться, что удила слишком строги, тогда их следует заменить более мягкими.

Всю работу надо проводить на движении вперед при энергичных шенкелях.

ЛОШАДИ, ИДУЩИЕ ЗА ПОВОДОМ

Лошади, идущие за поводом, уклоняются от контакта с рукой всадника. Они сгибают шею колесом и подают голову от вертикали назад с тем, чтобы отделаться от действия удила.

Таких лошадей следует энергичным действием шенкелей высылать вперед, чтобы заставить их вытянуть шею. Вначале надо довольствоваться слабым упором лошади в повод при мягкой руке. Удило не должно быть слишком строгим. Сдачи в затылке нужно требовать только при высоком положении шеи.

ЛОШАДИ, ВСКИДЫВАЮЩИЕ ГОЛОВУ

Эти лошади также стремятся отделаться от руки всадника, потому что она слишком груба или удила не соответствуют рту животного. Если лошадь правильно выезжалась с самого начала, то она вскидывает голову очень редко.

Отучить от этой привычки можно, делая так, чтобы лошадь при вскидывании головы сама причиняла себе боль. Для этого надо несколько ниже опустить руки и выдержать их в этом положении. Каждый раз, когда лошадь захочет вскинуть голову, надо быстро сжать пальцы, держа руки неподвижно, чтобы лошадь встретила неподвижную точку; лошадь ощутит боль, и это будет для нее хорошим уроком. Тем временем всадник должен разжать пальцы и выслать ее вперед шенкелями.

ТРОПОТЯЩИЕ ЛОШАДИ

Тропят (не идут правильно шагом, а все время сбиваются на рысь) обычно лошади нервные или имеющие слишком короткий шаг и не поспевающие за лошастью с обычным шагом.

В первом случае лошадь нужно успокаивать голосом и оглаживанием. Если это не поможет, следует пройти несколько шагов прищипывая плечом внутрь направо и налево, пока животное не перейдет в шаг. Всадник должен обладать большим терпением и спокойствием, так как если и он будет нервничать, то это только увеличит нервное состояние лошади.

Во втором случае надо, чтобы лошадь выезжалась одна или с лошастью, имеющей одинаковый с ней шаг.

Увеличивать шаг следует, выслая животное вперед шенкелями и корпусом. Рекомендуется использовать возвращение в копыто, чтобы потребовать от лошади максимально длинный шаг. При этом всадник должен обладать большой настойчивостью и спокойствием, так как успехи будут приходить медленно.

«УНОСЛИВЫЕ» ЛОШАДИ

«Уносливой» называется лошадь, упирающаяся в удила и отказывающаяся подчиниться действию руки всадника. Выйдя из подчинения спортсмена, она, как правило, увеличивает скорость и, наконец, развивает такой ход, что с ней невозможно справиться.

Лошади, которые не подчиняются требованиям всадника, уносят его, делятся на тех, которые уносят по привычке, используя любую предоставившуюся возможность, и которые уносят исключительно из-за неопытности всадника или чрезмерных требований с его стороны.

У лошадей, относящихся ко второй группе, эту дурную привычку легко искоренить, но ни в коем случае нельзя допускать, чтобы животное почувствовало свою силу. Нужно найти способ подчинить его своей воле.

Прежде всего надо следить, чтобы лошадь не уперлась в повод и не понесла. Всадник должен соразмерять свои требования к лошади, но временами требовать от нее исполнения упражнений на прямые и боковые сгибания.

Лошадь может выйти из подчинения и понести как на рыси, так и на галопе. Понести с шага она не может, так как на шагу всадник располагает всеми средствами подчинения лошади, тогда как на рыси и в особенности на галопе пользоваться этими средствами ему труднее.

Лошадей, у которых привычка нести не укоренилась, можно легко отучить от нее, подняв голову и шею энергичной полудержкой повода и держа высоко руки, пока животное не прекратит сопротивления. Автор проделывал такой опыт с лошастью, которая уносила, и через несколько дней она оставила эту привычку.

Для лошадей с укоренившейся привычкой уносить этот способ не годится, ибо может случиться, что она еще сильнее упрется в повод.

Бороться с привычкой лошади уносить можно и сообразуясь с условиями, в которых всадник в это время находится.

Однажды я ехал на норовистой лошади по лесной аллее. В ответ на мои требования лошадь уперлась в удила и, совершенно не реагируя на повод, понесла быстрым галопом. Поскольку местность позволяла двигаться несколько километров подряд галопом, я прекратил всякое действие поводом.

Так было пройдено примерно 1500 м, затем начался довольно длинный и крутой подъем. До его середины лошадь не сокращала аллюра, но потом замедлила ход и хотела перейти на шаг. Тогда я начал посылать ее шпорами и хлыстом. На вершине я остановил ее голосом, а затем вернулся на место, с которого она понесла, и снова повторил требование. С этого дня она больше не пыталась унести.

ЛОШАДИ, КРУТЯЩИЕ ХВОСТОМ

Крутят хвостом при прикладывании шпоры почти все лошади, прошедшие недостаточную подготовку.

Чтобы избавить лошадь от этой манеры, нужно с самого начала работы с ней постепенно приучать ее к действию шенкелей. При этом необходимо соблюдать последовательность в употреблении шпор.

Вначале надо только прижимать икры, выдерживая их в этом положении, пока лошадь не перестанет крутить хвостом. Когда она привыкнет к икрам всадника, следует приложить пятки и приучать ее к их действию снова до тех пор, пока она не перестанет крутить хвостом. Потом можно падеть шпоры без репейков, а затем постепенно приучать лошадь к шпоре с колющим репейком.

При работе с некоторыми лошадьми, а в особенности с кобылами, которые более чувствительны, лучше пользоваться шпорами без колесика или с ненарезанным колесиком — репейком.

Если лошадь начнет крутить хвостом в процессе выездки, надо прекратить работу и снова приучать ее к действию шпор, чтобы у нее не происходило сокращения мышц крупы, что может превратиться в рефлекс при каждом прикосновении шенкелей.

* *
*

На основании всего изложенного можно сделать следующие выводы:

С лошастью, имеющей дурные привычки, всадник должен быть всегда начеку, постоянно изменять действие повода, заставлять ее работать ртом на прямых и боковых сгибаниях, чаще вынуждать делать несколько шагов плечом внутрь, временами прекращать всякое требование, чтобы лошадь разжала рот и не могла сопротивляться.

ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА-КОННИКА И ЕГО ЛОШАДИ К ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРЕПЯТСТВИЙ

Если же лошадь начнет сопротивляться, всадник должен прекращать всякую работу руками и выждать момент естественного разжатия рта, после чего действовать быстро и радикально.

Всаднику нужно применять все имеющиеся в его распоряжении средства, чтобы искоренить дурную привычку, благодаря которой лошадь становится не пригодной для езды и опасной.

ПРАВИЛЬНАЯ ПОСАДКА ПРИ ПРЕОДОЛЕНИИ ПРЕПЯТСТВИЙ

ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ПОСАДКИ

Вопрос правильной посадки на прыжке постоянно интересовал спортсменов-конников. Этой теме посвящались специальные исследования. Наряду с отдельными правильными, проверенными опытом положениями исследования имели существенный недостаток: вопрос посадки ездока на прыжке освещался ими противоречиво и недостаточно четко.

Чтобы правильно решить эту задачу, необходимо тщательно проанализировать и привести в систему те бесспорные положения, которые были изложены в литературе.

Главнейшие из них сводятся к следующему:

- 1) во время прыжка верхнюю часть корпуса всадник должен подавать вперед;
- 2) чем выше и шире прыжок, тем больше подается верхняя часть корпуса вперед;
- 3) во время прыжка нельзя стеснять лошадь поводом, а нужно предоставить ей возможность свободно вытянуть голову и шею.

Остановимся на первом положении. Правильное само по себе, оно, однако, не дает ответа на такие важные вопросы: как, когда и насколько всадник должен подавать свой корпус вперед.

Практическая значимость этих вопросов состоит в том, что балансирование корпусом находится в неразрывной связи с общей устойчивостью посадки на прыжке. Следовательно, чтобы ответить на эти вопросы, нужно предварительно выяснить причины и средства, определяющие устойчивость и крепость всадника в седле.

Первым условием устойчивости ездока в седле в наклонном положении является опора, при помощи которой всадник сохраняет равновесие. Опора эта не всегда одна и та же. При преодолении небольших препятствий высотой до 1,1 м и шириной до 3,5 м такой опорой служат стремяна, ноги от икр через коленные суставы и до верхней части бедра включительно, седлаище и промежность. На более высоких и широких препятствиях во время уклона корпуса вперед пользоваться седлаищем как площадью опоры уже нельзя; перестают быть опорой и верхние части бедренных костей, вследствие чего устойчивость посадки уменьшается. Всадник инстинктивно стремится сохранить ее при помощи поводьев, забывая, что поводья служат для управления лошадью, и этим мешает ей свободно пользоваться шеей и головой, допуская таким образом серьезную ошибку.

Чтобы компенсировать уменьшение устойчивости при преодолении значительных препятствий, необходим тесный контакт с седлом, который достигается тем, что всадник не встает на стремяна, тяжесть корпуса передает на коленные суставы, верхнюю часть корпуса подает вперед от тазобедренных суставов, прогибая поясницу также вперед. Площадью опоры теперь становятся ноги от икр через колени до бедер, иногда верхняя часть бедренных костей и стремяна. Разумеется, это доступно лишь наиболее подготовленному ездоку.

Очень важно уметь правильно использовать в качестве одного из средств, увеличивающих устойчивость посадки, — стремяна (об этом см. на стр. 24).

Наряду со стремянами и в тесной связи с ними большое влияние на посадку оказывает правильное положение ног. Для обеспечения устойчивой, упругой и неподвижной посадки при преодолении высоких, широких и низких препятствий ноги от икр через колени до верхней части бедра включительно должны плотно прилегать к лошади и седлу, оставаясь неподвижными. Такое положение напрягает действие притягивающих мышц ног всадника и, оставив свободными сгибающие и разгибающие мышцы, обеспечивает плотное прилегание шенкелей к бокам лошади. Однако это не должно связывать управление руками и мешать действовать шенкелями для посылы лошади.

Некоторые ездоки не умеют сочетать все средства устойчивости в седле. Одни цепляются только нижней частью бедра, другие — только шенкелями, третьи — коленями,

тогда как искусство посадки состоит в том, чтобы одновременно пользоваться всеми этими элементами, достигая как прочности посадки, так и сохранения равновесия и свободы управления всеми частями тела всадника на прыжке.

На основе изложенного можно сделать следующие выводы:

1. При преодолении небольших препятствий (высотой до 1 м), чтобы не отстать от движения лошади, *всаднику достаточно подать верхнюю часть корпуса от поясницы вперед с незначительным сгибом в тазобедренных суставах, не становясь на стремя и не отделяя седлаища от седла.*

2. При преодолении высоких и широких препятствий *корпус всадника подается вперед со значительным сгибанием в тазобедренных суставах, с подачей поясницы вперед и с переносом тяжести своего тела на коленные суставы и обязательно на стремяна, незначительно отделяя при этом седлаище от седла.*

Установим теперь, насколько и когда нужно подавать верхнюю часть корпуса всадника вперед на всех аллюрах.

Идеальным положением ездока было бы такое, при котором центр его тяжести помещался на линии броска лошади, т. е. линии, идущей от задних ног через общий центр тяжести ездока и лошади. При подъеме это положение физически невозможно, по чем ближе оно к центру тяжести, тем лучше. Это особенно важно при преодолении высоких и широких препятствий.

При подъеме вследствие сильного толчка, полученного от разгибания позвоночника и углов задних конечностей лошади, центр тяжести ездока отодвигается по отношению к лошади назад: животное как бы выскакивает из-под всадника. Это необходимо учитывать и добиваться такой посадки при прыжке, при которой центр тяжести всадника находился бы над самой передней точкой опоры, т. е. над коленями. Чтобы приблизиться к идеальной посадке, ездоку необходимо перенести свой центр тяжести вперед и вниз.

На высоких и широких препятствиях ездок подает свой корпус вперед, несколько отделяя седлаище от седла и облегчая этим поясницу лошади. Седлаище не должно подниматься высоко. Ездок, подавая корпус вперед, неизменно должен следить, чтобы подколенный угол составлял около 90°, и не становиться на стремяна. В противном случае его центр тяжести будет поднят, и, вместо того чтобы

сблизиться с центром тяжести лошади, при высоком поднимании седла над седлом получится удаление его.

Верхняя часть тела всадника на высоких и широких препятствиях должна находиться почти параллельно шее лошади, опускаясь над ней. Такое положение корпуса меньше всего будет мешать лошади и позволит ей сделать правильный толчок, а всаднику преодолеть неприятные результаты толчка и не отстать от движения лошади.

Отвечаем теперь на вопрос, когда, в какой момент нужно подать верхнюю часть корпуса вперед. Прыжок лошади измеряется долями секунды, поэтому физически невозможно исправить ошибку, допущенную в начале прыжка. Исправление ошибки в момент совершения прыжка недопустимо, так как всякое движение езды на прыжке нарушает равновесие, взятое лошадью при отталкивании. Поэтому подачу верхней части корпуса нужно производить еще в время подхода лошади к препятствию.

Обобщая сказанное, можно сделать следующие выводы:

1. *Подача верхней части корпуса вперед необходима для сближения центра тяжести езды и лошади, чтобы облегчить ей прыжок. Чем выше и шире прыжок, тем требуется больший наклон вперед и вынесение центра тяжести всадника на переднюю точку площади опоры, т. е. на колени.*

2. *Быстрота прыжка и невозможность исправить ошибки, допущенные в начале его, требуют от езды подачи верхней части корпуса вперед до начала прыжка, т. е. в период приближения лошади к препятствию.*

К бесспорным положениям, как уже было сказано, относится также требование не стеснять лошадь на прыжке, предоставляя ей возможность свободно вытянуть голову и шею.

Уже давно была замечена связь между движениями головы, шеи и ног лошади. Суть этой связи и взаимозависимости предполагалась в инстинктивном стремлении животного перемещать соответствующим образом свой центр тяжести. В действительности дело обстоит несколько сложнее.

Прыжок лошади, как и все аллюры, которыми она может двигаться, надо рассматривать как одно из естественных, хотя и наиболее сложных ее движений.

Для более полного понимания всей совокупности движений лошади на прыжке необходимо понять физиологический смысл их с точки зрения биомеханики.

Для прыжка лошадь приближает задние ноги к передним с тем, чтобы при подъеме иметь точку опоры только на задние конечности, которая мимолетна и используется для отталкивания (броска) корпуса лошади через препятствие.

В начале прыжка передняя часть корпуса стремится вниз. Чтобы противостоять этому, лошадь делает резкий взмах головой и шеей вверх. Это движение называется статокINETическим рефлексом, который тесно связан с шейными, лабиринтными и зрительными рефлексам. Последние также взаимодействуют с тоническим рефлексом, который мгновенно рефлекторно действует в форме резкого разгибания на передние ноги.

При разгибании передних ног происходят отталкивание и отрыв передней части корпуса от земли. Одновременно в связи с тем же шейным рефлексом задние ноги сгибаются и принимают всю тяжесть тела на себя.

При этом положении движение было направлено вверх-вперед. Когда подъем передней части произойдет и достигнет наивысшей точки, голова и шея лошади, вытягиваясь, начнут опускаться. Это опускание в силу лабиринтных и шейных рефлексов вновь перестраивает взаимоотношения частей тела также тонически — мгновенно, причем теперь передние ноги будут сгибаться, а задние резко разгибаться, чем обеспечивается бросок корпуса лошади вперед.

Наступает момент подвисания, т. е. полет лошади. Скорость его зависит: 1) от мышечной силы — толчка при разгибании задних конечностей и позвоночника спины, 2) от инерции — скорости движения перед прыжком и 3) от опыта тренировки лошади.

Инерция, полученная перед прыжком как сумма перечисленных слагаемых, в полете, несомненно, убывает, отчего сам полет происходит по параболической кривой. Голова при полете на вытянутой шее занимает среднее к горизонту положение, а передние и задние ноги слегка согнуты.

Сила подъема передней части корпуса лошади вверх не ограничивается только поднятием тяжести тела. Нужно еще противодействовать выпрямительному и статокINETическому рефлексам, действующим на мышцы туловища и лабиринты.

В силу снижения инерции и закона тяготения тело, совершая полет по параболической линии, с наивысшей точки перегиба идет к точке опускания — приземлению.

С началом движения на приземление передняя часть корпуса лошади вместе с головой получает реакцию на постепенное опускание от лабиринтов. Развивается рефлекс выпрямления.

Голова делает поворот книзу, от этого передние ноги вытягиваются, подготавливаясь к опиранию на землю. Задние ноги при приземлении сгибаются. При встрече первой из передних ног с землей развивается рефлекс поддержки, или магнитный (рефлекс поддержки заложен в среднем мозгу, он тесно связан с красным ядром). С выраженным наибольшим сгибанием задней части корпуса лошади и наибольшим выпрямлением передней части за первой ногой выступает вторая передняя нога. В этот момент первая переходит в состояние шагания.

Одновременно с упором на землю передних ног задняя часть в силу общего движения на приземление и выпрямительного рефлекса следует за передней. В момент ступания задних ног на землю в них, как и в передних, наступает рефлекс поддержки. Этот рефлекс как в передних, так и в задних ногах в момент приземления является исходным в переходе лошади от прыжка к последующему движению.

Таким образом:

1) при отталкивании передней части корпуса лошади от земли прыжок организуется и контролируется лабиринтом — физиологическим аппаратом, осведомителем положения тела в пространстве. Изменение в напряжении мышц ног при поднимании и опускании головы и шеи также является физиологическим процессом, который непосредственно связан с лабиринтами и шейными мышцами;

2) при приземлении непосредственными участниками и организаторами прыжка тоже служат лабиринты и шейные мышцы и вся сумма обособленных и взаимосвязанных рефлексов, которые организуют и координируют все движения лошади.

В развитии стройности и эффективности движения лошади важную роль играет зрительный аппарат, который дает сигналы при организации прыжка и для ориентирования тела.

В регулировании движений на прыжке участвует и мозжечок, но функции его тесно связаны с лабиринтами и мышечным тонусом вообще.

Из изложенного становится ясным, что опускание и поднимание головы лошади на прыжке являются необходимыми

движениями, помогающими ей через отолитовый аппарат лабиринтов организовать прыжок. Вот откуда вытекает главное требование к всаднику на прыжке — дать полную свободу голове и шее лошади.

Современное состояние науки о лошади, в частности физиология и рефлексология, далеко шагнули вперед. Закономерность, вытекающая из биомеханики, по-новому обуславливает взаимоотношения отдельных частей тела, организацию и стройность их развития в движении.

Эти взаимоотношения отдельных частей тела имеются у каждого животного в готовом виде, в форме рефлекторных соотношений в самом организме.

Организирующей силой движения у животного является центральная нервная система, обеспечение же стройности и экономичности в расходовании мышечной силы при движении связано с рядом периферических аппаратов, которые сигнализируют центральной нервной системе о положении частей тела лошади и способствуют сохранению необходимых соотношений их, обеспечивая взаимодействие и равновесие тела. Этими аппаратами в основном являются лабиринты и проприоцепция мышц (свойство к механическому раздражению нервных окончаний мышц при изменении положения головы и шеи).

Чтобы разумно управлять лошастью, нужно ее знать, а зная, необходимо предоставить коню свободу движения на ходу, помогая этим в производимой им работе.

При езде верхом всадник обязан учиться постоянно стремление лошади к сохранению равновесия. Неспokoйная, неустойчивая посадка чрезмерно утомляет животное, значительно понижает его работоспособность, а излишние движения на спине его, в особенности при сложной работе, будут не только мешать, но и могут привести к падению.

Опытные ездоки предоставляют лошади полную свободу управлять своей шеей и головой. С одной стороны, это хорошо, ибо исключает возможность хвататься за повод и превращать его в точку опоры. С другой — такая полная свобода имеет и отрицательные стороны: без контакта между головой лошади и рукой всадника нельзя ехать по сложному паркуру, более того, без этого контакта не всякая лошадь решится на большой прыжок, ибо внезапная утрата связи в управлении лошастью может вызвать изменение в ее равновесии. Поэтому некоторые ездоки предпочитали помещать руки на урегулированных поводьях по бокам шеи

лошади, впереди холки, и этим достигали хороших результатов.

Такой способ получения устойчивости рук имеет то преимущество, что исключает невольное дерганье рта лошади ездоком, однако сама лошадь дергает рот при неудачных прыжках или при других обстоятельствах, когда ей приходится вытягивать шею.

Наконец, есть ездоки, которые держат поводья так, что они свободно скользят у них между пальцами. Этот способ желателен для начинающих, но для опытного ездока он может оказаться необходимым лишь, когда по какой-либо причине он не сможет двигать руками и корпусом соответственно движениям головы и шеи лошади.

Итак, *наиболее правильными следует считать такие действия рук, которые сопровождают все движения головы и шеи лошади и остаются в постоянной связи с ее ртом, давая ей точку опоры, не мешая и не ограничивая никаких движений животного.* Для этого руки должны быть всегда мягко связаны со ртом лошади, находиться в некоторой зависимости от посадки ездока и положения корпуса лошади и сопутствовать движениям ее головы и шеи.

Набирание и отдача поводьев должны производиться отчасти пальцами и кистями рук, но главным образом путем раскрытия и закрытия углов в локтях и плечах и движениями корпуса всадника. Так как у всадника недостаточно времени, чтобы применить эти движения сознательно, он должен практикой приучить себя делать их машинально.

ВИДОИЗМЕНЕНИЕ ПОСАДКИ НА РАЗЛИЧНЫХ СТАДИЯХ ПРЫЖКА ЛОШАДИ

До сих пор речь шла о посадке как о законченном едином комплексе поведения всадника. В целях установления наиболее общих принципов посадки последняя искусственно рассматривалась статически. Между тем посадка на различных стадиях прыжка различна. Поэтому ее следует рассматривать во взаимосвязи между поведением всадника и лошади и в той последовательности изменчивости этого поведения, которая наблюдается в процессе прыжка.

В прыжке различают следующие стадии: приближение, разбег, подъем, подвисание и опускание.

Совершая прыжок, лошадь использует мускульное напряжение, главным образом спины (поясницы), ног, шеи

и головы, причем целенаправленность усилий мускулов этих частей тела различна. Мускулы спины и конечностей обеспечивают прежде всего тот мощный толчок, который бросает тело лошади вверх и вперед. Голова и шея выполняют роль балансира.

Движения шеи, а вместе с ней и головы лошади сводятся к вытягиванию, сокращению, поднятию и опусканию. Все это направлено на сохранение равновесия, необходимого для достижения правильности прыжка. Так, взмахи головой вверх и вниз соответственно уменьшают или увеличивают вес лошади так же, как взмахи рук человека, стоящего на весах, уменьшают или увеличивают его вес. Взмахи головы лошадь прибегает к уменьшению скорости своего движения в данном направлении, и этим создается обратное действие (сила), пужное ей для работы на прыжке. Именно из этого вытекают строгие требования к действиям рук всадника. Смысл обучения в этом случае сводится к тому, чтобы руками через повод помогать лошади наиболее целесообразно пользоваться своим инстинктом.

Лошадь, имеющая длинную шею, способна произвести более сильное движение шеей и головой, но в основном наибольшее умение дает лошади практика. Когда лошадь делает неудачный прыжок, инстинкт заставляет ее изменить способ применения головы и шеи.

П р и б л и ж е н и е. Момент приближения лошади к препятствию начинается за 8—10 м до барьера, когда лошадь нацелилась для отталкивания и установила наиболее выгодное для прыжка равновесие. В установлении равновесия, как мы уже видели, существенную роль играет положение шеи и головы. Обычно на приближении лошадь стремится вытянуть шею и опустить голову, чтобы посмотреть через препятствие и придать своему балансиру свободное положение.

Так как всякие изменения в положении всадника, хотя бы незаметные и небольшие, влияют на равновесие лошади, *всадник уже в момент приближения должен принять наклонную вперед посадку и передать свой вес на коленные суставы, обложая таким образом свой центр тяжести с центром тяжести лошади* (рис. 44).

Р а з б е г. В конце приближения лошадь берет разбег. Этим термином определяется последнее перед подъемом соприкосновение всех четырех ног лошади с грунтом. В первый момент разбега передние ноги животного опускаются

поочередно и так, что соприкосновение с землей правой ноги продолжается дольше, чем левой. Этим нарушается диагональность движения галопом, когда она опирается одновременно на обе передние ноги. Этот момент сопровождается энергичным действием задних ног, сокращением и поднятием шеи и головы.

Неизбежные в это время сопротивление передних ног, сокращение шеи и передача ей и голове ускоренного движения назад обуславливают накопление сил, необходимых для движения вперед, когда оно потребуется. Вместе с тем, поднятие шеи и головы кверху облегчает задние ноги и

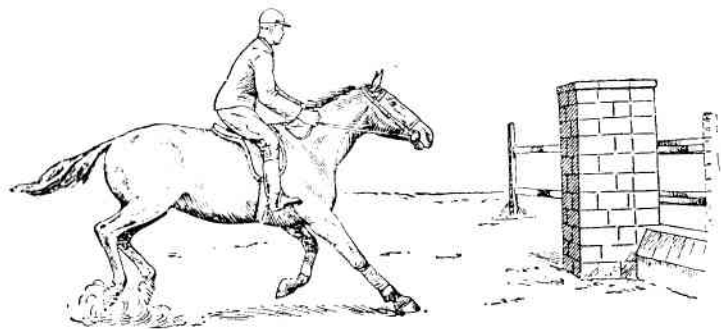


Рис. 44. Правильное положение всадника и лошади в момент приближения

предупреждает опускание их на землю до того, как лошадь возьмет полный размах, с тем чтобы в нужный момент поднять передние ноги от земли и подготовиться к броску для прыжка.

Для того чтобы сделать бросок, лошадь использует набранную скорость в целях наиболее полного использования задних ног: она выгибает поясницу, сгибает скакательные суставы и заносит ноги как можно дальше под переднюю часть корпуса.

Разбег в этот момент переходит в подъем. Всадник должен сохранить наклонную вперед посадку и остерегаться инстинктивной потребности опуститься поглубже в седло. При этом шенкеля работают равномерно по мере надобности, руки опущены книзу и находятся у соединения холки с шеей (рис. 45).

П о д ъ е м. Подъем состоит в разгибании всех углов задних ног лошади и выпрямлении с вытягиванием поясницы.

Эти действия сообщают животному бросок, необходимый для перенесения его через препятствие. Линия броска идет от задних ног и должна пересечь общий центр тяжести всадника и лошади, в противном случае сила броска будет ослаблена и лошадь не выполнит правильного прыжка.

Для небольшого прыжка, когда задние ноги поднимаются от земли, передние достигают высоты, необходимой для преодоления препятствия. Голова и шея лошади обычно находится ниже линии продолжения позвоночника.

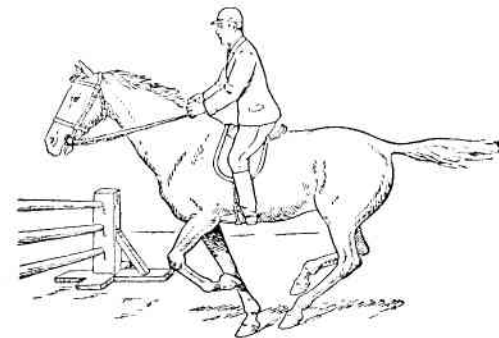


Рис. 45. Правильное положение всадника и лошади в момент разбега

Лошадь готова предоставить передней части корпуса двигаться вперед. По мере того как относительная скорость головы и шеи животного вперед перестает увеличиваться, противодействие его обратному движению вперед прекращается и позволяет беспрепятственно совершить прыжок. Приостанавливая и обращая назад движение передних ног, которые до сих пор двигались вперед загребаящим движением, лошадь создает этим обратное действие на переднюю часть корпуса — передние ноги относятся назад и подбираются, чтобы не задеть препятствия.

Положение всадника на подъеме. В то время как передняя часть корпуса лошади поднимается и ее хребет приближается к вертикальному положению, тело всадника, находящееся над холкой и шеей лошади и почти параллельное им, должно быть вытянуто таким образом, чтобы центр тяжести всадника поместился на вертикальной линии над самой передней точкой его площади опоры. Центр тяжести всадника при этом выносится сильно

вперед по отношению к седлу, отчего седло как бы уходит из-под седла, выносясь вперед над передней лукой (рис. 46).

При подъеме и изготовке к броску вследствие изменения положения лошади и аллюра всадник испытывает толчок. Он принимает его гибкостью своей поясницы, сочленениями своего тела для того, чтобы мягко передать толчок верхней (в данный момент — передней) части своего тела. Поясница должна быть прогнута.

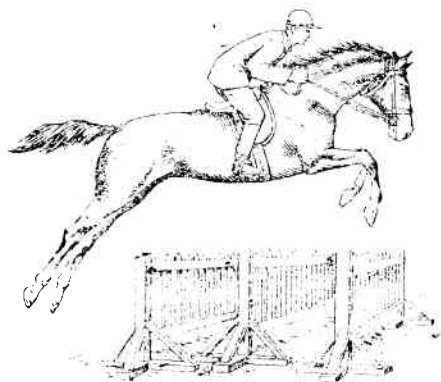


Рис. 46. Правильное положение всадника и лошади в момент подъема

В момент толчка инерция отбрасывает всадника, и лошадь как будто уходит из-под него. В этом случае нарушение контакта между всадником и лошадию должно быть уменьшено или даже ликвидировано низким наклонным положением тела всадника, устойчивостью и гибкостью посадки.

Подвисание. Под влиянием сил, приведенных в действие во время подъема и броска, тело лошади отрывается от земли и летит в воздухе, причем центр тяжести тела следует по траектории, которую теперь ничто не может изменить, кроме силы, действующей извне. Чтобы сохранить правильную траекторию движения, лошадь использует свою голову и шею.

Замедляя, останавливая и обращая назад относительное движение вперед шеи и головы, лошадь тем самым создает равное ему и противоположное движение назад. В то время когда передняя часть корпуса находится над препятствием,

лошадь, замедляя, останавливая движение головы и шеи и поворачивая их в противоположном направлении, создает толчок вниз-вперед. Сгибание и поджимание передних ног для переноса их через препятствие увеличивает этот толчок.

Опускание передних ног поднимает задние и помогает перенести их через препятствие, а также позволяет всей массе животного повернуться вокруг горизонтальной оси

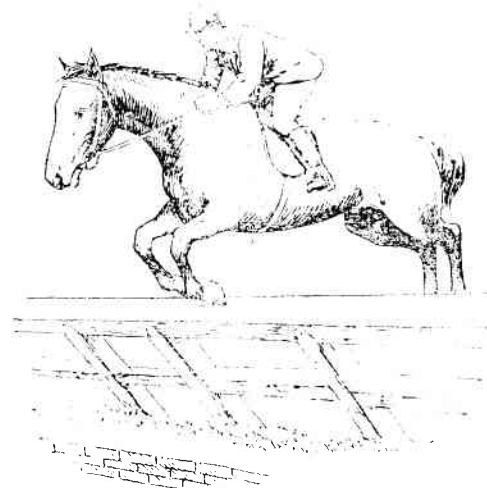


Рис. 47. Правильное положение всадника и лошади в момент подвисания

своего центра тяжести и первыми опустит на землю передние ноги. В противном случае лошадь двигалась бы в воздухе, как паяка, ее позвоночник оставался бы параллельным своему первоначальному направлению и она опустилась бы на задние ноги.

Подобное можно наблюдать, когда всадник на прыжке затягивает поводья, стесняя таким образом движение лошади. Поведение всадника в этот ответственный момент может как помешать прыжку и даже искалечить лошадь, так и почти не дать почувствовать последней на спине добавочного груза. Все зависит от умения всадника.

На восходящей части траектории всадник должен занимать то же положение (наклонное вперед), что и на под-

еме. В то время когда лошадь достигнет наивысшей точки траектории, ее хребет приблизится к горизонтальной линии и седло подойдет снизу под седалище; центр тяжести всадника должен быть перемещен по отношению к седлу как бы назад (рис. 47). В противном случае его центр тяжести окажется впереди площади опоры, а шенкеля ползут назад-вверх. Это неизбежно вызовет увеличение переднего угла, образуемого телом всадника и хребтом лошади, но увеличение это должно быть минимальным и соотноситься с высотой препятствия: чем выше прыжок, тем меньше увеличивается угол.

Если ездок, находясь над препятствием, сидит в седле прямо или отклоняется назад, как бывает, когда он сильно отстает от лошади, то он может чрезмерно натянуть поводья, чем помешать свободной работе поясницы, головы и шеи лошади и вместе с тем поднять свой центр тяжести больше, чем нужно. Это разорвет единую систему лошади и всадника, двигающихся по одной траектории. А известно, что если одна часть системы (всадник) поднята по отношению к траектории, то другая (задняя часть корпуса лошади) опустится. Этим между прочим объясняются частые случаи задевания лошади за препятствия.

О п у с к а н и е. В этот момент передние ноги лошади опускаются на землю, причем правая идет на опускание раньше и впереди. Тело лошади как бы на мгновение задерживается в воздухе, отчего ее ноги сильно напрягаются. Это напряжение уменьшается путем создания животным противоположного движения, которое достигается относительным поднятием шеи и головы: замедляя движение головы и шеи вверх и обращая его назад, лошадь создает равносильное ему действие, поднимающее переднюю часть корпуса. Напряжение передних ног уменьшается, задняя часть корпуса опускается, задние ноги достигают земли, причем правая в этом случае окажется впереди. Далее лошадь продолжает галоп с правой ноги.

Как должен реагировать на все эти явления всадник?

Внезапная приостановка движения в момент касания передними ногами земли немедленно передается всаднику. Требование старой школы, чтобы эта приостановка вдвигала всадника глубже в седло, неправильно, ибо такое опускание всадника увеличит напряжение ног лошади, помешает работе ее поясницы, а в некоторых случаях (при слабой спине) приведет животное к гибели.

Дело в том, что, когда тело лошади начнет совершать движение по нисходящей ветви траектории, всадник может потерять равновесие, так как седло снизу подойдет вплотную к седалищу. Полученное снизу давление все время будет увеличиваться, а угол, составленный верхней частью тела всадника и спинным хребтом лошади, будет или уменьшаться (задний) или увеличиваться (передний). Все это

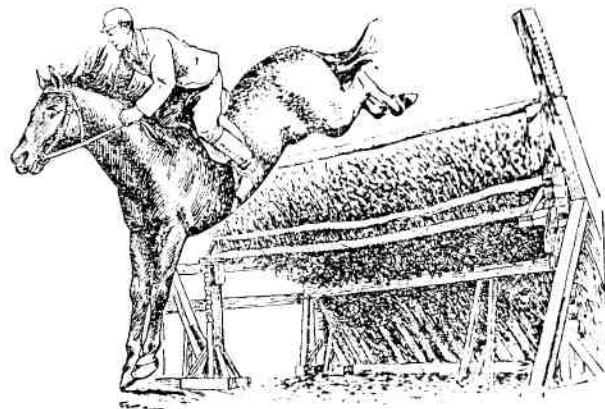


Рис. 48. Правильное положение всадника и лошади в момент опускания

сдвинет шенкеля назад-кверху, и тело всадника съедет вниз на шею животного или в сторону от нее.

Избежать подобных явлений можно, удерживая устойчивую посадки и принимая толчок через свои бедра, колени, икры и коленно через щиколотки и стремена. Это вызовет уменьшение, а не увеличение, как мы иногда наблюдаем, углов в коленях и щиколотках и заставит всадника опустить каблуки еще дальше вниз. Поясница должна быть устойчивой, но упругой и мягкой, голова поднята, глаза направлены вперед между ушами лошади, чтобы всадник был готов ко всяким неожиданностям. Это положение должно сохраниться до тех пор, пока лошадь не возобновит движение вперед (рис. 48).

Итак, правильной посадкой на прыжке будет такая, которая даст возможность все время двигаться вместе с лошадью, составляя с ней как бы одно целое. *Это достигается*

подачей верхней части тела всадника вперед в момент приближения лошади к препятствию и сохранением этого положения неизменным на всех стадиях прыжка.

ОБУЧЕНИЕ СПОРТСМЕНА-КОННИКА ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРЯПЯТСТВИЙ

ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

Приступать к работе на препятствиях можно примерно со 2-й недели обучения, т. е. после того, как всадник приобрел уверенность в своих силах, выработал умение держаться в седле без стремян и с брошенными поводьями.

Обучать следует исключительно индивидуально, так как здесь более, чем в других упражнениях, сказываются особенности всадника и лошади. Обучение должно быть строго последовательным и, что особенно важно, теоретически осмысленным.

Всеми требованиями, предъявляемым к всаднику, необходимо предпослать объяснение.

Надо добиваться, чтобы всадник не только правильно держался в седле, действовал поводом, шенкелем, но и понимал, почему он поступает так.

Необходимо помнить, что лучшие результаты дает обучение на невысоких (50—70 см) разнообразных препятствиях, расставленных в виде системы корзинок. Сразу прыгать через высокие препятствия и не соблюдать системы в расположении их нельзя, так как это может повредить и всаднику и лошади. Сразу пускать всадника на препятствия не следует.

Перед преодолением препятствия должна быть тщательно объяснена техника прыжка лошади и сущность движений, осуществляемых ею на каждой его стадии. Занятия эти следует производить в манеже и сопровождать их последовательной демонстрацией прыжков, рисунков, снимков и других наглядных пособий.

Так как обучаемому трудно уяснить себе одновременно и полностью особенности поведения всадника и лошади, то лучше вначале обращать внимание его только на поведение свободно прыгающей лошади. О поведении всадника следует сообщить лишь самое основное, касающееся прежде всего посадки, не вдаваясь в детали. В результате этих

приготовительных занятий обучаемый должен получить основные сведения о прыжке (см. предыдущий раздел).

Объясняя сущность приближения, надо особо подчеркнуть, что на этой стадии лошадь набирает скорость и силу, необходимые ей для прыжка, самостоятельно нацеливается на препятствия и определяет место для отталкивания. В это время малейшее вмешательство всадника в действие лошади неизбежно отразится на правильности прыжка, поэтому всадник должен принять удобные и ему и лошади положение и посадку.

В заключение тренер на хорошо прыгающей лошади показывает правильный прыжок через препятствие, обращая внимание обучаемых на поведение лошади в момент приближения и на положение при этом верхней части корпуса всадника.

Так же объясняется момент разбега. Здесь, не вдаваясь в подробности, следует обратить внимание занимающихся на укороченно-сжатое положение лошади, обусловленное почти скрещенным состоянием передних и задних ног.

Что касается всадника, то вследствие выгибания в этот момент поясницы и спины лошади он испытывает инстинктивное желание опуститься поглубже в седло. Делать этого не следует, так как он отстанет от движения лошади и получит толчок снизу под седлаице. Надо предупредить также, что это состояние всадник будет испытывать и на следующем этапе — подъеме, поэтому он должен сохранять в седле прежнее положение.

Несколько труднее объяснить момент подъема, так как последний совершается почти мгновенно и незаметно переходит в подвисание. Здесь следует чаще прибегать к наглядному объяснению. Нужно обратить внимание занимающихся на то, что лошадь в этот момент как бы опрокидывается назад, оставаясь стоять на задних ногах. Одновременно она расправляет поясницу, спину, тазобедренные и скакательные суставы. Используя инерцию и мускульное напряжение, вытягиваясь, она отталкивается и направляет свой корпус под большим или меньшим углом вперед-вверх через препятствие.

Подвисание — наиболее наглядный момент прыжка, и сущность его может быть объяснена без особых затруднений. Здесь нужно дать понятие о движении тела лошади по траектории и практический совет всаднику — сидеть плотно

в седле с незначительным уклоном верхней части корпуса от поясницы вперед.

Наиболее трудным для понимания является последний момент прыжка — опускание, или, как иногда говорят, приземление, потому что требует уяснения движений и взаимодействий почти всех частей тела лошади (см. стр. 164—165).

В заключение показывают несколько раз хорошо прыгающую лошадь и обращают внимание на последовательность поведения ее на всех стадиях прыжка.

На следующем занятии объясняют правила поведения всадника на прыжке.

Вначале полезно провести беседу о пройденном, чтобы проверить степень понимания основ поведения лошади на прыжке. В беседе надо оттенить мысль о невозможности для всадника сознательно и методически следовать за всеми движениями лошади, совершаемыми в течение доли секунды. Это необходимо для того, чтобы обучающийся сам пришел к выводу, что все его усилия на прыжке должны быть направлены к тому, чтобы не мешать лошади сохранить устойчивость и этим оказать ей помощь.

Умение сохранять устойчивость требует большого навыка. Это обязательно надо довести до сознания обучаемого, чтобы он не недооценил предстоящих трудностей на прыжке.

Необходимо объяснить также основные принципы сохранения устойчивости (см. об этом на стр. 23—25).

Движения лошади и всадника на прыжке полезно показать на особом приборе. Прибор этот прост и может быть изготовлен самостоятельно. Он представляет собою вырезанную из фанеры фигуру лошади с подвижно прикрепленными к корпусу шеей, головой и ногами. Последние должны сгибаться в коленях и в скакательном суставе. К спине лошади подвижно прикрепляется фигура всадника. Вся эта система укрепляется на перекладине, представляющей собой ту неподвижную ось, вокруг которой происходит качание лошади на прыжке. Прибор позволит наглядно демонстрировать положение лошади на любой стадии прыжка.

В заключение показывается правильный прыжок.

Необходимо добиться, чтобы обучаемый не только представлял себе положение частей своего тела при правильной посадке, но и понимал причины, обуславливающие именно это, а не другое положение. Этот материал проходят на

классных занятиях; пользуясь плакатами, приборами, следует ознакомить обучающихся с основами теории прыжка.

Первое, на что нужно обратить особое внимание обучаемого, это на те силы, которые развиваются лошадию на прыжке в момент отталкивания и оказывают свое влияние на положение всадника в седле. Обучаемый должен до конца понять их сущность, чтобы правильно представлять свое поведение на прыжке.

Он должен знать, что в момент отталкивания лошади перед прыжком скорость ее движения резко увеличивается, спина поднимается вверх тем круче, чем выше препятствие. Резкий переход спины животного из горизонтального положения в вертикальное и усиление скорости образуют ту силу, которая тянет тело всадника назад. Последний испытывает ощущение, будто лошадь стремится выскользнуть из-под него: всадник отстает от движения лошади.

В это же время лошадь подводит под корпус задние ноги, энергично разгибается и с силой толкает свое тело вперед. Всадник при этом испытывает рывок, отбрасывающий его сначала назад, в седло, а потом вперед, к шее лошади. Этим силам всадник должен противопоставить силу сцепления с лошадию и свой баланс (гибкость и чуткость своей поясницы), при помощи которых он достигает устойчивости в седле и смягчает толчок, стремящийся выбросить его из седла.

Как и в каком положении лучше всего противостоять действующим на всадника силам — вот сущность вопроса о правильной посадке, детальное разъяснение которого должно составить второй этап занятий по теории прыжка.

Правильное положение всадника на прыжке должен показать сам тренер. Он подчеркивает, что основное в поведении в седле — это выработка навыка не отставать от движения лошади и сохранять устойчивость. С этой целью на всех стадиях прыжка всадник обязан сохранять верхнюю часть корпуса слегка подавлив от поясницы вперед. Вместе с тем он усиливает упор на колени, передавая тем самым свой центр тяжести вперед и сближая его с центром тяжести лошади. Чтобы приобрести такой навык посадки, необходимо развивать свой баланс, мускулы ног и пружинистость тазобедренных, коленных и голеностопных суставов. Все это вместе взятое даст возможность всаднику чувствовать движения лошади и уметь следовать за ними, составляя с ней как бы одно целое.

Следует отметить, что правильное положение верхней части корпуса всадника в известной мере способствует и правильному положению его ног (см. об этом на стр. 25).

Сообщая это обучаемому, необходимо, чтобы он запомнил, что правильная посадка развивается путем практики. Поэтому на любой езде всадник должен стремиться сохранять правильную посадку. Сам обучающий с первых же дней занятия обязан строго следить за посадкой ездовых, отрабатывая ее до тех пор, пока они не научатся свободно двигаться в любом направлении и смело преодолевать встречающиеся на пути естественные препятствия.

Большую роль в выработке устойчивой и гибкой посадки играют гимнастические упражнения на всех аллюрах и на преодолении небольших всевозможных препятствий. Особенно рекомендуется закладывание обеих рук за шею, за спину, поднимание рук в стороны, вверх, нагибание туловища вперед, назад, в стороны. Упражнения ездовик должен выполнять свободно в любом направлении, на любом аллоре, не теряя равновесия и не вися на поводьях.

Повседневно развивая устойчивость в посадке, обучаемый скоро научится сохранять свое равновесие в том положении, в котором он будет меньше всего мешать лошади, а отсюда и сам меньше утомляться. Большую пользу в выработке этих навыков приносит езда по пересеченной местности.

Следующее занятие посвящается разбору действий всадника, направленных на оказание активной помощи лошади. Обучаемый должен знать, чем и как он может помочь ей. Подходя к препятствию, лошадь потребует свободы головы и шеи. Всадник почувствует это по увеличению натяжения повода в руке. В этот момент он должен подать руки от локтей вперед по направлению к холке (см. рис. 45).

Делая взмах головой и шеей, а также подводя задние ноги для толчка, лошадь потребует от всадника еще большей свободы головы и шеи и облегчения задней части корпуса к самому моменту толчка. В ответ на это всадник подает корпус от поясницы вперед, отчего руки от самых плеч также подадутся вперед по направлению шеи лошади (рис. 49).

При значительной высоте прыжка, или если лошадь прыгает не в темп, «крестит», или подходит к препятствию, не подведя задних ног, не в ногу, — она зачастую чрезмерно вытягивается так, что ни наклона корпуса, ни подачи рук

вперед уже недостаточно. Тогда следует дать ей возможность вытянуть повод между пальцами, насколько нужно (рис. 50). Поэтому на прыжке всегда следует держать повод мягко и не сжимать сильно пальцев.

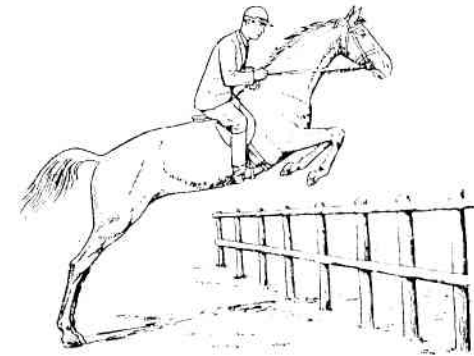


Рис. 49. Положение верхней части корпуса и рук всадника в момент отталкивания

Подвисая в воздухе с вытянутыми назад и подобранными под себя задними ногами, лошадь как бы уравнивается и отыскивает устойчивость перед спуском. В этот

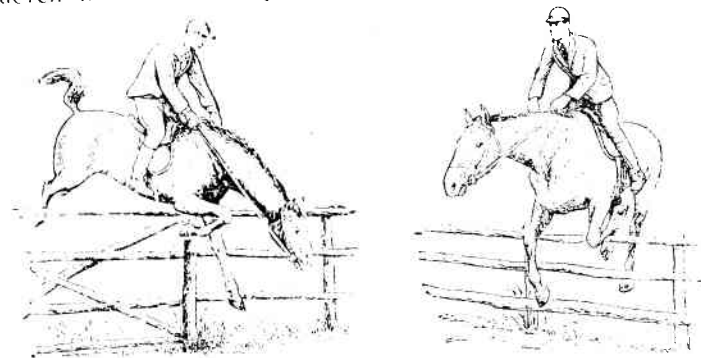


Рис. 50. Случай выпускания повода между пальцами в момент потери лошадию равновесия

момент всадник должен сохранять полное спокойствие и оставаться в таком положении, в каком он находился в начале прыжка. Это тоже окажет помощь лошади.

Опускаясь после прыжка, лошадь вытягивает, насколько возможно, голову и шею, требуя удлинения повода. В момент постановки передних ног, когда лошадь сожмется (сократится), всадник должен спокойно взять повод на себя, сохраняя прочную посадку. Опускаясь на передние ноги и сгибаясь в пояснице, лошадь подводит задние ноги как можно ближе под себя. Это требует от всадника плавного опускания в седло. Плавность достигается плотным прилеганием внутренней стороны верхней части ног от бедра через колени и верхние части шенкелей к седлу (рис. 51). С дви-

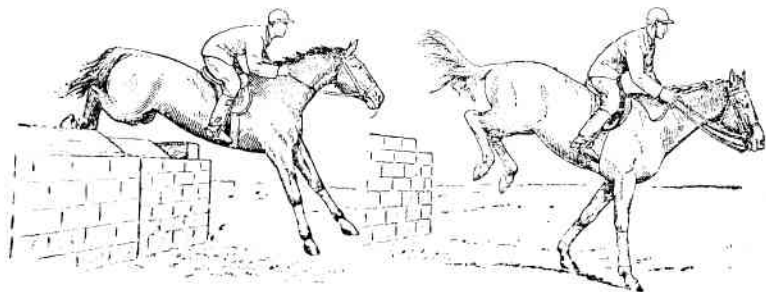


Рис. 51. Положение верхней части корпуса и рук всадника в момент опускания (слева) и приземления

жением лошади вперед после прыжка всадник принимает посадку в зависимости от аллюра, которым двигается лошадь.

Как видно, помощь всадника на прыжке сводится к постоянному сопровождению поводом движений головы и шеи лошади и к стремлению держать корпус так, чтобы возможно меньше отделять седлаище от седла и не отставать от лошади. Такое положение корпуса достигается указанным выше движением его от поясницы лишь при подходе к препятствию. В последующие моменты лошадь своим положением как бы подставляет седло под седлаище всадника.

На всех стадиях прыжка стремя держится на ноге лишь для того, чтобы при подъеме и опускании лошади всадник имел дополнительный упор, усиливающий колени, и тем самым еще более способствовал гибкости посадки.

Все занятия по ознакомлению с основами теории прыжка следует обязательно закрепить демонстрацией хорошо выполняемых прыжков, во время которых обращается внимание обучаемых больше на поведение всадника. На этом

заканчивается первоначальная подготовка, в течение которой обучаемый в основном накапливал необходимые теоретические знания для активного приобретения самих навыков преодоления препятствий, к которым он теперь приступит.

НАЧАЛО ОБУЧЕНИЯ ВСАДНИКА ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРЯПЯТСТВИЙ

Перед тем как пустить обучаемого на препятствие, тренер должен возобновить в его памяти все сказанное о прыжке раньше. С этой целью свои объяснения он сопровождает показом прыжка лошади на корде без груза через барьер высотой от 1 до 1,25 м, обращая особое внимание обучаемых на то, как свободно лошадь двигает головой, шеей, поясницей и задней частью корпуса.

Затем показывается прыжок лошади с грузом на спине, равным весу среднего всадника. Здесь нужно, чтобы обучаемый видел, что работа тех же частей тела лошади более напряженная. После этого надо показать на том же препятствии и на той же лошади прыжок всадника средних способностей. Этот прыжок наглядно покажет, как нужно вести себя, не мешая лошади. Тренер должен обратить внимание обучаемых на те или иные ошибки прыгающего, объяснив коротко, отчего они происходят. В заключение тренер сам совершает образцовый прыжок на той же лошади, с подражания которому и начинаются последующие упражнения обучающихся (рис. 52).

В процессе начального обучения необходимо на первых порах требовать, чтобы всадник на седле обязательно брался за гриву.

Как уже было сказано, при приближении, разбеге и подъеме всадник испытывает инстинктивное стремление опуститься поглубже в седло, т. е. следовать за движением лошади при ее откидывании назад. Выше говорилось, как надо поступить, чтобы противодействовать этому стремлению. Однако на практике вначале нелегко бывает осуществлять все необходимые движения. Поэтому на первых порах спортсмену можно порекомендовать наиболее легкий способ для противодействия указанным стремлениям: во время прыжка брать за гриву.

Всадник берет за гриву посредине шеи лошади в момент приближения и так преодолевает препятствие. Этот прием вырабатывает у всадника не только способность понимать и

вообще чувствовать движение лошади на прыжке, но и наиболее полно практически ощущать движение головы и шеи животного в различные моменты. Держась за гриву, недостаточно тренированный всадник имеет возможность в момент разбега получить недостающую ему устойчивость.

Поворачиваясь вместе с лошадыю сперва назад вокруг общего центра тяжести и чувствуя, как он откидывается назад, всадник преодолевает это движение тем, что сгибает

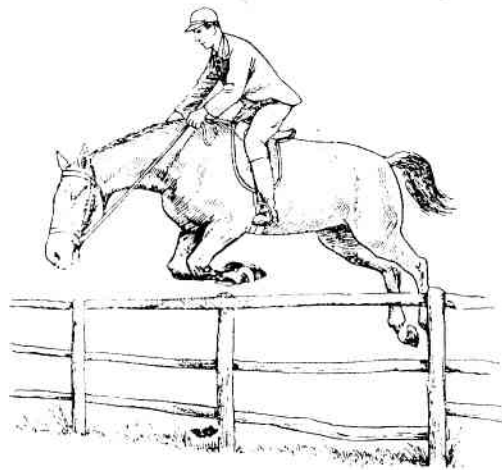


Рис. 52. Правильный прыжок

в локте руку, держающуюся за гриву. Пружинным действием локтевого и плечевого сустава он частично поглощает толчок, который получается вследствие рывка от взмаха головы и шеи лошади в момент подъема. Этот прием ускорит понимание движений лошади и приспособление всадника к ним. Применяют его до тех пор, пока ездок не освоится с прыжком и не прекратит отставать от движения лошади.

Затем отрабатывается прыжок, имеющий целью выработать прочность и устойчивость посадки с брошенными поводом и стремями. Когда посадка будет достаточно прочной, упругой, можно перейти к прыжкам с поводом и стремями.

Некоторые обучающиеся целяются за повод как за поддержку в седле. Чтобы избежать этого, нужно завязывать повод узлом и во время прыжка бросать его совершенно

но, но руки в момент толчка лошади плавно выдвигать по обе стороны холки.

При обучении прыжку необходимо обращать внимание не только на работу рук всадника, но и на его умение крепко сидеть и гибко сопровождать корпусом движения лошади. В частности, необходимо требовать подвижности поясницы, возможно большей плотности прилегания седла к седлу, крепости убора в колено и неподвижности шенкеля позади подпруги (заваливание шенкелей свидетельствует о непрочности посадки). Поэтому постоянный тщательный контроль за поведением всадника и немедленное исправление всех допускаемых им ошибок необходимы.

Наиболее эффективным и методически правильным при первоначальном обучении прыжку следует считать обучение на корде, при котором всадник в сравнительно короткий срок легче и скорее усаживается в седло, приобретает навыки правильной посадки на прыжке, вырабатывает устойчивость, гибкость, непринужденное поведение в седле и главное — уверенность в своих силах.

Обучение на корде состоит в следующем: у стены манежа помещается устойчивый хердель обязательно с откосами по обеим сторонам его так, чтобы препятствие можно было преодолеть ездой направо и налево. Тренер вызывает по очереди обучающихся, пристегивает корду справа (слева) и занимает вольт около препятствия. Затем он приказывает всаднику поднять лошадь в рысь и завязать узлом поводья, чтобы они не мешали ему. Всадник успокаивает животное, берется правой (левой) рукой за гриву, принимает правильную посадку, после чего тренер направляет лошадь на препятствие, внимательно наблюдая за действиями ездока.

После каждого прыжка тренер указывает на недостатки, объясняет, почему они происходят, и определяет способы их устранения. Основное, к чему должен стремиться тренер, — это выработать у всадника сноровку и умение держаться на прыжке в седле, а также воспитать в обучаемом веру в свои силы и силы лошади. Здесь следует быть очень чутким к возможностям слабого и неопытного всадника.

На первых порах, чтобы не перегружать еще недостаточно окрепший организм всадника, не следует много прыгать. Достаточно будет по два-три прыжка в обе стороны в день. Так нужно продолжать обучение ежедневно около

1—2 недели. За это время всадник полностью освоится с прыжком и приобретет нужную споровку и практику в преодолении одиночных препятствий с брошенным поводом и без стремян.

Указанный порядок обучения применяется, когда у тренера есть помощник. Если помощника нет, прибегают к преодолению тех же препятствий, но не на корде и не в специальные часы, а в конце урока верховой езды. Обычно в этом случае на препятствие пускаются все обучающиеся по очереди. Этот способ хотя и более простой, но менее эффективный, так что применять его следует только в исключительных случаях.

Следующим этапом обучения будет работа на корде по преодолению более сложных препятствий, например двойной корзинки, составленной из херделя и пирамиды, высотой 50—60 см. В течение 1-й недели занятий расстояние между препятствиями должно быть не менее 6—7 м. Во 2 и 3-й неделях оно доводится до 3—3,5 м. Число прыжков в обе стороны не превышает в это время 4—6. Препятствие преодолевается на рыси, с брошенным поводом, без стремян, с выполнением на прыжках гимнастических упражнений — руки вверх и в стороны.

В течение последующих 2—3 недель (по два дня в неделю) работу усложняют. Всадник упражняется в прыжках на корде через тройную корзинку, составленную из клавиша, херделя и пирамиды, высотой до 70 см. Расстояние между препятствиями — 3—3,5 м, число прыжков в день 9—12. Препятствия преодолеваются на рыси, с брошенным поводом, без стремян, с выполнением гимнастических упражнений — руки вверх, в стороны и за шею.

Кроме того, в дни, когда нет прыжков на корде, в конце урока преодолеваются одиночные препятствия высотой 50—60 см, расставленные в различных направлениях (клавиши, хердель, пирамида). Число прыжков должно быть не более 6—7.

Этим упражнением заканчивается период обучения прыжкам, проходящий под непосредственным руководством тренера. Здесь всадник воспитывает в себе уверенность в своих силах и силах коня и подготавливается для самостоятельной работы на небольших препятствиях, составляющей следующий этап обучения.

ВЫРАБОТКА У ВСАДНИКА ПЕРВОНАЧАЛЬНЫХ НАВЫКОВ В ПРЕОДОЛЕНИИ РАЗНООБРАЗНЫХ ПРЕПЯТСТВИЙ

Этот этап совпадает с периодом обучения всадника приемам управления конем. Поэтому нужно организовать работу и оборудовать место занятий так, чтобы всадник имел возможность сочетать оба эти вида конной подготовки без ущерба для каждого из них. Обычно этот период обучения продолжается 6—8 недель. Как правило, всадник тренируется на небольших, но разнообразных препятствиях, расставленных по несложному паркуру.

Препятствия нужно расставить так, чтобы на них можно было легко направлять лошадь. Рекомендуется у препятствия ставить откосы, с тем чтобы на первых порах упростить всаднику приемы управления конем. Среди препятствий обязательно должна быть тройная корзинка, состоящая из двух поставленных рядом херделей, каменной стенки и пирамиды. Расстояние между этими препятствиями — 3—3,5 м, высота соответственно — 60, 70 и 90 см.

Обучение организуется следующим образом: один день (например, 2-й день недели) проводится напрыгивание на корде; всадник, двигаясь на рыси, преодолевает тройную корзинку. Цель занятия — проверить степень усвоения правил посадки и исправить обнаружившиеся недостатки и усовершенствовать посадку на прыжках. Число прыжков не должно превышать 12—15.

В другой день (например, 4-й день недели) проводится обучение самостоятельному преодолению препятствий, расставленных по несложному паркуру: хердель, каменная стенка, пирамида, жердевой забор, частокол, шлагбаум и дощатый забор. Высота препятствий — 60—70 см, число прыжков — 8—10.

Порядок работы примерно такой: всадники по очереди в указанном тренером порядке самостоятельно преодолевают препятствия. Тренер, наблюдая за движением и поведением всадника, должен чаще подбадривать его и поощрять похвалой даже небольшие успехи. В это время не следует давать всаднику слишком много всевозможных указаний и поправок, так как в данной обстановке они не помогут ему, а только собьют.

Обучающиеся могут преодолевать препятствия и в дни манежной езды. В процессе обычного урока на манеже тренер по очереди вызывает всадников и пускает их на преодо-

ление двух-трех препятствий высотой не более 60 см, обязательно оборудованных откосами и поставленных вдоль стенки манежа. Расставить препятствия нужно так, чтобы исключить возможность обноса и закидки.

Во время преодоления препятствий одновременно с выработкой правильной посадки на прыжке необходимо отрабатывать и приемы управления конем, а также воспитывать веру в свои силы и силы коня.

В целях сбережения лошадей прыжки через препятствия высотой до 80 см следует производить не более двух раз в неделю. В остальные дни обучаемые работают на препятствиях небольших размеров, развивая главным образом гибкость посадки и навыки управления конем. В процессе всего обучения следует обращать особое внимание на первую стадию прыжка — приближение.

Необходимо приучить всадника подводить лошадь к препятствию только после того, как он установит ее на спокойный и ровный аллюр, разъяснив ему, что лошадь в состоянии верно «рассчитать» прыжок лишь при соблюдении этого правила.

Для установления лошади на ровный аллюр рекомендуется производить вольты вокруг препятствия до полного успокоения ее, а затем вести на барьер по прямой линии против его середины с расстояния не более 6—8 м. В случае закидки всаднику нужно объяснить, что лошадь всегда сопротивляется на выгнутый наружу бок, и посоветовать при закидке вправо прижимать правый шенкель и набирать правый повод, а при закидке влево — наоборот.

После того как всадник будет выполнять это упражнение уверенно, следует приступить к более сложным: преодолению различного рода корзинок.

ВЫРАБОТКА ТЕХНИКИ ПРЫЖКА И ПРАВИЛЬНОЙ ПОСАДКИ ПРИ ПРЕОДОЛЕНИИ КОРЗИНОК

Этот раздел совпадает с обучением преодолению препятствий. Здесь также главной целью обучения является выработка навыков, необходимых всаднику для самостоятельного преодоления разнообразных препятствий в сочетании с умелым управлением конем и сохранением правильной посадки на прыжке. Продолжительность этого этапа обучения 6—8 недель.

Обучение организуется следующим образом: два дня в неделю (2 и 4-й) проводятся прыжки через разнообразные препятствия, расставленные в различных направлениях по несложному паркуру, — хердель, плетень с канавой, открытую канаву, каменную стенку, жердевой забор, палисад, шлагбаум, калитку и пирамиду.

В первые 3 недели высота препятствий — 60—80 см, ширина канав — 1,5 м, в последующие недели высота — 70—90 см, ширина канав — 2 м.

В первые дни недели в паркуре на расстоянии 6—7 м устанавливается двойная корзинка из дощатого забора и пирамиды высотой 60—70 см. Число прыжков в это время — 8—10. Препятствия преодолеваются на рыси с переходом в шаг.

В 3—4-ю недели вводится тройная корзинка: прибавляется жердевой забор высотой 70—80 см, который устанавливается на расстоянии 3,5 м. Число прыжков — до 10—12, аллюр — рысь.

На 5—6-й неделе применяется тройная корзинка, состоящая из тех же препятствий, расставленных на том же расстоянии, но число прыжков увеличивается до 12—15. Половина препятствий преодолевается на рыси, половина — на галопе.

Особое внимание на этом этапе должно быть обращено на спокойный и ровный аллюр как перед препятствием, так и после него, а также на сохранение правильной посадки на прыжке. Недостатки, обнаруживаемые во время работы, должны исправляться в последующие дни, в прыжках через более низкие препятствия. В остальные дни недели езда производится между расставленными в манеже препятствиями. Число прыжков в это время должно быть не более 4—6, высота препятствий — не более 70 см.

ОБУЧЕНИЕ ВСАДНИКА ПРЕОДОЛЕНИЮ ПОЛЕВЫХ ПРЕПЯТСТВИЙ

Вся работа, о которой говорилось выше, проводится на специально оборудованном для учения месте, т. е. в манеже или на плацу. Эта искусственно созданная обстановка не может заменить тех реальных полевых условий, для действия в которых готовятся всадник и лошадь. Поэтому полевая езда должна стать неотъемлемой и важнейшей частью конной подготовки.

Особенности полевой езды вытекают из особенностей современного конного многоборья, которое требует от спортсменов умения двигаться по дорогам и резким броском на коротке (4—8 км) без дорог, а также умения спокойно, уверенно преодолевать всевозможные естественные и искусственные препятствия. Поэтому в разделе полевой езды обучение преодолению препятствий должно стать одним из основных элементов подготовки всадника. Всадника можно считать подготовленным только тогда, когда он сможет в любое время года, при любой погоде двигаться резвым аллюром по местности, изобилующей различными препятствиями.

В плане одиночной полевой подготовки обучению преодолевать полевые препятствия должно быть уделено не менее 10—12 недель. Приступать к езде и преодолению препятствий в поле нужно сразу после того, как всадник научится уверенно и сноровисто преодолевать в условиях манежной обстановки препятствия высотой до 90 см, расставленные по паркуру. Занятия в поле следует хорошо организовать. Местность должна быть выбрана с учетом особенностей ее рельефа, а также наличия на ней соответствующих препятствий.

Полевая езда и преодоление препятствий в основном подчиняются обычным правилам поведения всадника на прыжке, т. е. последний не должен мешать лошади какими-либо указаниями, а предоставить ей полную свободу и самостоятельность при преодолении встречных препятствий и заботиться лишь о том, чтобы подводить ее к препятствию в наиболее выгодном направлении, исключая таким образом возможность заминки ее перед препятствием.

Во время движения по пересеченной местности лошадь следует вести в шенкелях с мягким упором в повод. То же следует делать и при езде по сильно пересеченной местности с тем, чтобы не мешать лошади самой выбирать дорогу. Содействие всадника в этом случае будет заключаться в быстром, но мягком изменении положения верхней части своего корпуса для того, чтобы не отставать от движения лошади.

ОСОБЕННОСТИ ПОСАДКИ ПРИ ПОДЪЕМАХ И СПУСКАХ

В условиях полевой езды нередко приходится совершать подъемы и спуски. Езда и поведение всадника в этих случаях имеют свои особенности.

Подъемы могут быть короткие и длинные, круглые и пологие. Лошадь на подъемах как бы карабкается в гору — она опускает голову, вытягивает шею, стремясь уравновеситься и переместить центр тяжести ближе к передней части корпуса. Короткие и круглые подъемы нужно проходить прямо и на быстрых аллюрах — рыси, галопе; длинные подъемы всегда преодолевают шагом.

На крутых подъемах всадник подает верхнюю часть корпуса от поясицы вперед, усиливает упор на колени, не поднимаясь на стремена, плотно прижимает шенкеля к бокам лошади, обязательно берется рукой за гриву и ослабляет действие повода, чтобы лошадь могла свободно вытянуть шею. Чем круче подъем, тем больше подача корпуса от поясицы вперед. Подавая корпус вперед, всадник облегчает положение лошади, так как способствует этим ее уравниванию.

На спусках всадник также подает верхнюю часть корпуса от поясицы немного вперед, оставляя, однако, на месте среднюю часть своего корпуса и шенкеля. Последние нужно плотно прижать к бокам лошади, а поводом слегка поддерживать ее. При прохождении пологих спусков на рыси и галопе сохраняется посадка, применяемая в обычных условиях. Крутые спуски проходят прямо и всегда шагом.

При крутых и длинных спусках передняя часть корпуса лошади является не только подпоркой, но и единственным двигателем; задняя часть играет роль тормоза. Она приближается к площади опоры тем больше, чем круче спуск. Поэтому всадник не должен во всех случаях одинаково наклонять корпус от поясицы вперед, а должен собразовать этот наклон с крутизной спуска. При спусках крутизной свыше 60° задняя часть корпуса лошади перестает работать и начинает скользить, задние ноги в это время выходят из-под туловища лошади в стороны. В этот момент средняя часть корпуса всадника и шенкеля, определяющие крепость посадки, должны оставаться на своих местах.

При прыжке вниз, когда лошадь, сильно отталкиваясь задними ногами, всей тяжестью своего тела и тела ездока встречает землю передними ногами, всадник испытывает сильный толчок. В этом случае для сохранения крепости и гибкости посадки нужно выдвинуть шенкеля несколько вперед, чтобы встретить толчок дополнительным мягким упором в стремена. Корпус нужно держать по отвесу к телу лошади и, как всегда, сохранять упор на коленные суставы.

Обучение всадника преодолению полевых препятствий состоит из двух периодов: а) обучения спортсмена преодолению одиночных полевых препятствий и б) выработки у него практических навыков в самостоятельном преодолении полевых препятствий на резвых аллюрах.

ОБУЧЕНИЕ ВСАДНИКА ПРЕОДОЛЕНИЮ ОДИНОЧНЫХ ПОЛЕВЫХ ПРЕПЯТСТВИЙ

Работа на одиночных полевых препятствиях на этом этапе совпадает с летним периодом обучения, проходящим обычно в полевых условиях. Чтобы не отрывать эту работу от общей подготовки, специальную работу на препятствиях нужно будет увязывать с одиночным полевым обучением всадника. Весь этап работы на препятствиях занимает примерно 4—6 недель.

В течение первых 2 недель занятия проводятся через день, по небольшому круговому маршруту, по легко пересеченной местности протяжением до 1 км. На местности следует иметь шесть-восемь естественных препятствий: открытая канава, канава с водой, земляной вал с канавой, жердевой забор в канаве, засека, шлагбаум, палисад с канавой, каменная стенка и дощатый забор. Высота препятствий должна быть не более 50—60 см, а ширина канав — не более 1,5 м. Кроме того, на маршруте должны быть спуски и подъемы небольшой крутизны и неглубокие броды.

Перед тем как начать работу по преодолению препятствий, тренер проверяет всадников и их лошадей на всех аллюрах. Затем, коротко объяснив особенности обучения прыжкам в полевых условиях, он устанавливает группу в 15—20 м сбоку от препятствий. Первый образцовый прыжок на рыси совершает сам тренер. Затем все всадники по очереди, подражая тренеру, преодолевают это препятствие. Тренер следит за их работой, исправляет замеченные недостатки, а если надо, заставляет повторить прыжок. Двигаясь в таком порядке по маршруту, всадники преодолевают все препятствия.

Во 2-й день 1-й недели эти препятствия преодолеваются на рыси каждым всадником самостоятельно, тренер лишь наблюдает за ними.

В третий день 1-й недели эти препятствия преодолеваются на галопе самостоятельно каждым всадником один раз, а во 2-й неделе — два раза. 3-е занятие этой недели используется для устранения недостатков прошедших недель.

Для работы в 3—4-й неделях препятствия повышаются до 80 см, а ширина канав увеличивается до 2 м. Маршрут избирается по более пересеченной местности и удлиняется до 1,5 км. Число препятствий увеличивается до 8—10. Добавляются новые препятствия: жердевой проезд с канавами, завалы из ветвей, калитка и банкет. Спуски и подъемы избираются средней крутизны; последовательность и порядок проведения занятий остаются такими же, как в 1—2-ю недели.

В 5—6-ю недели проводятся контрольные и два ночных занятия. В это же время устраняются замеченные недостатки.

ВЫРАБОТКА У ВСАДНИКА НАВЫКОВ В ПРЕОДОЛЕНИИ ПОЛЕВЫХ ПРЕПЯТСТВИЙ НА РЕЗВЫХ АЛЛЮРАХ

Этот этап подготовки является самым ответственным: в нем подводятся итоги всей предыдущей работы и окончательно отрабатываются и закрепляются у всадника спокойствие, уверенность, сообразительность, быстрота реакции, умение найти правильный выход в любой трудной полевой обстановке. Продолжительность этапа — 4—6 недель.

На среднепересеченной местности избирается маршрут длиной до 2 км с десятью-двенадцатью естественными препятствиями. Если на маршруте не окажется подходящих препятствий, их следует постронть. Типы препятствий остаются прежними, высота их — до 80 см, ширина канав — 2,5 м. Число прыжков — до 12—14.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. В 1-й день 1-й недели препятствия преодолеваются на рыси каждым всадником под наблюдением тренера. Во 2-й день проделывается то же самое, но всадник проходит весь маршрут самостоятельно и в определенное время в течение примерно 10 мин.

В следующую неделю таким же порядком маршрут преодолевается на галопе в течение 6 мин. Препятствия повышаются до 90 см.

Занятия 3—4-й недель организуются так же, как и на предыдущей неделе, с той лишь разницей, что маршрут

избирается на более трудной местности протяженностью до 3 км, а некоторые препятствия повышаются до 100 см. Ширина канавы — до 3 м. Маршрут проходят за 9 мин. Одно занятие проводится ночью, причем препятствия понижаются на 10—20 см, а норма времени увеличивается до 12 мин.

На 5-й неделе проводится одно контрольное занятие по тому же маршруту в ночных условиях. Второе занятие проводится с целью устранения недостатков, обнаруженных на контрольном занятии.

На 6-й неделе нужно организовать два контрольных занятия, из которых одно должно быть ночным. Маршрут должен пролегать по сильнопересеченной местности и быть не известным всаднику. Норма времени прохождения: днем — 3 мин. 1 км, ночью — 5 мин. 1 км. Во время занятий преодолеваются различные естественные полевые препятствия.

На этом одиночная подготовка всадника по преодолению полевых препятствий заканчивается.

О ПАДЕНИЯХ

Падение лошади и всадника во время обучения преодолению препятствий — обычное явление. Устранить их полностью невозможно, однако предупредительными мерами следует свести их к минимуму.

Падения бывают двух видов: связанные с естественным риском прыжка, а также являющиеся следствием недостаточной подготовки всадника и лошади. Причины первых неуловимы и трудно поддаются анализу. Как правило, они не устранимы, но случаев таких падений очень мало.

Значительно более распространены падения второго вида. Непосредственными причинами их бывают: а) неправильное подведение лошади к препятствию; б) крутой поворот ее перед препятствием; в) цуканье поводьями; г) слишком быстрое или медленное движение на препятствиях.

Многолетние наблюдения показывают, что падений на больших препятствиях бывает в несколько раз меньше, чем на небольших. Кроме того, эти падения всегда бывают значительно легче, чем на небольших или менее трудных препятствиях. Повидимому, причина этого явления лежит в том, что на больших препятствиях и ездок и лошадь идут настороже, будучи готовыми ко всяким неожиданностям и случайностям.

Те же наблюдения показывают, что падения происходят чаще, когда ездок и лошадь, встречая неожиданно хотя бы незначительное препятствие, теряются. В таких случаях падения бывают наиболее опасны и для лошади и для всадника. Поэтому обучаемому необходимо внушить, что, как бы ни были хорошо подготовлены всадник и его лошадь, нужно всегда быть готовым ко всяким неожиданностям и особенно при преодолении незначительных препятствий.

МЕТОДИКА УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МАСТЕРСТВА СПОРТСМЕНА-КОННИКА

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Методические указания, изложенные выше, прежде всего относятся к подготовке начинающего спортсмена. В этой главе речь идет об усовершенствовании знаний, об организации занятий и методах работы спортсмена-разрядника и тренера.

Современные условия состязаний предъявляют высокие требования к каждому спортсмену. К спортсменам-перво-разрядникам и мастерам спорта эти требования значительно повышаются. Основным условием правильной подготовки спортсменов-разрядников является соответствующая подготовка тренеров. Поэтому вопрос состоянного и систематического усовершенствования теоретических знаний и практических навыков тренерского состава должен быть главным для руководителей спортивных организаций.

Тренер должен обладать широкими и всесторонними знаниями конного спорта, практическим опытом использования коня в различной спортивной обстановке, обязан непрестанно совершенствоваться, чтобы во всех случаях быть образцом для спортсменов.

Большинство спортсменов уделяет усовершенствованию своего мастерства значительное время, но сама организация этого нередко бывает плоха, не подчиняется принципу строгой последовательности и целеустремленности и поэтому дает невысокие качественные показатели.

Как и всякая работа, направленная на выработку в человеке определенных навыков, конная подготовка спортсмена и тренера должна быть систематической: следует уделять ежедневно хотя бы 2 часа работе на лошади. Вместе с тем спортсмен и тренер обязаны пополнять свои теоретические

знания в конном деле вообще и в преодолении препятствий особенно. Все изложенное в предыдущей главе спортсмен и тренер должны знать в совершенстве, иначе они не смогут научить своих питомцев правильному и умелому владению конем на препятствиях.

Обучение ведущих спортсменов и тренеров проводится следующим образом.

Прежде всего устанавливается, насколько подготовлен спортсмен-конник. С этой целью перед тем, как приступить к плановому обучению, проводятся одно-два контрольных занятия, во время которых изучаются и фиксируются в соответствующем письменном документе положительные и отрицательные моменты в подготовке каждого спортсмена.

Установив индивидуальные особенности и недостатки занимающихся, руководитель разъясняет им, чем вызваны недостатки и как их устранить. Таким образом уже на контрольных занятиях руководитель получает представление о целенаправленности не только всей работы по усовершенствованию, но и отдельных ее этапов. Вместе с тем результаты контрольных занятий в значительной степени облегчают составление реального плана подготовки группы, проверку проводимых занятий, а также учет достижений каждого спортсмена группы в отдельности.

Такая система обучения полностью обеспечивает принцип индивидуального подхода к каждому спортсмену и обязывает руководителя давать разъяснения, замечания в ясной и точной форме и исправлять ошибки не вообще, а определенного лица.

Для контрольных занятий манеж оборудуется четырьмя-шестью препятствиями: жердевым забором, параллельными брусками, каменной стенкой, пирамидой, канавой, открытой или с херделем, и корзиной, составленной из херделя и пирамиды. Высота препятствий — 0,8—1 м. Устанавливаются они на расстоянии 3—3,5 м одно от другого. Число прыжков — не более 12. Каждое препятствие в отдельности по указанию тренера преодолевается на рыси и галопе.

Комиссия из трех человек оценивает каждый прыжок, учитывая качество посадки и умение управлять конем. Если нужно, комиссия требует повторить прыжок. На основе наблюдения всех моментов прыжка (приближение, разбег, подъем и т. д.), совершаемого спортсменом, комиссия дает оценку его подготовленности. Одновременно дается оценка

Примерный контрольный лист

спортсмена первого разряда Иванова П. Я., кобыла «Шнопа», 7 лет, под седлом Иванова — 2 года.

Результаты контрольного занятия	
всадника	лошади
<p>30 октября. Преодоление препятствий на рыси</p> <p>При подходе к препятствию всадник суетится, чрезмерно разворачивает носки, беспокоит лошадь шпорами. На отвесных препятствиях отстает от движения лошади, цукает поводом. При подвигании сидит больше, чем следует, на задней части корпуса лошади. При опускании торопится сесть в седло. При преодолении широких препятствий сидит уверенней, но не всегда. Корзину преодолевать не может — отстает. Отсутствует взаимодействие средств управления на прыжке</p> <p>Преодоление препятствий на галопе</p> <p>Всадник плохо справляется с лошадью. На прыжках работает хуже, чем в предыдущее занятие</p> <p>Выводы</p> <p>Всадник не обладает необходимой устойчивостью и гибкостью посадки на прыжке. Наблюдается напряженность во всем теле, нет уверенности</p> <p>Рекомендовать: тренироваться в течение одного месяца на одиночных небольших препятствиях с брошенными стременами и поводом (всаднику держаться за гриву). Особое внимание уделить преодолению небольших тройных корзинок</p>	<p>Плохо «рассчитывает» прыжок, в особенности на отвесное препятствие. Прыгает неуверенно, склонна к закидкам. Плохо гнется на прыжке. Голова и шея на прыжке мало подвижны</p> <p>Трудно управляема, боится шума</p> <p>Лошадь имеет способность к прыжкам. При более подготовленном всаднике, в особенности при более спокойной руке, после соответствующей подготовки будет неплохо прыгать</p> <p>Необходимо тренировать на отдельных небольших препятствиях и тройных корзинах при брошенном поводе</p>

Примечание. Через месяц проверить устойчивость посадки на прыжке.

и лошади. Все эти данные записываются в контрольный лист, составляемый на каждого спортсмена (см. стр. 187).

На основе этих контрольных данных составляется план общей подготовки группы, который предусматривает последовательный процесс обучения, разделенный на несколько периодов со строго определенными целевыми установками для каждого из них.

Примерный план подготовки группы спортсменов и тренерского состава по преодолению препятствий

Общая цель — подготовить спортсмена и его лошадь к преодолению различных полевых препятствий на резвых аллюрах с соблюдением правильной посадки.

Весь учебный год разбивается на пять периодов.

Период	Содержание	Цель	Продолжительность
I	Выработка навыков правильной посадки при преодолении небольших препятствий	Привить навыки в сохранении правильной и гибкой посадки при преодолении небольших препятствий	Январь-февраль
II	Тренировка всадника по выработке у него практических навыков в самостоятельном преодолении препятствий с соблюдением правильной посадки	Закрепить самостоятельной тренировкой навыки в сохранении правильной посадки на прыжке	Март — апрель
III	Усовершенствование правильной посадки у всадника при преодолении одиночных препятствий в полевых условиях	Привить практические навыки в сохранении устойчивой и гибкой посадки при преодолении одиночных полевых препятствий	Май
IV	Тренировка всадника по выработке у него практических навыков в самостоятельном преодолении различных полевых препятствий	Закрепить самостоятельной тренировкой полученные навыки в сохранении правильной посадки на прыжке при преодолении полевых препятствий	Июнь — июль
V	Подготовка всадника к предстоящим соревнованиям	Подготовить спортсмена к участию в соревнованиях по преодолению различных препятствий на резвом аллуре	Июль — август

Приступая к работе по усовершенствованию посадки на прыжке, обучаемый обязан знать теорию прыжка лошади, правила посадки и поведения всадника на прыжке.

Теоретические знания можно получить или в результате самостоятельного изучения путем чтения пособий, либо собеседования с наиболее подготовленными спортсменами, или на плановых практических занятиях путем разъяснений руководителем особо затруднительных вопросов, а также посредством практического показа. Полезно и наблюдение прыжка лошади на свободе и под всадником.

Последовательность изучения теоретических вопросов должна быть такой же, какая была приведена выше, т. е. сначала разбираются общие понятия о прыжке лошади, а затем поведение всадника на прыжке.

Предполагая, что основы теории все же будут известны спортсменам, необходимо главное внимание уделить выработке навыков совершенного владения лошадью на прыжке.

УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПОСАДКИ НА ПРЫЖКЕ В МАНЕЖЕ

Ранее уже говорилось о решающем значении посадки для прыжка. Значение ее сохраняется во всех случаях обучения преодолению препятствий. Поэтому учебу нужно начинать с усовершенствования посадки.

Обучение на этом этапе в основном рассчитано на спортсмена, еще не обладающего достаточной практикой в преодолении сложных препятствий и работающего на лошади средних качеств и средней подготовленности. Обучение лучше проводить в группе под руководством тренера. Преодоление препятствий необходимо сочетать с другими видами спорта, занимаясь ими не менее трех раз в неделю (1, 3 и 5-й дни). Продолжительность 5—8 недель.

Основная цель занятий — выработать у всадника правильную и устойчивую посадку на прыжке через одиночные препятствия и небольшие системы типа корзинок.

Занятия первых 2 недель организуются и проводятся следующим образом.

В манеже устанавливаются жердевой забор, каменная стенка, открытая или с херделем канава, пирамида и корзинка, составленная из херделя и пирамиды, на расстоянии

6—7 м друг от друга. Высота препятствий — 70—80 см, ширина канавы — 2 м. Число прыжков — до 14.

Препятствия должны быть оборудованы откосами и расставлены так, чтобы облегчить всаднику приемы управления лошадью и дать возможность ему сосредоточить все свое внимание на выполнении основной цели.

После проверки группы на движении всеми аллюрами, проводимой между препятствиями с целью приучить лошадей спокойно двигаться вокруг них, каждое препятствие

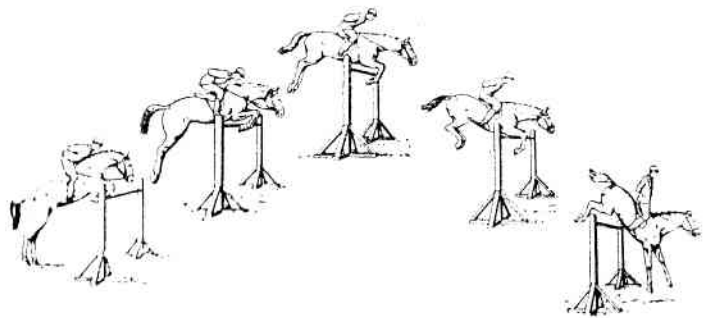


Рис. 53. Правильная посадка на прыжке без стремян с брошенным поводом

преодолевается всадником на рыси под руководством тренера.

В результате этих занятий всадник должен научиться правильно подводить лошадь к препятствию, принимать в момент приближения соответствующую посадку и сохранять ее до конца прыжка. Необходимо также обращать внимание на выработку у спортсмена и у лошади спокойного и уверенного движения на препятствиях. От более подготовленных всадников нужно требовать более уверенного и четкого выполнения прыжка, чаще практикуя преодоление препятствий с брошенными стременами и поводом (рис. 53).

Занятия 3—4-й недели продолжаются в таком же порядке, но требования к всадникам увеличиваются, расстановка препятствий усложняется (например; в корзинку прибавляется дощатый забор — второе препятствие по порядку), но расстояние между ними сужается до 3—3,5 м; высота остается прежней.

Основной целью занятий в это время будет совершенствование правильной посадки в момент приближения и сохранение ее на разбеге и подъеме.

Здесь можно прибегнуть в течение 3—4 недель к уже упоминавшемуся на стр. 173 приему держаться за гриву. Положение всадника, держащегося за гриву на всех стадиях прыжка, см. на рис. 54.

Корзинка, как правило, преодолевается с брошенными поводом и стременами, причем наиболее подготовленным всадникам полезно в этом случае проделывать различные гимнастические упражнения: движения рук вперед, в стороны, на бедра, за спину и за шею.

Характер и порядок занятий этих недель сохраняются и на 5—6-й неделях, но количество препятствий увеличивается: прибавляются плагбаум и параллельные брусья, а в корзинку добавляется четвертое препятствие — жердевой забор (первое препятствие по порядку). Расстояние между препятствиями в корзинке — 3—3,5 м. Высота пирамиды увеличивается до 90 см, ширина канавы — до 2,5 м. Число прыжков — не более 15—16.

Целью занятий этих недель будет совершенствование правильной посадки в моменты приближения, разбега и подъема и сохранение ее в стадии подвисания, т. е. после того, как всадник почувствовал рывок от толчка лошади в момент ее подъема. Очень важно напомнить обучаемым о характере поведения в этот момент всадника и лошади, чтобы потом установить соответствующие правила поведения.

Первое ощущение на подъеме — это ускользание лошади из-под всадника. Вызывается оно тем, что в момент разбега и в начале подъема лошадь была сжата, укорочена спереди назад и, следовательно, значительно увеличена в объеме (бочкообразна).

Увеличение объема лошади раздвигает ноги всадника в стороны. Всадник, сопротивляясь этому, инстинктивно сдавливает бока животного. В момент броска тело коня мгновенно переходит из наиболее сжатого положения в наиболее вытянутое, значительно уменьшаясь при этом и становясь тоньше в объеме. Это изменение происходит настолько быстро, что ноги неопытного всадника не успевают следовать за боками лошади. Получаемый разрыв или ослабление связи между боками лошади и шенкелями и обуславливает ощущение ускользания лошади из-под

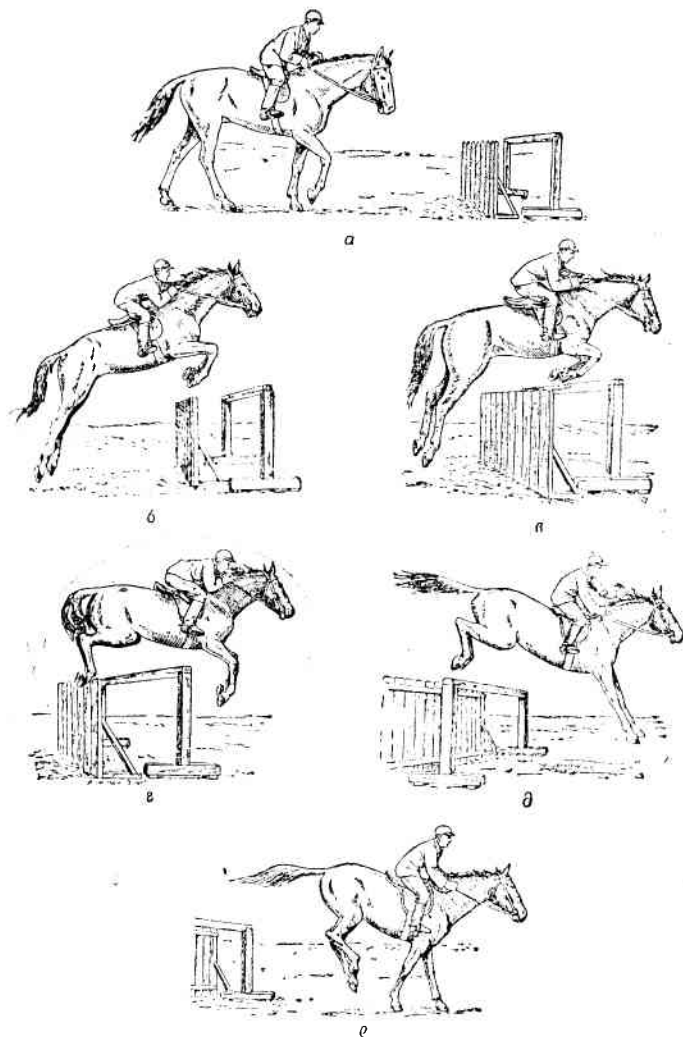


Рис. 54. Преодоление препятствия, держась за гриву:

а — приближение, б — первая фаза подъема, в — вторая фаза подъема, г — подвешивание, д — первая фаза приземления, е — вторая фаза приземления

всадника, которое может быть нейтрализовано опять-таки рукой, держащей гриву. В этом положении всадник быстрее и легче приобретает необходимые навыки для того, чтобы его ноги легко и неотступно следовали за боками лошади.

После толчка и взмаха головы и шеи назад-вверх лошадь отрывается от земли и летит в пространство. Если при этом ничто ей не мешает, она будет совершать полет по определенной траектории, и тогда прыжок ее будет правильным и наиболее легким. Но на практике всадник именно в этот момент чаще всего и допускает ошибки, влияющие на правильность прыжка. Чтобы предупредить их, тренер обязан сначала описать ошибочное поведение, объяснить его причины и затем уже определить нормы правильной посадки на прыжке.

Для наглядности перед обучаемыми можно продемонстрировать такой простейший опыт: момент подвешивания представить статически, унедолив положение лошади в это время карандашу, уравновешенному в горизонтальном положении на пальце. Понятно, что самый незначительный груз, положенный на один из концов карандаша, потянет этот конец вниз и поднимет вверх противоположный. Чем дальше от центра тяжести будет расположен груз, тем поднимание и опускание концов карандаша будет происходить быстрее, и наоборот, вплоть до падения карандаша на землю.

Нечто подобное от перемещения центра тяжести всадника испытывает и лошадь. Но она не падает, во-первых, потому, что, будучи живым телом, способна восстановить нарушенное всадником равновесие, что она и стремится делать; во-вторых, потому, что она находится в движении. Но как бы ни противостояла лошадь нарушению равновесия, производимому всадником, траектория ее полета на прыжке и сам прыжок будут неправильными.

Как и мертвое неоднородное тело, лошадь от перемещения центра тяжести вперед укорачивает нисходящую ветвь траектории прыжка. Это происходит оттого, что животное, потеряв равновесие, стремится найти его в ускорении своего движения вперед-вниз. Оно достигает этого соответствующим движением головы и шеи, а также выпрямлением передних ног и ускоренным подтягиванием задней части корпуса. Практически это сокращение траектории проявляется в задевании ногами за препятствие.

На занятиях следует продолжать совершенствовать правильную посадку и вырабатывать навыки ее устойчивости при помощи гимнастических упражнений. Последние особенно необходимы при преодолении корзинки. В этом случае применяются следующие упражнения: на первом прыжке — руки в стороны, на втором — руки на бедра, на третьем — руки за шею, на четвертом — руки за спину. Упражнения проделываются с брошенными поводьями и стременами и до тех пор, пока у всадника не будут выработаны достаточные навыки по преодолению препятствий с рукой, держащейся за гриву.

Занятия 7—8 недель продолжают в том же плане. Препятствия, их расстановка, высота, а также число прыжков остаются прежними. Основная цель занятий этих недель — усовершенствование правильной посадки на прыжке и выработка правильного поведения всадника в последний момент прыжка — при опускании лошади на землю (приземление).

В момент встречи лошади с землей всадник почувствует толчок под седлаице. Если он не обладает достаточно устойчивой посадкой, то его корпус ускорит движение вниз и встретится с головой и шеей лошади, которые в этот момент взмахом подаются вверх-назад. Всадник может получить удар в лицо, что нередко и наблюдается у неопытных всадников.

Избежать всех колебаний корпуса всадника, а стало быть и удара, можно, держась за гриву. Рука в момент толчка спружинит в локтевом суставе и удержит верхнюю часть корпуса ездока в правильном положении, а при взмахе головы и шеи, согнувшись в локтевом суставе, смягчит ощущение этого взмаха, т. е. произведет обратное действие.

Для более эффективного поглощения толчка, ощущаемого всадником в момент встречи ног лошади с землей, и для сохранения правильной посадки следует применить все пружинящие сочленения своего тела, усилить сжатие боков лошади шенкелями, а также несколько передать часть своего веса на стремена.

Затем обучаемые совершают прыжки через препятствия.

На этом заканчивается этап обучения, в процессе которого всадник приобретает необходимые навыки в преодолении одиночных препятствий.

В течение следующего периода всадник будет отрабатывать и закреплять полученные навыки путем самостоятельной тренировки.

ПОСЛЕДУЮЩАЯ ТРЕНИРОВКА ВСАДНИКА В ПРЫЖКАХ

Продолжительность этого этапа обучения — 6—8 недель. Занятия проводятся под наблюдением тренера. Принцип комплексности, т. е. сочетание работы по преодолению препятствий с манежной и полевой ездой, сохраняется.

Если занятия бывают три раза в неделю, то желательно использовать 1, 3 и 5-й дни, а если два раза — 2 и 4-й дни. Главная цель занятий этого этапа — отработка и закрепление путем самостоятельной тренировки навыков сохранения устойчивости и правильной посадки при преодолении препятствия, полученных на предыдущем этапе обучения.

Занятия организуются и проводятся следующим образом: на 1 и 2-й неделях в манеже в различных направлениях расставляются оборудованные откосами каменная стенка, палисад, канава, открытая или с херделем впереди, шлагбаум, калитка и засеки с жердью. Кроме того, у стенки манежа устанавливается корзинка из четырех препятствий, расположенных в 3—3,5 м одно от другого в такой последовательности: клавиши, хердель, жердевой забор и пирамида. Высота препятствий в корзинке соответственно — 50, 90, 70, 100 см, высота остальных препятствий — 80 см, ширина канавы — 2,5 м.

После проверки движения лошадей на всех аллюрах ездой между препятствиями всадники по указанию тренера по очереди на рыси преодолевают два-три препятствия подряд, переводя затем лошадь в шаг.

Корзинка преодолевается без стремян и с брошенным поводом. В это время рекомендуется проделывать различные гимнастические упражнения. Чем меньше подготовлен всадник, тем легче должны быть упражнения и наборот. Часть препятствий по указанию тренера нужно преодолевать держась за гриву, причем наиболее слабые по подготовленности должны больше тренироваться в овладении этим способом преодоления препятствий.

В течение 3—4-й недель продолжают занятия при тех же условиях, однако теперь чаще практикуется преодо-

ление препятствий с брошенным поводом и без стремян. При преодолении корзинки обязательно выполняются гимнастические упражнения в такой последовательности: первый прыжок — руки вверх, второй — руки за шею, третий — руки на бедра и четвертый — руки за спину.

Иначе организуются занятия 5 и 6-й недель. В манеже по несложному паркуру устанавливаются оборудованные откосами жердевой забор, каменная стенка, канава, открытая или с жердевым, шлагбаум, палисад и корзинка, составленная из четырех препятствий. Порядок расстановки препятствий в корзинке такой: пирамида, параллельные брусья с расстоянием между жердями 75 см, дощатый забор и пирамида. Высота каждого препятствия соответственно — 90, 60, 80 и 90 см. Расстояние между вторым и первым препятствиями 3,5 м, третьим и вторым — 3 м, четвертым и третьим — 3,5 м. Высота остальных препятствий — от 80 до 100 см, ширина канавы — 2,5 м. Число прыжков — 16.

Препятствия преодолеваются по паркуру на галопе с переходом после прыжка в рысь; подъем в галоп за 8—10 м перед препятствием. Корзинка преодолевается не менее двух и не более трех раз с брошенным поводом, без стремян; с выполнением следующих гимнастических упражнений: первый прыжок — руки за спину, второй — руки в стороны, третий — руки на бедра и четвертый — руки на шею.

Тренер внимательно следит за сохранением посадки. Все замеченные недостатки исправляются тут же.

Занятия 7—8-й недель должны носить характер дальнейшего усовершенствования правильной посадки на препятствиях, расставленных в более сложном паркуре, чем на предыдущих неделях. Тренер следит за работой обучаемых и своевременным указанием исправляет ошибки, помогая постепенному усовершенствованию устойчивой гибкой посадки на прыжке.

УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПОСАДКИ ПРИ ПРЕОДОЛЕНИИ ОДИНОЧНЫХ ПРЕПЯТСТВИЙ

Цель занятий этого этапа — усовершенствование посадки, привитие всаднику практических навыков в сохранении устойчивой и гибкой посадки при преодолении одиночных полевых препятствий. Продолжительность этапа 6—8 недель. Как и раньше, занятия проводятся в сочета-

нии с другими видами конного спорта два-три раза в неделю, дни работы те же, что и на предыдущем этапе. Продолжительность каждого занятия — до 2 часов.

Для занятий 1—3-й недель на открытой площадке (а при необходимости и в манеже) устанавливаются: земляной вал с канавой позади шириной 50 см, открытая канава шириной 1,5 м и небольшой одинарный банкет для прыжка вверх и вниз, проезд между жердевым забором и канавами шириной 75 см. Вместе с этим оборудуются засека и овечий загон. Высота препятствий — 70—80 см. Число прыжков — до 15.

Занятия проводятся в том же порядке: прежде всего устраивается обычная проверка группы на движении всеми аллюрами между препятствиями. Затем обучаемые по вызову тренера поочередно преодолевают все препятствия. Препятствия, взятые с ошибками, преодолеваются повторно.

На прыжках всадники должны держаться за гриву. От более подготовленных требуется преодоление препятствий с брошенными стремянами и поводом. В центре внимания тренера попрежнему должна быть правильная посадка обучаемых. Он должен добиваться почти автоматического поведения всадника на прыжке и настойчиво воспитывать в нем веру в свои силы.

Оборудование и занятия 4—6-й недель несколько усложняются. Препятствия повышаются до 90 см, канавы перед препятствиями и позади них делаются шире на 25 см, а ширина открытой канавы доводится до 3 м. Кроме того, добавляются жердевой забор в канаве высотой 75 см и забаррикадированный проход.

Препятствия преодолеваются в таком же порядке, с использованием тех же приемов, что и на предыдущей неделе, т. е. часть их по указанию тренера преодолевается с поводом; но без стремян, а другая — со стремянами, но с брошенным поводом. Аллюр — галоп.

Занятия 7—8-й недель организуются так же, как и на предыдущей неделе, но препятствия преодолеваются одно за другим по паркуру и всадникам предоставляется большая самостоятельность. Препятствия повышаются на 10 см, открытая канава делается шире — до 4—5 м. Канавы впереди и позади препятствий увеличиваются каждая до 1 м. На последней неделе проводятся релетиции к соревнованиям.

ТРЕНИРОВКА ВСАДНИКА В ПРЕОДОЛЕНИИ ПРЕПЯТСТВИЙ В ПОЛЕ

В отличие от занятий прежних этапов, когда всадник тренировался в искусственных условиях манежа или учебной площадки, занятия этого этапа целиком проводятся в поле. Всадник должен научиться самостоятельно применять и совершенствовать в реальной природной обстановке все полученные им ранее навыки в преодолении препятствий. Продолжительность полевого этапа — 6—8 недель. Занятия прыжками проводятся в сочетании с напрыгиванием, тренингом и манежной ездой. Дни работы сохраняются прежние. Продолжительность каждого занятия — 2 часа.

Прежде чем приступить к занятиям, необходимо тщательно оборудовать рабочее место. В этих целях в поле на слабо пересеченной местности избирается круговой маршрут протяжением 1,5—2 км с восемью-десятью естественными препятствиями. Если их нет, то нужно построить. Можно рекомендовать такие препятствия: открытую канаву, канаву с водой, жердевой забор, земляной вал, плетень, засеку, каменную стенку, шлагбаум, налсид с канавой и дощатый забор. Высота препятствий не должна превышать 70—80 см, а ширина — 2—2,5 м. Желательно на маршруте иметь небольшие спуски, подъемы и броды.

В начале 1—3-й недель идет обычная проверка всадника и его лошади на всех аллюрах. Затем тренер коротко объясняет особенности работы на препятствиях в условиях поля. Первый показательный прыжок на рыси через препятствие проделывает сам тренер, после чего всадники по очереди, подражая ему, преодолевают это же препятствие.

Тренер наблюдает за прыжками, исправляет замеченные недостатки и заставляет повторить прыжок тех, кто плохо прыгает. Двигаясь в таком порядке по маршруту, всадники проходят через все препятствия.

Остальные занятия 1-й недели проводятся так: на втором занятии преодолеваются все препятствия на рыси самостоятельно под наблюдением тренера. В 3-й день эти же препятствия и в том же порядке преодолеваются, как и во второй день, но на галопе.

Во 2-ю неделю эти же препятствия преодолеваются самостоятельно каждым всадником только на галопе.

Последний день (3-й) используется для устранения недостатков, обнаруженных на занятиях прошедших недель.

В 3-й неделе проводятся два контрольных занятия по тому же маршруту: одно днем, другое ночью. Норма времени для движения днем — 5 мин., ночью — 8 мин.

Занятия 4—6-й недель в основном сводятся к повторению и закреплению предыдущей работы с той лишь разницей, что длина маршрута теперь доводится до 3 км, маршрут избирается на средние пересеченной местности, число препятствий увеличивается до 12—15, высота препятствий доводится до 90—100 см, а ширина канав — до 3—3,5 м. К прежним препятствиям прибавляются жердевой забор в канаве, жердевой проезд между канавами, банкет, завалы из ветвей. Кроме того, перед земляным валом устраивается канава шириной 75—100 см. Оборудуются также спуски, подъемы средней крутизны и броды до 1 м глубиной. Время для контрольных занятий днем — 10—12 мин., ночью — 15—18 мин.

Занятия 7—8-й недель значительно усложняются. Маршрут избирается по сильнопересеченной местности длиной 4—4,5 км. На нем должно быть не менее пятнадцати естественных препятствий высотой до 80—100 см, ширина канав — до 3—4 м. Типы препятствий те же, что и раньше.

На первом занятии 7-й недели всадники под наблюдением тренера по очереди самостоятельно преодолевают препятствие на галопе, проходят весь маршрут (между препятствиями лошадь обязательно переводится в рысь).

Третье занятие этой недели — контрольное. Весь маршрут всадники по очереди проходят в норму 15—18 мин.

В течение 8-й недели организуются два контрольных занятия; одно днем, другое ночью. Контрольное занятие проводится по маршруту, не известному обучаемым. Для дневного контрольного занятия рекомендуется брать маршрут длиной 4—5 км, проходящий по сильнопересеченной местности. Высота препятствий — 90—110 см, ширина канав — 3—3,5 м, норма времени — 12—15 мин. По такому же маршруту организуется и ночное контрольное занятие, но высота препятствий снижается на 10—15 см, а норма времени увеличивается до 18 мин.

ПОДГОТОВКА ВСАДНИКА К КОННОСПОРТИВНЫМ СОСТЯЗАНИЯМ

Цель этого этапа обучения — окончательно закрепить практические навыки по сохранению правильной посадки при прохождении различных паркуров, по преодолению препятствий на соревнованиях. Продолжительность этапа — 6—8 недель.

Занятия проводятся три раза в неделю. Дни работы прежние. Продолжительность каждого занятия — 2—2,5 часа.

На открытой площадке или в манеже расставляются препятствия, соответствующие «легкому классу». Препятствия располагаются так, чтобы вокруг каждого из них лошадь могла сделать вольт, а также свободно преодолеть их на корде.

Первое занятие начинается самостоятельной ездой группы между препятствиями, чтобы успокоить лошадей и ознакомить их с препятствиями. На эту работу отводится 25—30 мин. Затем тренер указывает всадникам аллюр, которым они должны ехать. В процессе езды производятся остановки, осаживания и вольты вокруг препятствий.

После езды между препятствиями два-три всадника спешиваются (точное число спешенных всадников определяется величиной площадки, на которой расставлены препятствия).

Спешившись, всадники пристегивают корды и по указанию тренера расходятся в разные стороны, пуская около препятствий лошадей на вольт так, чтобы не мешать друг другу. Когда лошади успокоятся, тренер заставляет всадников по очереди преодолевать препятствия, около которых они находились, после чего ведет их на другие. Так постепенно преодолеваются все препятствия, расставленные на площадке. Затем спешивается следующая группа всадников и прodelывает эту же работу, и т. д.

После прыжков лошадям необходимо дать 20—30 мин. проводки на шаг.

Всадники, не занятые напрыгиванием, если позволяют условия, тренируются в управлении лошадью или наблюдают за работающими на корде.

На втором занятии после езды между препятствиями каждый всадник по указанию и под наблюдением тренера преодолевает на рыси каждое препятствие в отдельности,

добиваясь спокойного и уверенного подхода к нему лошади. Как правило, после прыжка лошадь переводят в шаг и оглаживают. Следует учитывать, что спокойное и уверенное преодоление лошадью препятствия способствует сохранению ездомом правильной посадки на прыжке.

Третье занятие отличается от второго тем, что преодолеваются сразу два-три препятствия. Как обычно, лошадь переводят в шаг и оглаживают, а тренер в это время дает оценку прыжкам и показывает, как исправить замеченные ошибки.

На четвертом занятии преодолеваются на рыси препятствия, расставленные на площадке или в манеже по сложному паркуру.

Пятое занятие проводится так же, как и второе, но препятствия преодолеваются на галопе.

Шестое занятие повторяет третье, но препятствия преодолеваются на галопе.

Седьмое занятие аналогично четвертому, но проводится на галопе под наблюдением тренера.

Восьмое занятие проводится так же, как и седьмое, но препятствия на паркуре преодолеваются всадником самостоятельно.

Девятое занятие проводится с целью устранения отдельных недостатков, допущенных всадниками на предыдущих занятиях.

Занятия 4—6-й недель организуются и проводятся в такой же последовательности, как и занятия 1—3-й недели данного этапа, но всадники прыгают через препятствия «среднего класса». Количество препятствий — 10, прыжков — 12, высота препятствий — 1—1,1 м, ширина канав — 3,5 м, ширина заложения — до 2 м, дистанция — 500 м.

Типы препятствий выбираются по усмотрению тренера. Можно использовать следующие: палисад с канавой, шлагбаум, жердевой забор в канаве, жердевой проезд с канавами, открытая канава, препятствия для прыжка вниз и снизу вверх, забаррикадированный проход, земляной вал с канавами, прыжок в воду и качающийся мост (препятствия для второго и третьего занятий понижаются на 10—15 см).

Занятия 7—8-й недель проходят так: в начале 7-й недели организуются два контрольных занятия: первое — по известному паркуру, второе — по неизвестному, но уже

знакомому всадникам. Этим и заканчивается подготовка по усовершенствованию спортсмена в преодолении препятствий.

В процессе обучения некоторые всадники проявляют большие способности. Их нужно выделить в самостоятельную группу и проводить с ними занятия, аналогичные предыдущим, но не более двух раз в неделю по препятствиям «трудного класса».

Занятия на рыси, т. е. второе-четвертое занятия 4—6-й недель, опускаются. Число препятствий — 12, число прыжков — 15, высота препятствий 1,1—1,3 м, ширина канавы — 4 м, ширина заложения — до 2 м, дистанция — 700 м.

Работающая в этих условиях группа спортсменов будет готовиться к предстоящим конноспортивным состязаниям.

ОБУЧЕНИЕ ЛОШАДИ ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРЕПЯТСТВИЙ

МЕТОДИКА НАПРЫГИВАНИЯ ЛОШАДИ

В разделе «Подготовка молодой лошади» уже говорилось об обучении ее прыжкам. Здесь речь будет идти о подготовке лошади, выезжаемой специально для состязаний по преодолению препятствий.

Прыжок является врожденной способностью лошади, но в обычных условиях она прибегает к нему редко: ей незачем затрачивать необходимые для прыжка дополнительные силы, если она может преодолеть препятствие в обычном темпе своего движения.

В условиях состязаний лошадь, как правило, работает с большим напряжением. Она должна быть готова, повинаясь воле человека, в любую минуту мобилизовать и целесообразно использовать все свои силы. Такие дополнительные способности сами по себе не могут появиться у животного. Их должен воспитать человек соответственно тем задачам, какие будут поставлены на состязаниях. Искусство воспитания лошади в основном должно быть направлено на то, чтобы развивать, совершенствовать в ней способности, заложенные природой.

Обучают лошадь прыжкам путем напрыгивания (см. об этом на стр. 123).

Ездок должен изучить характер лошади, ее особенности, силу, способности и знать степень предварительной подготовки. Только при этом условии он может рассчитывать

на успех. Работа должна вестись медленно, с постоянным повторением пройденного. За каждым выполнением задания обязательно должна следовать награда лаской. Занятия следует поставить так, чтобы лошадь не утрачивала чувства легкости в работе. Никогда нельзя спешить с новыми, более трудными, требованиями, их можно предъявлять только очень малыми дозами и всегда в конце упражнения, чтобы в случае хорошего выполнения можно было наградить лошадь отдыхом.

Всякое затруднение лошади, ее малейшая робость и неуверенность при исполнении нового задания обычно служат доказательством спешки. В этом случае следует уменьшить требования, вернуться назад к пройденному и хорошо усвоенному, а иногда даже к возобновлению занятий с самого начала.

Ни в коем случае нельзя заставлять лошадь выполнять трудное задание силой, жестокостью или переутомлять ее. У начинающей прыгать лошади мускулы еще недостаточно выработаны и легко утомляются. Необходимо при этом учитывать также состояние грунта и расположение препятствий, чтобы соразмерять предъявляемые к лошади требования.

Вообще всегда следует тщательно разобраться в причине отказа лошади и установить, происходит он вследствие физического права,лости, упрямства животного или же просто из-за страха и неуверенности в своих силах. В первом случае должно последовать энергичное воздействие всадника, чтобы подчинить лошадь своей воле; во-втором — следует прибегнуть к ободряющим средствам, ласке и умерить требования.

Напрыгивание должно вестись в непрерывной связи со всей работой по выездке. Упражнения эти начинаются еще в период работы на корде с перехода через лежащие на земле жерди и низенькие барьеры. Очень важно приучить лошадь выполнять в это время все движения без лишних усилий.

Наиболее целесообразны в этом случае движения, совершаемые лошадью на свободе, где она прыгает естественно, согласно присущим ей от природы возможностям. Все эти движения необходимо изучить, тщательно проследив их на свободных прыжках.

Выше мы подробно останавливались на анализе поведения лошади, которая свободно прыгает через препятствие.

Здесь следует напомнить, что в прыжке большое значение имеет аллюр, которым лошадь идет на препятствие. Чем аллюр медленнее, тем движение головы и шеи животного энергичнее и тем больше оно должно затрачивать мускульные силы. И, наоборот, чем стремительнее аллюр, тем

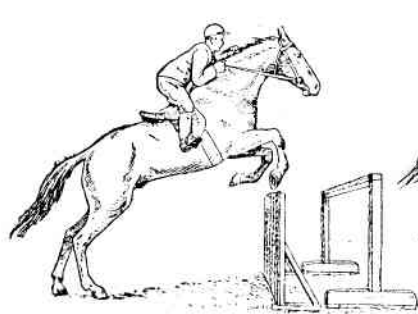


Рис. 55. Прыжок лошади с шага

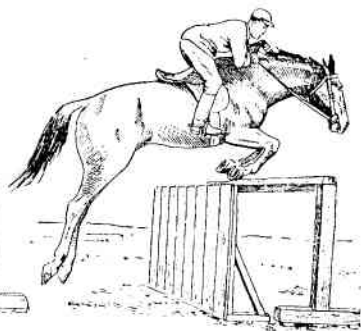


Рис. 56. Прыжок лошади с галопа

меньше движение головы и шеи, тем меньше напряжение, а следовательно, и меньшую усталость испытывает лошадь при прыжке. Поэтому наиболее подходящим в этом случае аллюром является галоп. Однако хорошо обученная лошадь должна уметь прыгать, двигаясь любым аллюром (рис. 55 и 56).

НАПРЫГИВАНИЕ НА КОРДЕ

Приступая к упражнениям на корде, прежде всего необходимо правильно пристегнуть последнюю, так как неправильное пристегивание небезопасно для лошади. Перед пристегиванием корды поводья уздечки закидываются за шею животного и несколько раз переплетаются под ней. Чтобы повод не попал между передними ногами, один из них захватывается подбородным ремнем. Корда пристегивается, захватывая переносье, к внутреннему трензельному кольцу пряжкой вниз.

Первоначальное препятствие должно быть уже знакомо лошади по предыдущим упражнениям и состоять только из жердей, поставленных от земли не выше 30—40 см. Как правило, в начале обучения перед препятствием на

расстоянии 25—35 см кладется на землю жердь-«подсказка», показывающая лошади, откуда она должна сделать прыжок. Препятствия устанавливаются около стены манежа и в целях предотвращения обноса лошадей и зацепления за них кордой оборудуются откосами. Если нет стены, то откосы кладутся с обеих сторон препятствия.

В конце обычной работы или после прогонки в специальные дни, отведенные для работы на корде около препятствия, лошадь подводят к нему, дают его осмотреть, обнюхать. Затем его опускают на землю и несколько раз в поводу проводят через него лошадь, добиваясь, чтобы она двигалась спокойно. Когда она ознакомится с препятствием, жерди устанавливаются на указанную высоту. Животное выпускается на вольт перед препятствием с таким расчетом, чтобы окружность вольта проходила около жерди откоса.

Если лошадь движется спокойно, корду несколько выпускают, удлиняя таким образом прямую разбега животного. При этом спортсмен, держащий корду, вплотную приближается к откосу и отсюда направляет лошадь на препятствие, держа наготове бич. На прыжке важно вовремя отдать корду, поэтому спортсмен должен находиться на одной линии с лошадью или даже несколько впереди ее, чтобы избежать отставания держащего корду и резко не дернуть лошадь после прыжка. Если не выполнить этого правила, то лошадь на первых же порах получит болевые ощущения в полости рта, что может отрицательно отразиться на работе.

При успешном выполнении упражнения лошадь поощряют. Работу заканчивают обычно после двух-трех прыжков в каждую сторону. Затем препятствия опускают на землю и лошадь в поводу вновь проводят через него, чтобы окончательно ознакомить ее с ним.

В случаях, если лошадь откажется выполнить упражнение — остановится или обнесет, — ее снова берут к рукам и несколько раз переводят через опущенное на землю препятствие. Затем повторяют упражнение, угрожая, а если нужно, и посылая бичом. Прыжок тотчас же повторяют, но уже без посылы бичом и с оглаживанием, чтобы дать понять лошади, за что она получила наказание. В этом случае полезно вести ее на препятствие на более короткой корде. Такой же способ следует применять, когда лошадь бросается на препятствие.

В первых же упражнениях важно развивать в лошади смелость и уверенность в своих силах. В этих целях нужно позволять ей выполнять первые прыжки так, как она хочет, и с любого аллюра, лишь бы она преодолевала препятствие смело и охотно.

Следующая задача напрыгивания — развитие у лошади хладнокровия и гибкости на прыжке. Здесь необходимо добиваться, чтобы животное совершенно спокойно относилось как к упражнениям, так и к препятствиям. Нельзя требовать выполнения сложного прыжка в тех случаях, когда оно нервничает, суетится, дает «лансады» (поднимается на задние ноги и резко бросается вперед) и, наконец, вырвавшись из руки всадника, бросается на препятствие. Еще хуже, когда лошадь совсем не желает идти в манеж или на место, где проводится напрыгивание.

Вообще надо стараться проводить работу так, чтобы ничто не вызывало излишней нервозности животного. Вместе с тем необходимо немедленно применять все средства, чтобы привести его в спокойное состояние. Так, если лошадь сломя голову бросается на препятствие, нужно принять ее на вольт, добиться спокойной рыси или шага и потом на этих аллюрах заставить выполнить упражнение. Полезно ободрять голосом и как можно меньше шуметь, щелкать бичом, суетиться.

Вываживание лошади между препятствиями также приучает ее спокойно вести себя на работе. Некоторых, особенно нервных, лошадей можно напрыгивать без бича, позволяя им дольше и тщательнее знакомиться с препятствием, больше ободряя их оглаживанием и голосом.

Если лошадь уже поставлена на спокойный шаг или рысь и уверенно преодолевает одиночное препятствие высотой до 50 см, задание необходимо усложнить. Так можно упражнять ее в прыжках с этих же аллюров через два препятствия, расположенные в 7 м одно от другого, постепенно увеличивая высоту каждого до 70 см.

Упражнениям, вырабатывающим спокойствие и гибкость лошади, необходимо отвести продолжительное время, так как, не имея развитого могучего крупа и сильных рычагов скакательных суставов, она не может работать без ущерба для своих сил. Поэтому работа продолжается до тех пор, пока лошадь не окрепнет. В течение этого периода напрыгивание можно производить через день, делая не более десяти-двенадцати прыжков за урок. Вначале не-

обходимо производить напрыгивание на препятствиях одного типа, например на более отлогих, а затем постепенно перейти к крутым и, наконец, отвесным.

Чтобы полностью использовать инерцию своего движения, лошадь при прыжке должна оттолкнуться в темп движения, не сокращая и не ускоряя его перед моментом отталкивания. Сохранять темп она может только в том случае, если будет обладать способностью и необходимыми навыками глазомера и правильного подхода к препятствию, к месту, где ей нужно оттолкнуться. Прыжок в темп и правильная траектория прыжка невозможны без такого «расчета». Лошадь, не обладающая этой способностью, всегда собьется с темпа движения и, следовательно, принуждена будет прыгать без использования инерции, т. е. поступательного движения вперед, а только за счет мускульного напряжения. Таково значение темпа и «расчета», выработку которых преследует напрыгивание.

Точно так же лошадь будет излишне напрягаться, если она из-за своей неразвитости не сможет баскюлировать, т. е. как бы поворачивать свое тело вокруг центра собственной тяжести, работая шеей, спиной и поясницей. Больше того, не умея баскюлировать, она часто не сможет вывернуться между первым и вторым препятствиями, если они расставлены на один темп (3—3,5 м).

Нельзя позволять лошади нарушать темп. Если она это делает, ее следует брать на вольт, успокаивать и, только поставив на темп заданного аллюра, вновь пускать на прыжок. При задержке лошади перед прыжком надо угрожать ей бичом.

Темп, «расчет», баскюль вырабатываются у лошади различными видами работы в процессе напрыгивания. Для выработки «расчета» в разных местах манежа устанавливаются препятствия различного типа: пирамида, параллельные брусья и т. п. Если лошадь подходит слишком близко к препятствию, то в 25—50 см впереди него рекомендуется, как уже говорилось, класть жердь-«подсказку», облегчающую «расчет». В зависимости от высоты препятствия эта жердь может быть выдвинута несколько вперед и даже приподнята над землей. После того как лошадь усвоит прыжок с «подсказкой», дальнейшую работу нужно проводить без нее.

Труднее исправить лошадь, если она отталкивается слишком далеко от препятствия. В этом случае необхо-

димо заставлять ее чаще прыгать с короткого прямого разбега или подводить ее кордой ближе к препятствию. Полезно также ставить позади него жердь на низких стойках так, чтобы лошадь при опускании могла задеть ее передними или задними ногами. Это заставит ее на последующих прыжках подходить ближе к препятствию.

Баскюль вырабатывается одновременно с «расчетом», но при помощи более сложных упражнений: преодоления корзинок из двух-четырех жердей высотой 40—80 см. Расстояние между жердями 3—3,5 м. Корзинки могут быть рассчитаны на один и два темпа. Последний тип представляет собой комбинацию различных препятствий высотой для начала до 70 см, с расстоянием между ними 3—3,5 и 7—8 м.

После того как лошадь разовьет в себе перечисленные выше качества, освоит препятствия от 60 до 80 см, их высоту можно довести до 90 см.

НАПРЫГИВАНИЕ В ШПРИНГАРТЕНЕ

Напрыгивание на свободе проводится в шпрингартене. Для этой цели употребляется шпрингартен диаметром до 50 м, огороженный жердевым забором высотой 2—2,5 м. Ширина коридора — 3,5 м. Во внутреннем коридоре устраиваются неподвижные и прочные подставки, в которые наглухо вкладываются жерди. Из жердей, по желанию, делаются двойные или тройные корзинки с расстоянием между препятствиями 3, 7, 9 и 12 м. По внешнему кругу строятся три-четыре постоянных препятствия полевого типа, например каменная стенка, канава, земляной вал с бревном, деревянный забор. Высота препятствий для лошадей в первый год их работы не должна превышать: одиночных — 1,1 м, в корзинке — 1 м. Ширина канавы — 2—3 м. Грунт в шпрингартене должен быть ровным, мягким и упругим.

Неоседланную лошадь с подвязанными под подбородком поводьями вводят во внутренний коридор и пускают свободно бегать в определенном направлении по кругу. Чтобы лошадь освоилась с обстановкой и привыкла подходить на зов, никаких жердей для первых упражнений не закладывают. Сначала лошадь будет скакать галопом, а затем по мере уставания перейдет на рысь и даже на шаг. Мето-

дику работы с лошадью по напрыгиванию в шпрингартене см. на стр. 125—126.

Как средство напрыгивания круглый шпрингартен удобен тем, что он не позволяет лошади идти сломя голову на препятствие из желания поскорей отделаться от него, а приучает ее к спокойной работе. Напрыгивание в шпрингартене следует начинать на третьем месяце обучения, т. е. после того, как лошадь научится преодолевать на корде небольшие барьеры. Проводится эта работа один раз в неделю, причем в этот день никакой другой работы лошадь не выполняет. Обычно в начале напрыгивания в шпрингартене лошадь делает до 16 прыжков, к концу число их увеличивается до 24—30.

НАПРЫГИВАНИЕ ПОД ВСАДНИКОМ

Напрыгивание под всадником является главной частью работы по выработке у лошади способности под весом спортсмена легко преодолевать любые полевые препятствия.

Упражнения на корде и в шпрингартене служат лишь подготовительным этапом, так как они производятся в условиях, облегчающих работу лошади.

Напрыгивание под седлом начинается после того, как она уже привыкла ходить под всадником, подчиняется ему и свободно делает повороты, переходы из одного аллюра в другой и т. д. Напрыгивание под ездой нужно начинать с перехода шагом и рысью через лежащие на земле жерди. Причем к этому времени манеж должен быть оборудован разнообразными препятствиями. Езда через лежащие на земле жерди должна проводиться между расставленными препятствиями непосредственно с поворотов и частых перемен направления.

По мере того как лошадь станет переходить через жерди, как бы не замечая их, по в то же время правильно переступая через них всеми четырьмя ногами, можно поднять жерди от земли на 20—30 см и выше. При этом их нужно закреплять, тогда лошадь с 1-го же дня будет остерегаться задевать за них ногами. Располагаются жерди в самых разнообразных комбинациях, чтобы лошадь упражнялась в расчете и в соразмеривании своего темпа; причем она не всегда будет прыгать, иногда просто переходить через жерди. Всадник ни в чем не должен ей мешать. В выполнении этих упражнений нужно добиваться спокойной и

правильной работы лошади на рыси и на шагу при самом разнообразном расположении жердей.

В дальнейшем начинают приподнимать сначала некоторые из жердей, а затем постепенно и все от 10 до 35 см. На этой высоте лошадь будет прыгать через все жерди. Чтобы не переутомить мало развитые мускулы и связки, особенно плеч и передней части корпуса животного, число прыжков в день нужно соразмерять с общим физическим развитием его, т. е. делать 10—15 прыжков. Число прыжков с шага, как наиболее трудных для лошади, не должно превышать 8. Все эти упражнения проводятся ежедневно и включаются в урок обычной работы.

Когда лошадь станет вполне отчетливо и спокойно преодолевать систему жердевых препятствий высотой до 50 см, можно переходить на препятствия другого типа. Лучше всего этот период работы сочетать с выездами в поле, где можно постепенно переходить к нетрудным полевым препятствиям.

Эти упражнения, как и все остальные, требуют строгой последовательности. Предварительно всадник обязан предоставить лошади хорошо разглядеть всякое препятствие, которое ей предстоит преодолеть. Ни в коем случае нельзя преждевременно тревожить ее поводами, беспокойной посадкой или бесполезными и неуместными толчками ног: это будет сбивать ее с «расчета», горячить и вызывать сопротивление.

Лошадь должна идти уверенно и ровно, не ускоряя и не замедляя темпа аллюра. Лучше позволить ускорение аллюра, чем его заминку или приостановку перед прыжком. Желательно производить эту работу на оборудованном барьерном поле, где можно построить любые препятствия, начиная от небольших — для начинающих и кончая серьезными — охотничьими, деревянными, каменными, земляными и проч. — для опытных прыгунов.

Часто, напрыгивая лошадей исключительно на высотных препятствиях, пренебрегают канавами. А между тем с самого начала, еще до упражнений на высотных препятствиях, лошадь нужно приучить к преодолению канав. Прыгая через канаву, она легче и скорее приучится брать правильный темп, выдерживать аллюр перед прыжком и правильно определять место отталкивания. Особенно полезны для таких целей закрытые канавы с валом или забором, расположенными спереди или сзади канавы.

Каждый урок следует начинать ездой на рыси и галопе, чтобы размять лошадь. Если галоп уже имеется в программе урока, полезно «погнать» животное на движениях между препятствиями. Одновременно надо проверить его отзывчивость на повод и шенкель, покорность указаниям всадника и спокойствие. Затем, дав лошади отдохнуть на свободном просторном шагу, следует вести ее на препятствия — сначала на те, которые лошадь хорошо и спортивно берет. Предъявлять новые требования можно лишь в конце занятия, после чего следует немедленно прекратить работу. Наградив лошадь за выполнение, нужно поводить ее, а затем отправить в конюшню. Во время работы нужно возможно чаще делать перерывы, позволять лошади свободно походить спокойным шагом, чтобы не переутомлять ее. Нельзя прыгать в один урок по нескольку раз через одно и то же препятствие. Если этого избежать невозможно, следует перемежать прыжки через данное препятствие с другой работой.

Напрыгивание необходимо сочетать с манежной и полевой ездой. Вместе с тем нужно приучить лошадь к прыжкам как к обычному занятию.

ОШИБКИ ЛОШАДИ НА ПРЫЖКЕ И ИХ ИСПРАВЛЕНИЕ

Следует отметить, что причиной плохого прыжка почти всегда служат ошибки всадника или неудовлетворительные конструкция и расстановка препятствий.

Типичными ошибками лошади на прыжке являются следующие:

1. Лошадь скачет на препятствие сломя голову, упираясь в повод и вырывая его, прыгает не сгибаясь в холке и как бы вылетает из плеч; при этом голова ее поднята вверх. Обычно такое поведение обусловливается горячим темпераментом лошади, ее мягким чувствительным ртом, на который грубо воздействует неумело сидящий всадник. Крепко зажав повод, он не позволяет животному свободно владеть шеей и головой, невпопад толкает шенкелями или инорами, а иногда также невпопад посылает хлыстом. Лошадь теряет уверенность, сбивается с хода, нервничает и, наконец, стремглав несется на препятствие, чтобы поскорей избавиться от всех этих неприятных ощущений. Чем сильнее всадник тянет повод, желая умерить ход лошади, тем быстрее она несется вперед.

В этом случае привести лошадь в уравновешенное состояние помогут спокойные шенкеля и мягкие руки. Руки должны отвечать на каждое требование лошади вытянуть шею. При желании умерить аллюр не следует тянуть на себя оба повода, а набирать один из них, постепенно поворачивая голову лошади то в одну, то в другую сторону.

Подходить к препятствию на такой лошади нужно умеренным аллюром, не давая ей длинного разбега, а лучше всего с вольта. Если она все-таки пытается кинуться вперед, надо мягко повернуть назад и вновь начать подходить, не совершая, однако, прыжка до тех пор, пока лошадь окончательно не успокоится.

Высоту препятствий в этих случаях лучше уменьшить, вплоть до укладывания жердей на землю. Полезно также применять различные комбинации препятствий, расставленных на расстоянии 3—3,5 и 7—9 м друг от друга, требуя от лошади ряда последовательных прыжков.

2. Лошадь сокращает перед препятствием ход и преодолевает его «козлом», т. е. коротким крутым прыжком. Причина этого заключается в том, что всадник поторопился повисить препятствие, рано погнался за прыжками в высоту, не напрыгав лошадь на широких препятствиях и канавах. С такой лошадью необходимо начать работать снова, напрыгивая ее на канавах и на барьерах с широким основанием. Вести ее к препятствию необходимо в широком темпе и с энергичным посылом. Нужно также поупражнять ее в шпрингартене и на широких крепких препятствиях. При правильной работе она скоро усвоит лучше и длинные прыжки с правильного темпа.

3. Лошадь «закидывается», или останавливается, упираясь перед прыжком. Причиной этого бывает поспешность в работе. Лошадь, видимо, не верит в свои силы, боится. В таких случаях также необходимо возвращаться назад, понижать препятствия, а может быть, даже начинать с лежащих на земле жердей. При терпении и ласке всадника лошадь вновь приобретает охоту к прыжкам.

В качестве противодействия закидке рекомендуются различные приемы, например: набирать повод и нажимать шенкель с той стороны, в которую уходит лошадь, или действовать поводом противоположной стороны. Можно применить и такой прием: всадник, почувствовав, что лошадь уходит в ту или другую сторону, подает в противоположную сторону обе руки, не поднимая их, туда же

наклоняет корпус и одновременно дает энергичный посыл шенкелями. При правильном и спокойном выполнении этого приема всегда даст хорошие результаты.

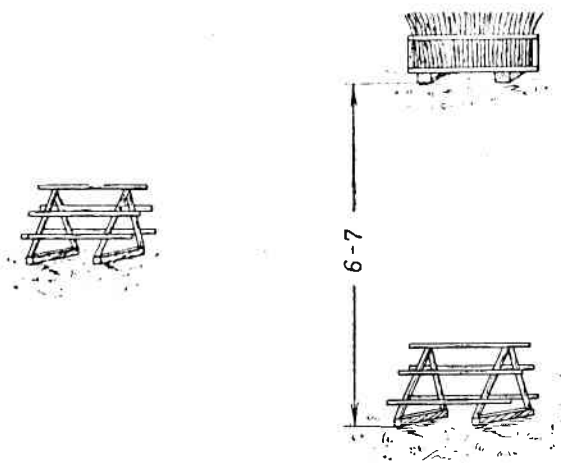
4. Лошадь прыгает небрежно, не подбирает ног и цепляется ими за препятствие. Это значит, что она напрыгивалась на искусственных и легко падающих препятствиях. Лучшим средством исправления такой лошади будут упражнения в шпрингартене на твердых и прочных препятствиях. Систематически усложняя упражнения, можно в течение нескольких недель добиться положительных результатов.

Ниже приводится примерный план подготовки лошади к преодолению препятствий.

Примерный план подготовки лошади к преодолению препятствий

Первый период выездки — продолжительность три месяца.

Первый месяц — ознакомление лошади с препятствиями на корде и в шпрингартене.



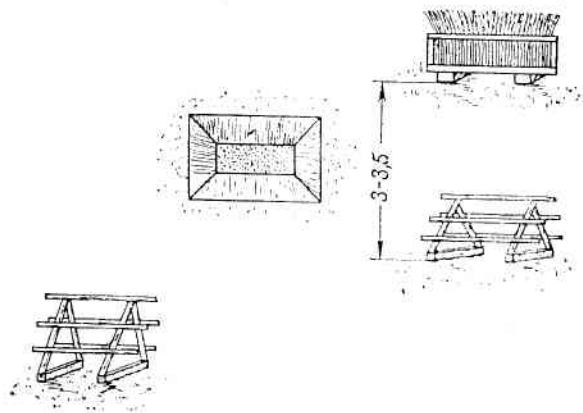
Черт. 12

1 и 2-я недели: два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через одиночные препятствия высотой 50 см, число прыжков — 8. Обратит внимание на выработку спокойного подхода лошади к препятствиям.

3 и 4-я недели: два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через двойную корзину (препятствия отстоят друг от друга в 6—7 м), пирамиду (черт. 12); высота препятствий — 50 см, число прыжков — 12. Добиваться спокойного и уверенного преодоления препятствия.

Второй месяц — тренировка в прыжке через одиночные препятствия.

1 и 2-я недели: два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через двойную корзину (препятствия



Черт. 13

расположены друг от друга в 3—3,5 м), отдельно пирамиду с заложением 1,25 м и открытую канаву шириной 1,5 м (черт. 13); высота препятствий — 60 см, число прыжков — 14. Дальнейшая работа над спокойным и уверенным преодолением препятствий.

3 и 4-я недели: два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через тройную корзину из двух херделей, стоящих на расстоянии 1 м друг от друга, параллельных брусьев с заложением 1 м, каменной стенки (препятствия отстоят друг от друга в 3—3,5 м), отдельно пирамиду с заложением до 1,4 м и открытую канаву шириной 2 м (черт. 14), высота препятствий — 70 см, число прыжков — до 16. Начало работы над техникой прыжка. Добиться спокойного и уверенного движения до и после прыжка.

Третий месяц — тренировка прыжка через две-три корзины и одиночные прыжки под всадником.

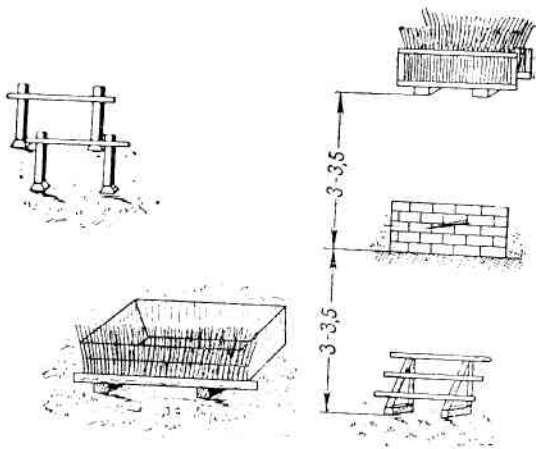
1 и 2-я недели: а) два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через корзину из трех препятствий (первые два отвесные, последнее — пирамида с заложением до 1,5 м; препятствия друг от друга располагаются в 3—3,5 м), параллельные брусья с шириной заложения 1 м и канаву с херделем шириной 2 м (черт. 15);



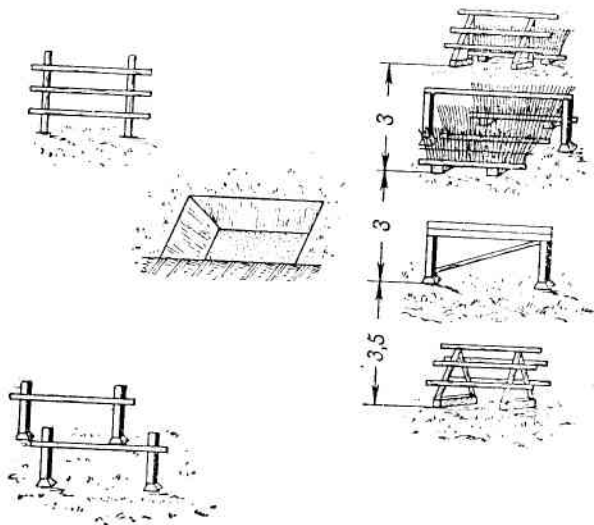
Черт. 14

высота препятствий — 80 см, число прыжков — 20. Обратить внимание на правильную работу на прыжке головы и шеи лошади; б) преодоление препятствий под всадником (хердель высотой 50—60 см, по 3—5 прыжков через день).

3 и 4-я недели: а) два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через корзину из четырех препятствий (пирамида с заложением до 1,6 м, шлагбаум, три херделя с жердью и пирамида с херделем; препятствия расставлены друг от друга на 3—3,5 м), параллельные брусья (расстояние между жердями до 1,15 м), жердевой забор и открытую канаву шириной 3 м (черт. 16); высота препятствий — 85 см, число прыжков — до 22. Обратить внимание на согласованную работу головы, шеи



Черт. 15

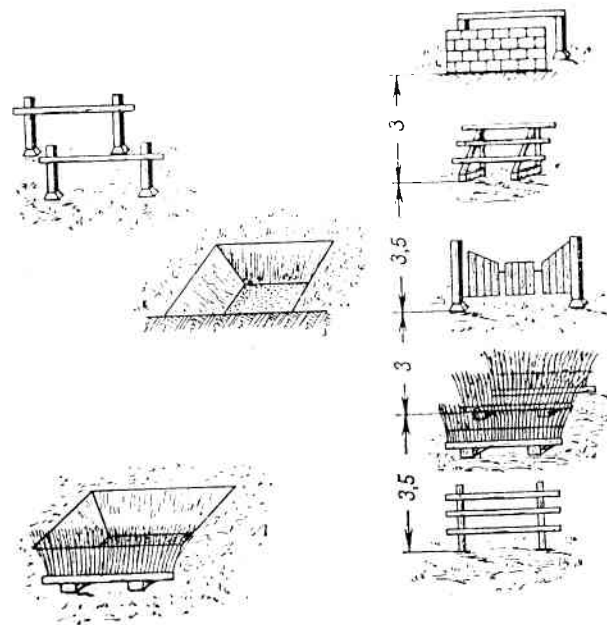


Черт. 16

и передних ног лошади; б) преодоление препятствий под всадником — одиночные прыжки на рыси (хердель и каменная стенка высотой 60 см, по 5 прыжков через день). Обратить внимание на спокойный и ровный подход лошади к препятствию.

Второй период выездки — продолжительность 3—3,5 месяца.

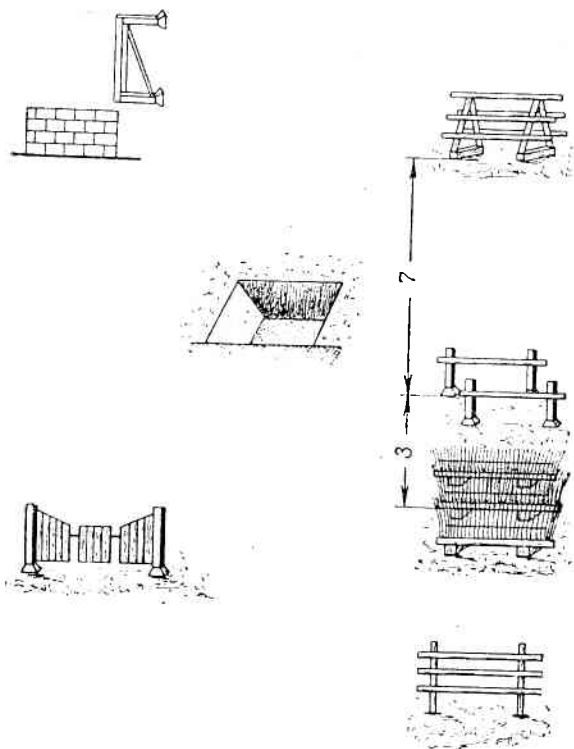
Первый месяц — гимнастика лошади на прыжке.



Черт. 17

1 и 2-я недели: а) два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартее через корзинку из пяти препятствий (жердевый забор, три херделя, калитка, пирамида и каменная стенка с жердью; все эти препятствия располагаются в 3—3,5 м друг от друга), параллельные брусья, открытую канаву и канаву шириной 3 м с херделем (черт. 17); высота препятствий — 90 см, число прыжков — 22. Обратить особое внимание на спокойное и уверенное преодоление корзинки; б) преодоление препятствий под всадником — одиночные прыжки на галопе (параллельные

брусья, открытая канава шириной 2 м, пирамида и жердевой забор, высота препятствий — 60 см, через день — по 8 прыжков). Обратите внимание на ровное и спокойное движение как при подходе к препятствию, так и после прыжка.

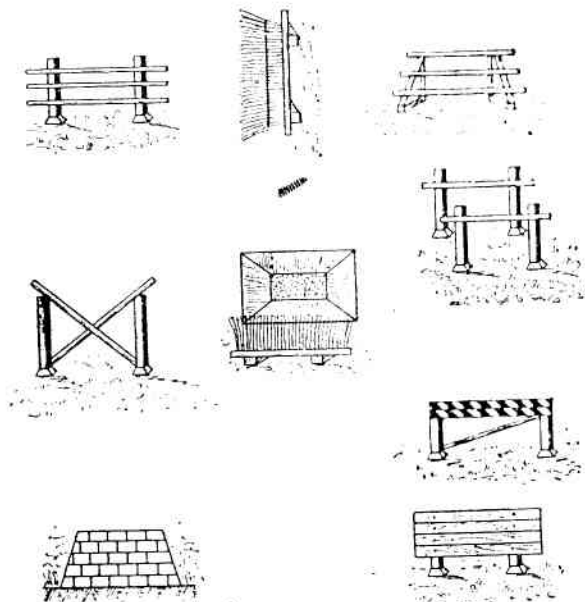


Черт. 18

3—4-я недели: а) два дня в неделю напрыгивание на корде через параллельные брусья с заложением (ширина между жердями до 1,25 м), пирамиду с шириной заложения до 1,5 м, три жерделя, поставленные один к другому на общем заложении 2 м, калитку, открытую канаву шириной 3,5 м. Препятствия расставлены в различных направлениях и преодолеваются с обеих сторон (кроме пирамиды и корзинки из двух препятствий в углу); высота препятствий — 90 см,

число прыжков — 24 (черт. 18). Обратите особое внимание на спокойный подход лошади к препятствию;

б) под всадником — один раз в неделю преодолеваются те же препятствия, что и на корде. Высота их — до 65 см, число прыжков — 10. Лошадь, двигаясь на галопе, прыгает через два препятствия в один прием, после чего ее нужно усюконтить, потом послать еще через два препятствия и т. д.



Черт. 19

Второй месяц — гимнастика лошади на прыжке с особым упором на работу на корде или в шпрингартене.

1 и 2-я недели: а) два дня в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через каменную стенку, дощатый забор, крестовину, шлагбаум, канаву шириной до 2,5 м с жерделем впереди, корзинку из пирамиды с заложением 1,5 м и параллельных брусев (расстояние между жердями до 1,3 м); препятствия расположены в 3,5 м друг от друга и корзинку в углу манежа из жерделя и жердевого забора. Препятствия расставлены по манежу в различных направлениях, высота их — до 90 см, число прыжков — не более 24 (черт. 19); б) под всадником — один раз в неделю

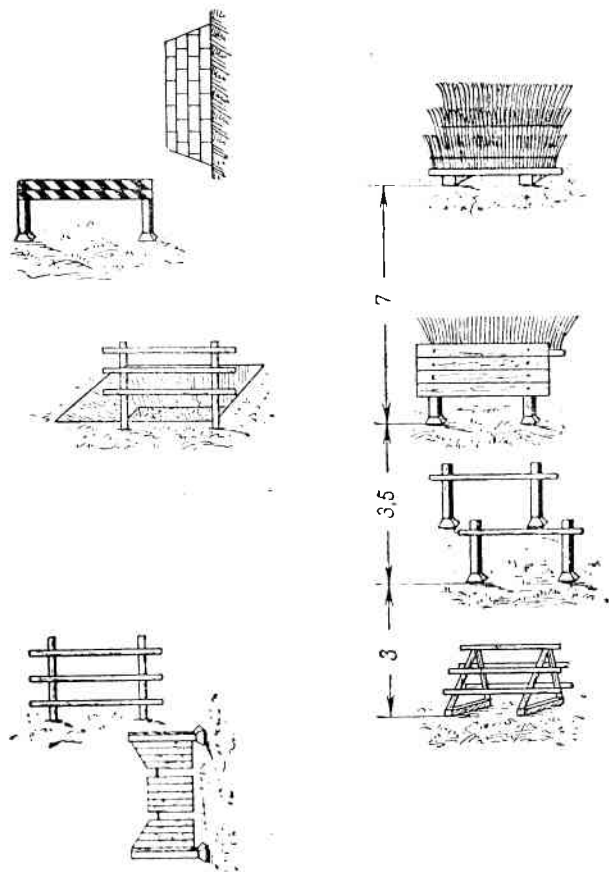
преодолеваются те же препятствия, что и на корде. Высоты их — до 75 см, число прыжков — до 12. Лошадь, двигаясь на галопе, прыгает через три препятствия в один прием, после чего делается остановка, лошадь оглаживается и поощряется; потом преодолеваются еще три препятствия и т. д. Обратит особое внимание на спокойное и уверенное преодоление препятствий.

3 и 4-я недели: а) один раз в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через корзинку из четырех препятствий (пирамида с заложением до 1,75 м; параллельные брусья высотой 90 см, расстояние между жердями — 1,5 м, высота — 70 см; дощатый забор с херделем, общее заложение — до 1,5 м, высота — 90 см; три херделя на расстоянии 90 см друг от друга с жердью, высота до 1 м; первые три препятствия отстоят друг от друга в 3—3,5 м, а четвертое от третьего — в 7 м), две корзинки в углах манежа и отдельно канаву с жердевым забором; высота препятствий — до 70 см, число прыжков — до 24 (черт. 20); б) под всадником два раза в неделю при полевой езде преодолеваются плетень, жердевой забор, земляной вал, земляной вал с канавой сзади, открытая канава, небольшие спуски и подъемы (на шагу); высота препятствий — до 60 см, число прыжков — до 14. Препятствия преодолеваются на рыси, после прыжка перевод лошади на шаг и оглаживание.

Третий месяц — отработка техники прыжка в полевых условиях.

1-я неделя: а) один раз в неделю напрыгивание на корде или в шпрингартене через корзинку из четырех препятствий (жердевой забор с херделем спереди и сзади, заложение — до 2 м; шлагбаум, калитка, параллельные брусья, расстояние между жердями — 1,5 м; препятствия отстоят друг от друга на 3,5 м), канаву с жердевым забором, земляной вал с канавой спереди и открытую канаву шириной до 3 м; высота препятствия — до 90 см, число прыжков до 26; б) под всадником два раза в неделю при полевой езде преодолеваются жердевой забор в канаве, открытая канава, земляной вал с двумя канавами, палисад с канавой сзади, калитка, каменная стенка, совершаются прыжки вниз и вверх, спуски и подъемы средней крутизны. Высота препятствий — до 80 см, число прыжков — до 16. Препятствия преодолеваются на галопе по два раза в прием, после чего остановка, оглаживание и т. д.

2-я неделя: два раза в неделю при полевой езде преодолеваются: засека, завал из пней, открытая канава шириной до 3 м, канавы с засекой впереди, проезд между жердевыми



Черт. 20

заборами с канавой, земляной вал с палисадником и с двумя канавами, калитка, крестовина, шлагбаум, совершаются прыжки вниз и вверх, спуски и подъемы значительной крутизны. Высота препятствий — до 80 см, число прыжков — до 18.

Препятствия преодолеваются на галопе. В первый раз — по 3—4 прыжка сразу, а во второй — по паркуру, но не более 8—10 прыжков в прием. Особое внимание должно обращать на выработку спокойного и уверенного преодоления лошадей препятствий.

Окончательная отработка преодоления препятствий в полевых условиях.

3-я неделя: два раза в неделю во время полевой езды преодолеваются различные препятствия на свободном галопе. Высота препятствий — не больше 90 см, ширина канав — не больше 3 м. Число препятствий может быть доведено до 20. В занятия этой недели также должны быть включены прыжки сверху вниз и снизу вверх и спуски и подъемы значительной крутизны.

4-я неделя: два раза в неделю необходимо провести репетицию к зачетному упражнению по преодолению препятствий в манеже по паркуру. Число препятствий — не более 8—10, число прыжков 10—12.

Препятствия подбираются по усмотрению спортсмена, выезжающего лошадей, или по назначению специальной комиссии. Высота их — до 90 см. Препятствия должны преодолеваются на рыси и галопе.

При испытании в полевой езде по пересеченной местности с преодолением естественных препятствий необходимо выбрать круговой маршрут на дистанцию не меньше 3—4 км, на котором должно быть не меньше десяти-двадцати естественных препятствий, в том числе обязательно неглубокий брод, овраг, спуск и подъем. Расстояние должно быть пройдено со средней скоростью 3,5 мин. 1 км.

На этом выездка лошади к преодолению препятствий заканчивается.

ВЫБОР И ПОДГОТОВКА ЛОШАДИ К РЕКОРДНЫМ ПРЫЖКАМ. ПОСАДКА ЕЗДОКА

ВЫБОР ЛОШАДИ

Преодоление рекордных препятствий требует от лошади больших природных данных. Высотно-широтные нормы тивы прыжков (1,4 м в высоту и 4 м в ширину), которые удовлетворяют нас при выборе лошади для конного многоборья, здесь явно недостаточны. Лошадь, предназначенная для рекордных прыжков, должна свободно прыгать в

высоту 2—2,2 м и в ширину не менее 7—8 м, т. е. преодолевать такие препятствия, какие возьмет не всякая, даже хорошо прыгающая лошадь.

Следовательно, чтобы добиться успеха в подготовке, надо выбрать лошадь, наиболее подходящую для таких прыжков. Эта нелегкая задача усложняется еще и тем, что практика не дает точных указаний относительно признаков, безошибочно определяющих качества прыжковой лошади.

Чаще всего в практике руководствуются главным образом теми способностями животного, которые обнаружены во время общей выездки, т. е. умением чисто брать препятствия высотой до 1,7 м и шириной до 5 м, наличием хорошего, развитого «расчета» и навыков полного подчинения воле всадника. Поэтому, как правило, выбор и нужно проводить среди лошадей, уже прошедших полную подготовку.

Предпочтение нужно отдавать тем лошадям, которые обнаруживают признаки одаренности: особую охоту к работе, понятливость, быстроту и легкость в достижении результатов. Одаренные лошади, как уже говорилось, могут принадлежать к любой породе, но чаще всего это животные с большим или меньшим наличием арабской, ахалекинской или английской крови.

Независимо от породности лошадь должна быть рослой — до 1,6—1,7 м, иметь хороший костяк, развитые внешние и внутренние органы (особенно сердце и легкие), устойчивую и крепкую нервную систему, т. е. обладать превосходным здоровьем. Она должна также обладать спокойным, уравновешенным и вместе с тем энергичным характером. Если лошадь отвечает этим требованиям, подготовка ее будет значительно облегчена. В основном здесь придется поработать над тем, чтобы развить у нее недостающую ей высокую технику прыжка и некоторые специальные навыки, необходимые для преодоления рекордных препятствий.

ПОДГОТОВКА ЛОШАДИ

В подготовке лошади к рекордным прыжкам в основном используются те же средства, какие применяются в подготовке к преодолению обычных препятствий. В обучение вносятся лишь некоторые дополнения и изменения. Так,

широко практикуют работу на корде по преодолению корзинок, не меняя, однако, размеров препятствий и количества прыжков; тренируя свободную лошадь на одиночных препятствиях, обычный тип последних обязательно заменяют такими, которые придется преодолевать на соревнованиях.

Работа на одиночных препятствиях под всадником начинается с преодоления высоты 1 м, постепенно доводя ее до 1,7 м. В последние 2—3 недели обучения высота препятствия увеличивается до предельной для лошади, как свободной, так и под всадником. Количество прыжков при этом не превышает 5—6 в течение дня тренировки.

Для подготовки к прыжкам в ширину применяется преодоление корзинок. Одиночные высотные препятствия в этом случае заменяются широтными, ширина их постепенно увеличивается с 3 до 5—6 м. В последние 2—3 недели, соблюдая строгую постепенность, ширину доводят до предельной для лошади. Число прыжков остается прежним: 5—6 в течение дня тренировки.

Большое значение для правильной организации и проведения обучения лошади имеет знание всадником теории прыжка. Если всадник не имеет таких знаний, он может допустить грубые ошибки в подготовке.

Например, в практике обучения нередко бывает, что лошадь замедляет перед препятствием движение или даже задерживается перед ним. Чтобы исправить этот недостаток, надо знать, что в прыжке лошадь использует наряду с мускульной силой инерцию. Оба эти фактора развиваются только в процессе тренировки. Что особенно важно, в это же время лошадь приучается координировать обе эти силы на прыжке.

Лошадь, не умеющая использовать инерцию поступательного движения, приостанавливается перед препятствием, делает прыжок с места по очень крутой траектории. Она хорошо поднимает передние ноги, отталкивается вверх, но, не умея использовать инерцию, оказывается не в состоянии перенести через препятствие задние ноги и разрушает его или попадает в канаву. И, наоборот, не умея использовать мускульную силу для противодействия силе инерции, лошадь бросается на препятствие, когда передняя часть ее корпуса недостаточно поднята вверх.

Прыжок получается по чрезмерно настильной траектории, и лошадь передними ногами разрушает препятствие.

При этом она, подходя к препятствию, снимается далеко назад, наоборот, очень близко. Как в первом, так и во втором случаях препятствие будет разрушено ударом передних ног.

Меньшее значение имеет понимание третьего фактора — умения лошади владеть на прыжке своим центром тяжести. Правильно уравновешенная лошадь преодолевает препятствие с минимальным запасом и по высоте и по ширине, иначе говоря, прыжок совершается по минимальной и единственно возможной для данного препятствия траектории.

Такая траектория достигается тем, что лошадь на прыжке принимает положение, при котором все части ее тела максимально приближаются к ее центру тяжести, а наиболее удаленные располагаются так, что они движутся наиболее приближенно к линии траектории. Это положение требует, чтобы лошадь на прыжке не подбирала передних и задних ног под туловище, а выбрасывала передние вперед-вверх под шею. Задние ноги в этот момент являются как бы продолжением тела лошади и направляются по траектории прыжка.

Несомненно, что, только понимая все эти особенности поведения лошади, можно правильно построить подготовку. Практически такая координация всех усилий лошади достигается тренировкой на соответствующих типах корзинок, одиночных рекордных препятствиях и на препятствиях для подготовки лошади к конкур-иппику.

Знание теории имеет большое значение и в оборудовании места, где проводится обучение рекордным прыжкам.

Например, иногда устанавливают почти отвесное препятствие при рекордном прыжке в высоту. Это ошибка, ибо при рекордных прыжках в высоту крутая траектория не выгодна, так как здесь лошадь почти не использует инерцию, перекладывая все усилия на мускулы. Слишком пологая траектория ведет к обратному: не используется в полном объеме мускульная сила. Значит, наиболее эффективной будет какая-то средняя траектория, которая обусловит и координацию всех факторов прыжка и наивысшую результативность.

Для получения средней траектории лошадь должна отталкиваться от грунта на расстоянии, равном высоте преодолеваемого препятствия плюс половина толщины тела животного. Иначе говоря, при высоте препятствия

1,5 м лучше всего отталкиваться примерно в 2 м впереди него, угол подъема при этом должен быть около 45°. Следовательно, основание препятствия для высотного рекордного прыжка должно находиться от высшей своей точки не менее чем на 1,5 м, т. е. оно должно быть не отвесным, а наклонным — по типу пирамиды (рис. 57).

Отсюда понятно, что из двух препятствий одной и той же высоты — отвесный жердевый забор и пирамида — последнее преодолевать намного легче, чем первое, так как пирамида, имея широкое основание с постепенным сужением кверху, облегчает лошади «расчет» для отталкивания,

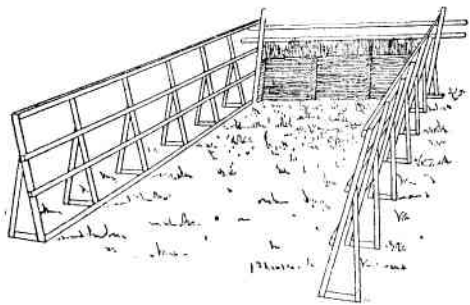


Рис. 57. Препятствие для высотного прыжка

а также способствует наиболее легкому набиранию крутизны траектории во время прыжка. При преодолении жердевого забора вследствие отвесного его строения как «расчет», так и выбор траектории требуют от лошади больших усилий и умения.

Сказанное относится и к установлению препятствий для широтного прыжка, а именно: высшая точка основного херделя должна находиться при пятиметровом прыжке на высоте до 1,5 м и закрывать несколько меньше половины трехметровой канавы с водой. Основание препятствия находится в 1,5—2 м от наивысшей точки херделя. Установленное таким образом препятствие при правильном отталкивании обеспечивает ширину прыжка 5 м и выше (рис. 58).

Для рекордного прыжка 7 м основной хердель не закрывает канавы, высота его должна быть не более 1,65 м, а основание начала препятствия от верхней точки — не ближе 3—3,5 м, т. е. комбинация дополнительных херделей не должна превышать по заложению 4 м.

В практике подготовки к рекордным прыжкам вопрос об аллюре, которым должна идти лошадь на препятствие, также имеет большое значение. Одни считают наилучшим в этом случае собранный манежный галоп, другие — усиленный полевой галоп.

Прежде чем установить наиболее правильную, по нашему мнению, точку зрения в этом вопросе, необходимо разобраться в нем теоретически.

При движении лошади к высотному рекордному препятствию манежным галопом, т. е. относительно медленным темпом, она не сможет развить и использовать инерцию для набора высоты траектории и потому совершит прыжок по крутой траектории и с большей, чем следует,



Рис. 58. Препятствие для широтного прыжка

затратой мускульной силы. Вследствие этого прыжок получится недостаточно широкий, причем передние ноги пойдут над препятствием высоко, а задние из-за отсутствия нужной инерции не будут переброшены через препятствие и в лучшем случае заденут за него, а в худшем — разрушат.

При движении лошади к высотному рекордному препятствию на чрезмерно резвом аллуре все произойдет наоборот: скорость лошади сократит время для набора высоты траектории прыжка при подъеме, и передние ноги будут раньше срока увлечены вперед. Такой прыжок будет совершен с использованием инерции в большей степени, чем мускульной силы, вследствие чего образуется настильная траектория прыжка и передние ноги заденут за препятствие или разрушат его.

Поэтому наиболее подходящим нужно считать такой аллюр, который дал бы возможность лошади на прыжке в одинаковой степени использовать и инерцию движения и мускульную силу. Таким аллюром будет галоп со скоростью 2,5—3 мин. 1 км, применяемый спокойно, уверенно, без суеты и горячности. Чем кровней и ниже ростом ло-

шадь, тем аллюр должен быть резвей, но не более 1 км в 2,5 мин. Это в равной мере относится к рекордным прыжкам и в высоту и в ширину.

В заключение необходимо указать на недопустимость исключения из комплекса подготовки полевого тренинга и манежной езды, так как в этом случае подготовка лошади к рекордным прыжкам будет однобокой. Совершенная работа на прыжках предполагает у лошади наличие таких качеств, как спокойствие, уверенность, крепкая нервная система, тонкое чувство управления и т. п., которые без тренинга и манежной езды не могут быть выработаны. Поэтому во время подготовки лошади к рекордным прыжкам эти виды обязательны.

ПОСАДКА НА РЕКОРДНЫХ ПРЫЖКАХ

На рекордных прыжках сохраняется такая же посадка, как и при преодолении обычных препятствий в манеже или в поле. Здесь также остается в силе правило, требующее держать верхнюю часть корпуса всадника наклоненной вперед и тем больше, чем выше и шире препятствие. Остановимся на анализе типических форм неправильной посадки при преодолении рекордных препятствий.

Одним из наиболее распространенных видов неправильного поведения в седле является отставание всадника на прыжке. Этот недостаток, в особенности на рекордном прыжке, обязательно ведет к понижению траектории полета лошади в процессе самого прыжка и задеванию препятствия задними и передними ногами.

Средством против этого недостатка на прыжке может служить уже описанный ранее способ держания рукой за гриву. Напомним суть этого приема: при подъеме лошадь производит сильный толчок; чтобы не отстать от него и сохранить устойчивую посадку, пока еще нет большой практики в преодолении рекордных препятствий, всадник берет рукой за гриву, но не посередине шеи, а впереди холки, значительно сгибая при этом руки в локтевом суставе. Держаться за гриву посередине не рекомендуется, так как всадник при значительном отставании может помещать необходимому взмаху головы лошади в момент подъема и отталкивания. Берясь за гриву, всадник вынужден будет значительно подать вперед верхнюю часть корпуса и приблизиться к шее лошади. Такое положение

сближит центры тяжести лошади и человека, т. е. даст возможность всаднику принять наиболее правильную посадку.

Часто можно наблюдать и такую грубую ошибку: отстав при подъеме и отталкивании, всадник отстает и в момент подвисания; однако в это время он подает корпус вперед, как бы догоняя лошадь. Подача корпуса вперед на этой стадии прыжка не только понижает, но и резко сокращает траекторию, вследствие чего лошадь не переносит задние ноги сверху, бьет ими по препятствию, а при рекордном прыжке в ширину — задние ноги ее попадают в канаву.

ВЫБОР И ПОДГОТОВКА ЛОШАДИ К БАРЬЕРНЫМ СКАЧКАМ И СТИПЛЬ-ЧЕЗУ. ПОСАДКА И УПРАВЛЕНИЕ

ВЫБОР ЛОШАДИ

Два фактора определяют пригодность лошади для подготовки ее к барьерным скачкам и стипль-чезу (скачкам с препятствиями).

Первый фактор — это кровность. Чем выше кровность, тем лучше лошадь. Наилучшей для скаковых соревнований является чистокровная верховая порода и производные от нее (рис. 59). При выборе этой категории лошадей следует всегда учитывать их родословную и при одинаковой породности отдавать предпочтение той, у которой происхождение родителей ценнее по кровности.

Второй фактор — скаковая карьера лошади в прошлом, степень ее предварительной подготовки. Из двух одинаковых по породе и чистокровности лошадей обычно выбирают лучше обученную.

Скачки требуют огромного напряжения сил животного в течение более или менее продолжительного времени. Понятно, что в этом случае первенство остается за той лошастью, которая обладает навыками постепенного расхо-

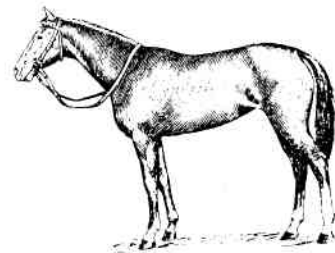


Рис. 59. Лошадь верховой чистокровной породы

дования своих сил и способностью не выдыхаться до окончания скачки.

Эти навыки и способности лошадь должна приобрести в процессе предварительного обучения.

ПОДГОТОВКА ЛОШАДИ

Как и во всякой подготовке, решающая роль в выработке у лошади определенных навыков принадлежит всаднику. От его знаний и умения зависит наиболее полное развитие всех положительных качеств, свойственных чистой кровной лошади от природы. Всадник, которому поручена подготовка лошади к барьерным скачкам, должен в совершенстве знать не только технологию и методику самого процесса подготовки, но и быть тонким знатоком лошади, понимающим ее характер и возможности.

Одной из основных целей подготовки лошади является развитие у нее максимальной резвости и стойкости. На определенной дистанции лошадь должна уметь выжать все свои скоростные возможности и в то же время сохранить темп движения, не сокращая и не увеличивая его в процессе преодоления встречающихся препятствий. В этом движении и действиях всадник, чувствуя лошадь, а также зная ее возможности, регулирует скорость, сохраняя такую, которая не изматывает животное и в то же время ведет его к победе.

Изложить все многообразие применяемых в этом случае всадником приемов очень трудно, так как оно всегда индивидуально и часто определяется целым рядом не поддающихся учету и обобщению обстоятельств: обстановка, рабочее место, характер и особенности лошади и всадника и т. п.

Обычно только практика способна вооружить всадника всеми необходимыми способами, но общий план, содержание и последовательность работы по подготовке лошади могут и должны быть разработаны. Этот план помогает всаднику правильно организовать всю свою работу.

План подготовки лошади к скачкам и стипль-чезу может быть следующим:

1. Продолжительность всей работы лошади должна быть не менее пяти-шести месяцев.
2. Лошадь должна обладать способностью преодолевать препятствия на резвых аллюрах.

3. Вся работа тесно увязывается с особым режимом кормления, ухода, а также скакового тренинга в соответствии с планом, который изложен в главе «Подготовка спортсмена-конника и его лошади к преодолению особо повышенных препятствий».

В течение каждой недели учебная работа планируется так:

- 1-й день — тренинг,
- 2-й день — напрыгивание на корде или в шпрингартене,
- 3-й день — тренинг,
- 4-й день — напрыгивание на корде или в шпрингартене,
- 5-й день — тренинг,
- 6-й день — тренинг, в конце занятий напрыгивание под всадником,
- 7-й день — отдых.

ПОСАДКА НА БАРЬЕРНЫХ СКАЧКАХ И СТИПЛЬ-ЧЕЗЕ

Посадка на барьерных скачках и стипль-чезе подчиняется в основном обычным принципам, т. е. всадник по возможности старается не мешать лошади. Но так как в этом виде конного спорта действует новый фактор — ускоренное движение, то в обычное поведение всадника вносятся некоторые изменения.

Так, например, он значительно больше, чем на полевом галопе, подает свой корпус вперед и переносит центр тяжести на коленные суставы. Делается это для того, чтобы, освободив полностью заднюю часть корпуса лошади, облегчить ей усиленную работу для развития необходимой скорости. Становиться в это время на стремяна не следует.

Для получения наибольшей устойчивости посадки путлища должны быть укорочены на два-три отверстия. Не следует прибегать к скаковой, так называемой американской, посадке, когда вес всадника приподнят над центром тяжести лошади и подан значительно вперед. Такая посадка чрезмерно загрузит переднюю часть лошади, и последняя не ускорит, а, наоборот, сократит движение. Если вспомнить, что на скачках надо еще преодолевать препятствия и, главное, управлять лошадью, то станет понятно, что американская посадка не только не имеет преимуществ перед посадкой на незначительно сокращенных путлищах, но и просто нецелесообразна.

Наиболее правильной на барьерных скачках и стипль-чезе будет такая посадка, которая, не мешая лошади резво двигаться, в то же время остается достаточно устойчивой и гибкой, давая всаднику возможность свободно управлять конем. Посадка как на дистанции, так и на прыжке не должна изменяться, ибо прыжки на резвых аллюрах бывают очень широкие, с пологой траекторией, поэтому они мало ощутимы для всадника.

УСЛОВИЯ И ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ СКАЧКИ

Успеха в барьерной скачке и стипль-чезе можно достигнуть лишь при хорошей подготовке лошади и всадника, который должен не только развить все необходимые качества коня, но и выработать в себе в процессе тренировки и соревнований умение быстро определять и использовать складывающуюся обстановку: промахи и упущения своих соперников, недостатки их лошадей и т. п.

Большое значение имеет и психологический фактор. Участвуя в скачке с препятствиями, всадник должен быть прежде всего уверен, что он сумеет заставить лошадь преодолеть препятствие. Неуверенность всадника может передаться лошади и вызвать у нее, если даже она хорошо прыгает, колебания, а это может привести к несчастным случаям.

Скачка имеет три главных момента: старт, прохождение дистанции и финиш.

С т а р т. Идеальным стартом можно считать такой, при котором всадники одновременно спокойно, ровным ходом начали скачку. Лошадь начнет скакать хорошо только тогда, когда она к этому готова. Следовательно, на старте всадник должен держать ее в состоянии, при котором она в любой момент может начать скачку. Для этого применяют два способа.

Первый, наиболее легкий, состоит в том, что центр тяжести лошади передают на задние ноги. При таком положении в момент старта лошадь как бы выпрямляет напряженные задние ноги и спину, чем бросает свой корпус вперед по направлению скачки.

Этот способ имеет крупные недостатки. Во-первых, перенос центр тяжести лошади на задние ноги, всадник одновременно берет короткий повод и таким образом создает двойную помеху броску вперед: излишне обременяет

задние ноги, являющиеся в данном случае двигательным аппаратом, а поводом не дает лошади воспользоваться первым взмахом головы. Во-вторых, при таком положении всадника в седле лошадь, уравновешенная на задней части корпуса, начнет движение как бы из-под нее.

Для устранения этих недостатков рекомендуется сидеть, крепко сжимая колени до тех пор, пока лошадь не сделает несколько махов галона и корпус всадника не приобретет одинаковую с ней инерцию. После этого он должен плавно подняться с седла и перенести все своего тела вперед.

Второй способ более труден для всадника, но более легок для лошади. Он состоит в том, что лошадь держится в положении движения, к которому готовится, всадник же передает центр тяжести своего корпуса вперед и приподнимает седлаище от седла. Этот способ выгоден тем, что при нем лошадь не идет из-под всадника свободной задней частью корпуса. Она дает последней (вместе с передней частью) толчок и сразу сообщает этим необходимую инерцию, при которой всадник имеет возможность с первого же момента скачки передать центр тяжести своего корпуса вперед и не обременять работы задних ног лошади.

Однако при всех своих достоинствах этот способ имеет один большой недостаток: на старте лошадь нервничает и сдерживать ее всаднику, находящемуся в наклонном вперед положении, неудобно. Поэтому применять второй способ можно только после большой предварительной практики.

Наиболее выгодно подходить к старту как можно резвее и, как говорят, брать старт с хода. Такой способ дает громадное преимущество, так как, пока лошади, начинающие скачки с места, с тихого хода, наберут необходимую скорость, лошадь, взявшая старт с хода, будет намного впереди них.

Всех приемов, применяемых на старте, не перечислить. Здесь можно только рекомендовать не стоять на старте неподвижно, а двигаться хотя бы шагом и, конечно, не опаздывать, а постоянно стремиться быть впереди линии. Медлительность не только не даст преимуществ, но и будет мешать старту.

Однако само по себе правильное положение на старте еще не решает успеха. Чрезвычайно важно привести в соответствующее состояние те органы лошади, которые в время скачки крайне напрягаются и усиленно функцио-

пируют: мускулы, сердце, легкие и главное — центральную нервную систему. Их работа обуславливает усиленное кровообращение, повышенное дыхание, а иногда и чрезмерную потливость животного.

Все перечисленные органы начинают усиленно работать не одновременно, поэтому нет необходимости подготавливать их все сразу. Раньше всего начинают работать мускулы. Поэтому с подготовки их и нужно начинать. Для этого перед стартом практикуют галоп (от 150 до 250 м). Галоп должен быть тем быстрее, чем резвее предполагается начало скачки. Галопировать надо непременно с таким расчетом, чтобы до начала скачки лошадь могла отдышаться.

Как подтверждают данные биохимии, предварительный галоп ставит организм лошади в более выгодные условия, ибо заставляет усиленно работать и сердце, подготавливая таким образом к предстоящей работе кровообращение и весь организм животного.

Предварительный галоп необходим каждой лошади, и лишь особо нервные (фляйеры) не нуждаются в нем, так как нервное возбуждение в достаточной мере подготавливает их организм к скачке. Поэтому такую лошадь нужно постараться успокоить, иначе она сильно ослабеет.

Старт не представляет какой-либо особой трудности. Хорошо взять его может всякий свободно справляющийся с лошадью всадник, имеющий необходимую практику, крепкие нервы и умение соблюдать спокойствие.

П р о х о ж д е н и е д и с т а н ц и и. При прохождении дистанции правила поведения всадника несколько сложнее, чем на старте. Здесь всадник обязан, во-первых, не мешать движениям лошади и вместе с тем облегчать ее работу, а во-вторых, так регулировать скорость, чтобы она оставалась нормальной для лошади и в то же время обеспечивала как прохождение дистанции в наикратчайший срок, так и безупречное выполнение всех условий скачки.

Выполнение первого условия достигается главным образом посадкой и способами управления. Незначительное время, занимаемое самой скачкой, делает возможной самую неудобную и утомительную для всадника посадку, и если она облегчает работу лошади, ее, безусловно, нужно принять. Управление имеет целью регулировать ход лошади по несложному пути скачки так, чтобы не мешать ее движению и быть легким для исполнения. Подробно о практике такого управления будет сказано ниже.

Выполнение второго условия — регулирования хода лошади, так называемое понимание пейса, — особенно трудно на скачках. Тут необходимо чувство езды, почти интуитивное внутреннее ощущение скорости движения, благодаря которому всадник в каждый данный момент знает, нормален ли для этой дистанции ход лошади, насколько она утомлена, сколько в ней еще энергии и на что она еще способна.

Это чувство, как правило, воспитывается соответствующей практикой. У разных всадников оно различно, а в отдельных случаях переходит в способность улавливать самые тонкие, едва заметные изменения в функциях скачущей лошади. Здесь мы сталкиваемся с своеобразной одаренностью ездока.

Во время прохождения дистанции очень важно соблюдать следующие правила: вести лошадь вернее по прямым линиям, а при поворотах — по кривой с возможно меньшим радиусом, всегда ближе к внутренней бровке круга, помня, что прямая есть наикратчайшее расстояние.

Надо тщательно избегать «соседства» лошадей, которые закидываются перед препятствиями, так как они могут увлечь и вашу лошадь.

Не рекомендуется скакать кому-либо в хвост: лошадь при этом плохо видит впереди себя и может не «рассчитать» свои движения перед прыжком в момент неожиданного появления препятствия. Вместе с тем в случае падения впереди идущей лошади ваша лошадь не сможет своевременно обойти ее. Чтобы предупредить почти неизбежное в таких случаях падение, лучше при движении сзади держаться несколько в стороне, давая коню возможность видеть впереди лежащую местность.

Опасно также двигаться на препятствия и в тесно сомкнутой шеренге, ибо при этом лошади мешают друг другу.

Особенно опасно подходить к препятствию вполкорпуса с впереди скачущей лошадью, так как идущие сзади имеют склонность отталкиваться на прыжок одновременно с передней, иначе говоря, они отталкиваются на полкорпуса дальше от препятствия, чем нужно. В результате такого прыжка будет задевание за препятствие и падение. Чтобы предупредить это, нужно, подходя к препятствию, оттянуть лошадь или выслать ее вперед с тем, чтобы выравняться с впереди идущей.

Если перед препятствием у лошади все же появилась склонность замедлить движение или закинуться, то ее нужно предупредить поводом, шенкелями, а при необходимости — послать хлыстом. При попытке к закидыванию иногда бывает достаточно показать хлыст со стороны, которую лошадь хочет закинуться. Все эти действия всадника должны быть тем энергичнее, чем ярче выражены намерения лошади.

Если лошадь натренирована на прыжках и всадник уверен в том, что она выполнит его требования, успех прыжка на скачках обеспечен. Если такой уверенности нет, можно применить следующие меры: идя на препятствие уже за 30—50 м до него принять положение, не мешающее лошади правильно располагать своими движениями. При этом посадка должна быть неподвижной. Всадник — все внимание, он как бы участвует в каждом махе лошади, следя за ее «расчетом». Во время скачки и прыжков внимание его должно быть исключительным, чтобы в случае неудачи или опасности не упустить времени для принятия соответствующих мер.

Опасностями, наиболее вероятными на скачках, являются падения. В этих случаях, видя неизбежность падения, всадник должен упереться руками в холку и, оттолкнувшись, с силой падать в свободную сторону. При падении вместе с лошадью не следует оставаться в седле, а мгновенно, расширив ноги, откатываться от животного, в противном случае оно может придавить.

Сделать все это нетрудно, надо только не теряться и не думать, что все пропало.

Падая, не нужно держаться за лошадь, а также вытягивать вперед руки, так как при этом перелом их неминуем. В этом случае лучше собраться в комок. Кроме того, необходимо напряжение всего организма, иначе можно получить слишком чувствительное сотрясение.

И на старте и на дистанции иногда возникает ряд непредвиденных обстоятельств, которые могут или вызвать потерю драгоценного на скачке времени, или чрезмерно утомить лошадь, сделав ее малоспособной к предстоящему финишированию. Такие обстоятельства должны учитываться на ходу, в процессе их возникновения, и всадник должен принимать все меры, чтобы предупредить их отрицательные последствия.

Так, соревнование следует всегда начинать хорошим стартом, еще до первого препятствия поставить лошадь на нормальный ход и занять в скачке удобное место. Потерянное на старте или на препятствиях время следует наверстать только на гладком месте и в таких промежутках, где можно успеть заблаговременно принять ход, соответствующий предстоящему прыжку. Дистанцию скачки с препятствиями надо проходить обязательно просторным ходом: при таком движении лошадь лучше прыгает и менее утомляется.

Перед прыжком в ширину ход лошади нужно заранее несколько увеличить, а перед высокими и в особенности отвесными препятствиями — несколько уменьшить. Уставшую лошадь гнать на препятствие не следует, ибо это может окончиться падением ее.

Если в конце дистанции предполагается борьба, надо без броска на финише постараться взять последнее препятствие в числе первых или даже возможно дальше впереди наиболее резвых лошадей. Если же лошадь может сделать бросок, нужно позволить ей последние прыжки идти ровным ходом, как бы по ее желанию, и тогда на финише она сохранит энергию и силы.

Ф и н и ш. Финиш — это последний момент соревнования, определяющий исход борьбы. Здесь напряжение сил лошади и ездока достигает наивысшей точки, причем успех зависит главным образом от того, насколько всадник сумеет вызвать соответствующими приемами управления посылку мобилизацию всех сил животного. Так как управлению во время скачки отводится исключительно большое место, считаем необходимым остановиться на этом вопросе подробно.

УПРАВЛЕНИЕ

Управление состоит из разнообразных действий, которые применяются в строго определенных случаях в различные моменты скачки. Так, на старте всадник посредством управления сдерживает рвущуюся вперед лошадь, одновременно готовя ее к началу движения. Здесь главную роль играют мягкие руки и умение сдерживать лошадь. В противном случае при фальстартах она будет выходить все дальше и дальше, пока не пройдет с обессиленным всадником всего пути до выигрышного столба.

Надо помнить, что в этот момент у некоторых лошадей проявляются дурные привычки, на которые нужно немед-

ленно отвечать соответствующими приемами управления. Так, если лошадь, подняв нос на высоту лба, старается упереться в удило, чтобы преждевременно броситься вперед, надо палец на ее шею плечом и, вынеся руки вперед-вниз, действовать под прямым углом на беззубый край дессен. При опускании лошады головы (с той же целью) последнюю нужно поднимать отрывистыми рывками повода соответственно чувствительности ее рта.

Если лошадь становится на задние ноги, прыгает, вырывает повод, надо дать ей возможность упереться в удило, которое она при этом очень охотно возьмет. Если лошади слишком опирается на передние ноги, нужно в этот момент бросить повод, и лошадь, рассчитывающая на упор удила и неожиданно его потерявшая, лишится равновесия и желая идти вперед и таким образом быстро успокоится.

Иногда лошадь упрямится, не подходит к старту и, боязливо останавливаясь, не подается вперед. В этом случае нужно толкать ее с различной силой шенкелями вперед и одновременно поворачивать поводом то направо, то налево или переводить поводьями из стороны в сторону. Эти действия отвлекут внимание животного от предстоящего старта, и оно под действием их тронется вперед. Лошадь, сопротивляющаяся на старте повороту в нужную сторону, следует резко повернуть в противоположную и таким образом обеспечить поворот.

С началом скачки управление должно по возможности не мешать движению лошади. Для этого длина и направление повода должны обеспечивать наиболее выгодное положение головы и шеи животного. Установление длины и направления повода зависит от мастерства всадника и его ощущения движений лошади.

Правильное положение конечных точек повода имеет большое значение в скачке. Если различная длина поводьев и то или другое направление их, зависящие от положения рук всадника и головы лошади, уменьшают или увеличивают ее мах только на 1 мм, то сумма этой разницы на всей дистанции скачки будет настолько заметной, что сможет определить выигрыш или проигрыш. Это одна из причин того, что лошадь в зависимости от посадки или управления под одним всадником идет лучше, чем под другим, хотя прочие условия одинаковы.

Кроме длины и направления повода, надо еще урегулировать ход лошади. В этом случае можно рекомендовать

следующие приемы. Сдерживая сильно рвущуюся вперед лошадь, никогда не следует отваливаться назад, что нарушает правильные принципы движения. Лошадь и всадник будут напрасно утомляться взаимной борьбой и произвольно тратить силы, нужные для прохождения дистанции. Если сдержать лошадь обыкновенными средствами, не нарушая посадки, невозможно, нужно, не прибегая к резкому дерганью поводьями, успокоить животное голосом, лаской или неподвижной посадкой. Когда оно успокоится, следует очень осторожно придержать его, дав ему возможность передохнуть.

На ход лошади могут влиять также и дурные привычки, появляющиеся во время скачки.

Одной из них является стремление лошади валиться на канат. Вред этой привычки в том, что лошадь сокращает ход и не желает обходить впереди идущую лошадь. Если, несмотря на все усилия, обыкновенный способ действия поводьев не повлияет на животное, нужно, резко натянув влево повод так, чтобы шея согнулась, а голова повернулась влево, сразу же с силой наложить повод на шею, передавая левую руку на правую сторону. Одновременно с этим нужно резко перебросить свой корпус на правый бок лошади, почти бросая при этом правый повод. Если этот прием будет исполнен правильно и умело, лошадь быстро отойдет от каната вправо.

Если, наоборот, лошадь все время уходит от каната, то этот же прием применяется в обратном порядке. Закидки на ходу предупреждают главным образом соответствующим уклоном своего корпуса и подниманием хлыста с той стороны, куда уходит лошадь.

На старте при прохождении дистанции средства управления используются в основном как направляющие, сдерживающие или регулирующие и как исключение побуждающие.

Как правило, побуждающие средства применяются в конце дистанции, где происходит борьба соперников, причем сами средства побуждения не всегда бывают одинаковыми. Разные по темпераменту и степени усталости лошади требуют различных средств побуждения. Для одной достаточно применения повода, для другой — шенкелей, для третьей нужно применить шенкель и повод вместе взятые. Все побуждающие средства управления носят названия посылы.

Посыл. Все виды посылы следует строго согласовывать с движениями лошади, в противном случае результаты будут скорее отрицательными, чем положительными. Посылом, как правило, нужно пользоваться на финише, когда лошадь особенно напряжена. Вступая в борьбу, не следует пускать в ход все средства понуждения, лучше начать с легких — голоса и т. д., оставляя сильнейшие — повод, шенкель, шпоры и, в крайнем случае, хлыст — для решающего момента.

Посыл в скачке отличается от посылы или наказания лошади при обыкновенной работе.

Так, посыл поводом является для лошади движением, которое сопровождает на ходу ее голову; поэтому вынос ее поводом на месте она воспринимает как приказание двигаться, набирание же повода, увязанное с движением лошади, помогает сжиманию и разжиманию ее тела. На финише помощь посылом рук выносит голову лошади и облегчает работу некоторых ее мускулов. Голова лошади, принятая всадником, может отдать долю работы другой группе мускулов.

Незнание этих форм посылы или малейшая ошибка в их применении может принести вред. Стоит, например, потянуть повод в то время, когда лошадь, рассчитывающая на упор в повод, требует, чтобы его набрали или ослабили, как мах ее немедленно сократится. То же и с посылом шенкелями. Последний рассчитан на чувствительность, вызываемую действиями шенкелей или шпор. Как на месте, так и на небольших аллюрах применение этого посылы имеет меньшее значение, чем на галопе.

На галопе и особенно на финише момент сжимания и разжимания ногами тела лошади при посыле крайне важен. Галопирующее животное принимает то наиболее вытянутое, то наиболее собранное положение. Очень важно при этом толчок ногами, когда лошадь находится в собранном состоянии. Получив в этот момент от толчка неприятное ощущение или боль, лошадь энергичнее вытянется. Получив же его в растянутом положении, она съезжится и, стало быть, сократит мах. Хлыст употребляется с той же целью, что и шенкель, но, в отличие от последних, как орудие, вызывающее главным образом чувство острой боли. Поэтому применение его требует осмотрительности.

Разнообразные способы посылы применяются порознь, один за другим, или все одновременно. В последнем случае

трудность их применения увеличивается. Здесь следует придерживаться такого правила: когда лошадь сокращена, то руки всадника берут повод на себя, шенкеля и хлыст в это время касаются лошади; в момент вытягивания корпуса животного руки всадника уходят вперед, вынося вперед и голову лошади, ноги его в это время сильно сжаты, хлыст получает размах.

Наиболее целесообразно осуществить все средства посылы очень трудно. Следует помнить, что в скачке лошадь проходит в секунду около 15 м, делая за это время более двух скачков и, следовательно, несколько раз сжимаясь и разжимаясь. Уловить момент сжимания и разжимания животного с тем, чтобы именно в эти доли секунды применить посылающие действия ног, удастся лишь опытному, обладающим большой практикой и ощущением езды всадникам.

Это часто можно видеть на скачках, где к посылу прибегают все всадники, а достигается результатов единицы. В этом смысле скачки имеют большее образовательное значение для всех наездников, ибо они впоследствии приучают себя к более сознательному применению посылы, который они до сих пор часто применяли сплеча.

Ниже приводится примерный план подготовки спортсмена-конника и его лошади к барьерным скачкам и стипль-чезу.

Примерный план подготовки спортсмена-конника и его лошади к барьерным скачкам и стипль-чезу.

1 и 2-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренировки — 1 час 45 мин. (шаг — 35 мин., рысь — 5 мин., шаг — 10 мин., рысь — 5 мин., шаг — 10 мин., галоп — 5 мин., шаг — 35 мин.);

2) в дни напряжения: а) работа на корде — примерно 45 мин. (из них 25 мин. на утреннюю или вечернюю прогулку); количество прыжков — 12, корзина из двух препятствий, заложение каждого до 1 м, высота — 70 см, препятствия отстоят друг от друга на 3 м; для одиночных прыжков — каменная стенка, дощатый забор и засека, все высотой 70 см; б) работа под всадником — 45 мин., количество прыжков — 6, препятствия расставлены по цирку, высота — до 70 см, аллюр — рысь; перед преодолением маневренная езда между препятствиями — 20—25 мин.,

затем, продолжая ее, следует брать одиночные препятствия таким образом, чтобы между прыжками была езда; закончить работу проводкой.

Цель: 1) тренинга — начало выработки ровного аллюра и спокойного дыхания (скорость: рысь — 1-й реприз — 5 мин. 1 км, 2-й — 5,5 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км)

2) напрыгивания — достижение спокойного и уверенного преодоления препятствий, не давая лошади увеличивать аллюр перед прыжком и после него.

3 и 4-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 1 час 50 мин. (шаг — 35 мин., рысь — 8 мин., шаг — 10 мин., рысь — 7 мин., шаг — 10 мин., галоп — 5 мин., шаг — 35 мин.);

2) в дни напрыгивания: а) работа на корде — примерно 45 мин. (из них 25 мин. на утреннюю или вечернюю проводку), количество прыжков — 15; корзинка из трех препятствий, заложение каждого 1,1 м, высота — 80 см, препятствия отстоят друг от друга на 3 м; для одиночных прыжков те же препятствия, что и в 1-й неделе, но высотой 80 см; б) работа под всадником — 45 мин., количество прыжков — 8, препятствия расставлены по паркуру, высота — до 70 см, аллюр — рысь; порядок преодоления тот же, что и в первые недели.

Цель тренинга и напрыгивания — усовершенствование работы предыдущих недель.

5 и 6-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 1 час 52 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., галоп — 7 мин., шаг — 35 мин.);

2) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — примерно 50 мин. (из них 25 мин. на проводку); количество прыжков — 16; корзинка из трех препятствий, заложение каждого до 1,2 м, высота — 90 см, препятствия расположены друг от друга в 3,25 м; для одиночных прыжков те же препятствия, что и во 2-й неделе, но сзади подставляется хердель, общая высота — до 90 см; добавляется канава шириной 2 м, а впереди ее хердель;

б) работа под всадником — 50 мин., количество прыжков — 10, препятствия расставлены по паркуру, высота —

до 60 см, аллюр — галоп; порядок преодоления тот же, что в 1 и 4-й неделях.

Цель: 1) тренинга — дальнейшая отработка ровности движения лошади; особое внимание обращается на ровность движения на галопе (скорость: рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 6 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км, шаг — 9 мин. 1 км);

2) напрыгивания — начало выработки настильного прыжка; обратить внимание на свободу головы и шеи лошади на прыжке.

7 и 8-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. (шаг — 30 мин., рысь — 13 мин., шаг — 10 мин., рысь — 12 мин., шаг — 10 мин., галоп — 10 мин., шаг — 35 мин.);

2) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — примерно 55 мин. (из них — 25 мин. на проводку), количество прыжков — 18; корзинка из трех препятствий, заложение каждого — до 1,35 м, высота — 90 см, препятствия расположены друг от друга в 3,5 м; для одиночных прыжков — каменная стенка, дощатый забор, засека, все высотой до 90 см, к препятствиям сзади подставляются хердели, канава шириной 2,5 м с херделем впереди;

б) работа под всадником — 55 мин., количество прыжков — 10, препятствия расставлены по паркуру таким образом, чтобы расстояние между ними доходило до 100 м, высота — до 90 см, аллюр — галоп; препятствия преодолеваются последовательно одно за другим; во время преодоления езду производить не следует.

Цель: 1) тренинга — усовершенствование ровности аллюра на рыси и особенно на галопе (скорость движения, как на предыдущей неделе);

2) напрыгивания — дальнейшая выработка настильного широкого прыжка; обратить внимание на ровность аллюра как до препятствия, так и после него.

9 и 10-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 05 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 15 мин., шаг — 10 мин., рысь — 15 мин., шаг — 10 мин., галоп — 12 мин., шаг — 33 мин.);

2) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — примерно 1 час (из них на проводку 30 мин.); количество прыжков — 20; корзинка трех препятствий, заложение каждого — до 1,5 м, высота препятствия расположены друг от друга в 3,5 м; для одиночных прыжков препятствия те же, что и в предыдущей неделе, высота — 1 м; сзади подставляются вторые хердели, ширина канавы увеличивается до 3 м, добавляется открытая канава шириной до 1,5 м;

б) работа под всадником — 1 час, количество прыжков — 12; порядок расстановки препятствий и преодоления их тот же, что и в 8-й неделе, но высота 1 м.

Цель: 1) тренинга — усовершенствование ровности аллюров (скорость: рысь — 1-й реприз — 4 мин. 1 км, 2-й — 6,5 мин. 1 км, галоп — 3 мин. 1 км.);

2) напрыгивания — усовершенствование работы предыдущей недели.

11 и 12-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 10 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 18 мин., шаг — 8 мин., рысь — 17 мин., шаг — 7 мин., галоп — 15 мин., шаг — 35 мин.);

2) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — примерно 1 час 05 мин. (из них 25 мин. на проводку), количество прыжков — 20; корзинка из трех препятствий, заложение, высота и расположение препятствий друг от друга те же, что и в 10-й неделе; одиночные препятствия те же, что и в 10-й неделе, высота — до 1 м, заложение — до 2,5 м, открытая канава увеличивается до 2 м;

б) работа под всадником — 1 час, количество прыжков — 14; порядок расстановки препятствий и преодоления их тот же, что и в предыдущей неделе, высота — 1 м.

Цель: 1) тренинга — окончательная отшлифовка ровности движения на всех аллюрах (скорость: рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 5,5 мин. 1 км, галоп — первые 10 мин. — 3 мин. 1 км, остальные 5 мин. — 2,5 мин. 1 км);

2) напрыгивания — достижение спокойного и уверенного прыжка на полевом галопе.

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 15 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 20 мин., шаг — 8 мин., рысь — 20 мин., шаг — 5 мин., галоп — 20 мин., шаг — 35 мин.);

2) В дни напрыгивания:

а) работа на корде — примерно 1 час 10 мин. (из них — 30 мин. на проводку), количество прыжков — 22; корзинка из четырех препятствий заложением 1,75 м, высота первых трех — 90 см, последнего — 1 м, препятствия расположены друг от друга в 3,75 м; для одиночных прыжков — клеменная стенка, дощатый забор, жердевой забор, все высотой до 1,15 м; к препятствиям сзади и спереди подставляются хердели, канава шириной 3 м с херделем впереди, открытая канава — до 2,5 м;

б) работа под всадником — 1 час, количество прыжков — 15, препятствия расставлены по паркуру таким образом, чтобы расстояние между ними доходило до 150 м, высота — 1,1 м, аллюр — галоп со скоростью 2,5—3 мин. 1 км; препятствия преодолеваются последовательно одно за другим; в период преодоления маневрную езду производить не следует.

Цель тренинга и напрыгивания — усовершенствование работы предыдущих недель.

15 и 16-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 25 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 23 мин., шаг — 5 мин., рысь — 22 мин., шаг — 5 мин., галоп — 25 мин., шаг — 35 мин.);

2) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — примерно 1 час 15 мин. (из них 35 мин. на проводку), количество прыжков — 24; препятствия и расстановка их те же, что в 14-й неделе; высота одиночных препятствий увеличивается до 1,25 м;

б) работа под всадником — 1 час, количество прыжков — 16, препятствия, расстановка и преодоление их те же, что и в 14-й неделе, высота препятствий увеличивается до 1,2 м.

Цель: 1) тренинга — отработка спокойного и ровного движения лошади на резвом галопе (скорость: рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 5 мин. 1 км, галоп — переиз

15 мин. — скорость 3 мин. 1 км, следующие 10 мин. — 2,5 мин. 1 км, остальные 5 мин. — 2 мин. 1 км);

2) напрыгивания — дальнейшее усовершенствование спокойного и уверенного настильного прыжка на резвом галопе.

17 и 18-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 35 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 25 мин., шаг — 5 мин., рысь — 25 мин., шаг — 5 мин., галоп — 30 мин., шаг — 35 мин.);

2) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — примерно 1 час 20 мин. (из них 40 мин. на проводку), количество прыжков — 26; препятствия и высота их те же, что и в 16-й неделе, заложение увеличивается до 2 м, препятствия в корзинке расставлены в 4 м друг от друга, открытая канава увеличивается до 3;

б) работа под всадником — 1 час, количество прыжков — 18, препятствия расставлены так же, как и при работе в 16-й неделе, аллюр — галоп со скоростью 2—2,5 мин. 1 км.

Цель: 1) тренинга — окончательная отработка движения на резвом галопе (скорость: рысь — 4,5 мин. 1 км, галоп — первые 10 мин. — 2,5 мин. 1 км, последующие 10 мин. — 2 мин. 1 км, последние 10 мин. — 1 мин. 45 сек. 1 км);

2) напрыгивания — окончательная отработка широкого, настильного, уверенного прыжка на резвом галопе.

19 и 20-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни тренинга — 2 час. 15 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 30 мин., шаг — 5 мин., галоп — 20 мин., шаг — 5 мин., галоп — 15 мин., шаг — 30 мин.);

2) в дни напрыгивания:

а) работа на корде примерно 1 час (из них 40 мин. на проводку), количество прыжков, высота препятствий, ширина заложения и расстановка те же, что и в 18-й неделе;

б) работа под всадником — 1 час, количество прыжков — 20, преодолеваются на кругу те препятствия, которые предполагаются на состязаниях.

Цель: 1) тренинга — усовершенствование работы предыдущей недели (скорость: рысь — 4,5 мин. 1 км, галоп —

1-й репр из — 2 мин. 1 км, 2-й — 10 мин. 1,45 сек. 1 км, последние 5 мин. — 1 мин. 30 сек. 1 км);

2) напрыгивания — репетиция в преодолении тех препятствий, которые предполагаются на состязаниях.

Примечания: 1. Лошадям, подготовленным к барьерным скачкам на 2 и 3 км и стипль-чезу на 3 км, суточную нагрузку как в дни тренинга, так и в дни напрыгивания, начиная с 14-й недели, надо сбавить на 20%.

2. Проводить подготовку по этому плану следует с таким расчетом, чтобы лошади были готовы к началу состязаний.

3. После состязаний лошадям необходимо предоставить недельный отдых, делая ежедневную двухчасовую проводку. В дальнейшем в зависимости от перерыва до следующих состязаний можно повторить занятия 17 и 18-й недель. Если сделать это не позволяет время, можно ограничиться повторением занятий 19 и 20-й недель.

ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА-КОННИКА И ЕГО ЛОШАДИ К ВСЕСОЮЗНЫМ И МЕЖДУНАРОДНЫМ СОСТЯЗАНИЯМ

В предыдущих разделах мы говорили о подготовке спортсмена-конника и его лошади к различным видам конного спорта. Здесь будет изложен материал по тренировке спортсмена и его лошади к всесоюзным и международным состязаниям.

Понятно, что в этих состязаниях, где участникам их предъявляются повышенные требования, могут выступать наиболее тренированные спортсмены и особо выдающиеся по своим данным и подготовке лошади.

Основными видами конного спорта, которые включены в программы всесоюзных и международных состязаний, являются конное многоборье, соревнования по выездке и преодоление препятствий.

Ниже будет рассказано о том, как готовиться к этим видам конного спорта.

ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА-КОННИКА И ЕГО ЛОШАДИ ПО КОННОМУ МНОГОБОРЬЮ

Содержание данного материала рассчитано на лошадь, которая прошла подготовку на первенство молодой лошади, достаточно окрепла физически, имеет соответствующий экстерьер и, наконец, по возрасту может участвовать в состязаниях по конному многоборью (рис. 60).

Вместе с этим учебный материал рассчитан на спортсмена-конника, который мог бы найти в нем указания для самостоятельной подготовки спортивной лошади к конному многоборью.

Основными целями подготовки являются:

а) всестороннее физическое развитие природных качеств лошади, достижение полного взаимодействия ее органов

движения, дыхания, кровообращения и пищеварения и всестороннее укрепление нервной системы;

б) овладение в совершенстве техникой манежной езды;

в) выработка качеств, необходимых лошади для работы в поле: выносливости, смелости, ловкости, спокойствия и уверенности при достаточной резвости, а также умения скоровисто преодолевать на резвых аллюрах препятствия усложненного полевого типа.

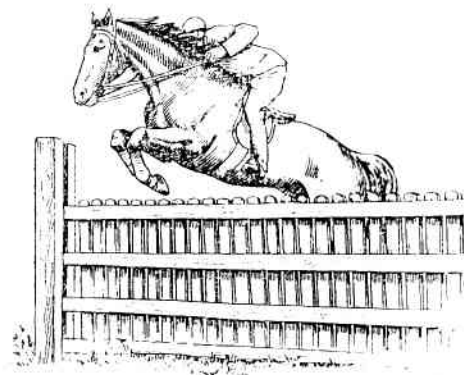


Рис. 60. Спортивная лошадь для многоборья

В программу подготовки входят тренинг в полевых условиях, напрыгивание и манежная езда (отработка условных рефлексов при управлении). Вся работа должна быть связана с кормлением, уходом и ветеринарно-санитарными наблюдениями.

Срок подготовки — шесть месяцев. В каждом месяце — 4 рабочих недели, т. е. всего 24 недели. Рабочая неделя состоит из шести рабочих дней, 7-й день — выходной.

Распределение видов подготовки лошади по дням недели:

Дни недели	Содержание работы	
	утром	вечером
1-й	Тренинг	Проводка
2-й	Напрыгивание на корде	Манежная езда
3-й	Манежная езда	Проводка
4-й	Тренинг	Манежная езда
5-й	Напрыгивание под седлом	Проводка
6-й	Манежная езда	Проводка

Напрыгивание проводится на корде и под всадником направо и налево по вольту. При наличии шпрингартен половину работы по напрыгиванию на корде необходимо перенести туда.

Методические указания по характеристике и значению тренинга и напрыгивания, а также правила по уходу, кормлению и по ветеринарно-санитарному наблюдению, изложены на стр. 83—85 и 127—130, должны быть учтены при подготовке лошадей к конному многоборью.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОГРАММЕ МАНЕЖНОЙ ЕЗДЫ

При прохождении материала по манежной езде ряд упражнений нужно усовершенствовать, а ряд отработать вновь.

Совершенствуются следующие упражнения:

а) работа в руках: прямые и боковые сгибания на месте, на шагу и на рыси; остановки, повороты на перед и на зад в обе стороны; осаживание;

б) работа под всадником: движение собранным, свободным и широким шагом; то же строевой, сокращенной и широкой рысью; сокращенным, свободным и прибавленным (полевым) галопом;

в) перемены направления направо и налево назад, вольты в обе стороны на шагу, рыси и галопе, контргалоп без перемены ноги;

г) боковые сгибания на месте, на шагу, на рыси и на галопе;

д) остановки, осаживание.

Необходимо отработать вновь следующие упражнения:

а) принятие и серпантин на галопе;

б) перемена ног на галопе;

в) подъем в галоп с места и с осаживания;

г) восьмерка на галопе без перемены ноги.

Работа в руках

При совершенствовании работы в руках на месте, на шагу и на рыси усилия спортсмена должны быть направлены на отшлифовку легких, ритмичных и просторных движений лошади. Надо следить, чтобы она начинала и заканчивала их при соответствующем постановлении и правильном

сборе. В процессе движения нельзя давать лошади растягиваться — распускаться. Надо стремиться к тому, чтобы она на боковых движениях захватывала ногами больше пространства, сохраняя при этом легкость движения и правильный сбор.

При поворотах надо добиваться максимального перекрещивания ног; при повороте на перед — задних, а при повороте на зад — передних. Необходимо добиваться, чтобы после каждого перекрещивания один шаг следовал за другим без задержки.

При совершенствовании осаживания надо следить за тем, чтобы лошадь выполняла это упражнение медленно, спокойно и в сборе при максимально возможном захвате пространства диагоналями. Одновременно лошадь должна быть готовой к тому, чтобы немедленно двинуться вперед.

*Работа под всадником

При работе под всадником прежде всего совершенствуют первоначальный сбор на месте, на всех аллюрах и особенно переходя из одного аллюра в другой и при остановках (рис. 61).

Затем продолжают совершенствовать сокращенный шаг и сокращенную рысь, в особенности при перемене направления на вольтах и заездах, добиваясь легкости движения.

При этом особое внимание должно быть обращено на развитие активности задних ног. Для того чтобы лошадь не утомлялась, необходимо часто чередовать сокращенный шаг с обыкновенным и сокращенную рысь со строевой.

Потом следует добиваться выработки широкой и темпистой рыси, направляя все усилия на развитие у лошади редкого такта, при максимально большом захвате пространства.

При принятии на шагу и рыси продолжают совершенствовать боковые сгибания. При этом лошадь должна



Рис. 61. Правильно собранная лошадь под всадником

выполнять боковые сгибания при хорошем сборе и на поводе, который дает ей постановление. Другой повод должен мягко идти по шее. Действие наружного шенкеля должно резко отличаться от действия внутреннего. Надо стремиться к тому, чтобы шенкеля работали с одинаковой силой. В некоторых случаях несколько сильнее будет внутренний шенкель, а наружный должен быть наготове, чтобы, если потребуется, вступить в действие.

Лошадь должна, сохраняя темп, легко двигаться вперед, имея правильное постановление во время всего реприза.

Далее совершенствуются упражнения на галопе и контргалопе, причем, отрабатывая движение галопом при переменных направлениях на вольтах и заездах, надо следить за тем, чтобы задние ноги лошади шли по следу передних, и постепенно сокращать диаметр вольта. При переменных направлениях с переменной ноги надо подходить к стенке манежа облически, с приеманием, так, чтобы передняя нога шла впереди задней. Это способствует легкости в перемене ноги.

При подходе к противоположной стене перебирать повод не следует, так как это может вызвать резкую перемену ноги. При подготовке к перемене направления с переменной ноги надо сокращать два последних темпа галопом, после чего предупредить лошадь, меняя постановление.

В момент перемены ноги надо легким действием противоположного наружного повода поставить лошадь прямо, чтобы она могла двинуться в новом направлении.

Вначале, чтобы сохранить спокойствие животного, надо пройти один-два темпа по прямой, а затем только начать приемание. При этой работе следует добиваться спокойствия лошади. Спортсмен должен пользоваться средствами управления точно, своевременно и без суеты.

Затем приступают к отработке серпантина на галопе, который является прекрасным упражнением для сгибания лошади, так как ей приходится последовательно переходить с галопом на контргалоп и наоборот. Лошадь должна быть хорошо уравновешена и гибка в боках, причем надо добиваться, чтобы она сгибалась на кривой, не меняя постановления.

Приимание на галопе не представляет трудности, так как лошадь при этом двигается скачками по косой линии. Приемание на галопе производится только с внутренней

ноги. Так, например, если галоп с левой ноги, то и приемание производится только левое.

Приимание на галопе, так же как на шаг и рыси, производится с движением вперед. При отработке этого упражнения следует придерживаться такой последовательности: по окончании полувольта нужно потребовать несколько темпов приемания по косой линии. После усвоения этого упражнения приступают к приеманию головой к стене, головой от стены и по диагоналям.

При приемании спортсмен пользуется средствами управления следующим образом: центр тяжести его передается в сторону приемания, при движении с правой ноги — направо и правое постановление, левый шенкель преобладает, действует между третьим и первым темпами галопом.

После действия правой руки в конце третьего темпа, как это делается на сокращенном галопе, правый шенкель поддерживает поступательные движения вперед, действуя в тот момент, когда на земле находится правая задняя нога, т. е. между первым и вторым темпами галопом. Если спортсмен почувствует, что движение замедляется, необходимо обоим шенкелям энергично выслать лошадь.

При отработке поворотов на месте выносятся их в соответствии с указанием работы в руках, добываясь непрерывности движения, гибкости ног при перекрещивании, чтобы после каждого перекрещивания один шаг следовал за другим без задержки.

В дальнейшем совершенствуют прибавленный и сокращенный галоп, добываясь легкости, мягкости, четкости и быстроты переходов как на прибавленном, так и на сокращенном галопе. При этом надо следить, чтобы лошадь двигалась по прямой и не выставляла внутреннее плечо, в особенности на прибавленном галопе.

На сокращенном галопе следует избегать чрезмерного сокращения движения при недостаточно энергичной работе задних ног. Надо помнить, что чем короче аллюр, тем энергичнее и пружинистее должны действовать задние ноги лошади. Поэтому спортсмен должен уметь поддерживать в лошади этот импульс для энергичного движения как бы вверх-вперед.

Сокращенный галоп утомителен для лошади. Поэтому надо чередовать несколько темпов сокращенного галопом с несколькими темпами обыкновенного.

Затем совершенствуют подъем в галоп с рыси, с сокращенного шага и с остановки. Надо добиваться свободного, мягкого и мгновенного подъема при легком действии шенкелей и прямого положения лошади.

Подъем в галоп следует теперь производить обоими шенкелями и легким указанием повода со стороны постановки. Отрабатывать это упражнение начинают с осаживания. При езде налево подъем в галоп требуют в тот момент, когда левое плечо лошади идет назад, т. е. когда левая диагональ готовится встать на землю. В это время правая задняя нога находится в положении, выгодном для начала галопа с левой ноги.

Сокращенный шаг, сокращенная рысь и сокращенный галоп являются разнообразными гимнастическими упражнениями, выполняя которые, лошадь сжимается, приобретает легкость и вырабатывает пружинность и гибкость всех суставов, в особенности суставов задних ног. Поэтому сбор можно назвать установлением в поводу при равномерной загрузке передних и задних ног.

Необходимо, чтобы импульс, создаваемый шенкелями с целью активизации задних ног, воспринимался рукой, обладающей большой чувствительностью. Эта рука должна пропускать или задерживать импульс, от которого зависит устойчивость равновесия лошади.

Сбора можно достигнуть только тогда, когда лошадь абсолютно прямая, не упирается в повод, не бросает его, а ее шея находится на соответствующей высоте.

Началом сбора является последовательная загрузка задних ног лошади. Повседневно добываясь гибкости и подвижности ног животного, можно получить полный сбор. Это еще раз подтверждает важность выполнения поворотов при подвижности задних ног.

Сохранить сбор на протяжении всего реприза очень трудно, это требует от всадника точного взаимодействия рук и шенкелей.

Полный сбор необходим для правильного, эффектного выполнения упражнений высшей школы.

Прежде чем потребовать от лошади частую переменную ноги, надо сначала усовершенствовать обыкновенную. Частую переменную ноги лошадь может выполнить только, если она в достаточной степени уравновешена, обладает легкостью на движениях как до перемены, так и после нее.

Прежде всего нужно добиться, чтобы лошадь уверенно выбрасывала ногу при первом требовании всадника. Для этого она должна быть внимательной и не исполнять перемену ноги, когда это не нужно. Чтобы избежать подобных ошибок, не надо требовать перемены ноги только в одном направлении, а также много раз кряду.

Когда лошадь хорошо выполняет упражнение, ее следует поощрять. Необходимо разнообразить работу, используя для этого серпантин на галопе, который приучает животное двигаться то с внутренней ноги, то контргалопом и подготавливает его к выполнению восьмерки.

Необходимыми условиями хорошего выполнения перемены ноги являются легкость, точность, прямое положение лошади и хороший вынос ноги.

Необходимо добиваться точности выполнения. Для этого надо заранее наметить определенные точки, в которых производить перемену ноги. Выполняя упражнение на галопе, надо также наметить среднюю и боковые линии и определить, сколько темпов следует двигаться в ту или другую сторону. Точно требовать перемену ноги в заранее намеренных точках можно только, если лошадь подготовлена к этому.

Перемену ноги нельзя требовать от лошади на любом темпе галопа. Наиболее благоприятным для этого является третий темп, когда на земле стоит только одна передняя нога, а три других находятся в воздухе. Последующим темпом будет подвешивание, которое даст лошади возможность подготовиться к новому скачку.

Так как для передачи лошади указаний всадника требуется всего лишь доля секунды, то нужно давать их до начала третьего темпа. Чтобы уметь делать это, всадник должен развивать в себе инстинктивное чувство легко различать, находясь в седле, на какие ноги в тот или другой момент опирается лошадь, и действовать точно, в определенные короткие промежутки времени, наиболее благоприятные для перемены ноги.

Когда обыкновенная переменная ноги отработана в совершенстве, приступают к частой перемене. Для этого необходимо установить заранее число темпов между двумя последовательными переменными ноги.

Вначале переменную ноги надо делать через двенадцать, девять, шесть и четыре темпа, а потом постепенно и через два темпа. При исполнении этих упражнений нужны

такая же легкость, точность и уравновешенность лошади, как и при обыкновенной перемене.

Если лошадь передаст тяжесть на плечи, она сильно упрется в повод. В таких случаях ее нужно уравновесить полуодержками, так как потеря легкости является результатом изменения равновесия при перемене позы.

Спокойствие лошади при отработке приемов перемены позы — залог успеха. Надо избегать всего, что приводит животное в нервное состояние. Спортсмен сможет это сделать только тогда, когда будет точно и правильно пользоваться средствами управления и во время поощрять лошадь, давая ей после правильного исполнения части передышки. Нужно всегда помнить, что чем трудней работой больше внимания надо уделять спокойствию лошади.

Последовательность отработки упражнений перемены позы на галопе такая: перемена позы по прямой линии, в кругу, на восьмерке. Лошадям с вялыми задними ногами исполнение этих упражнений можно значительно облегчить перемещением центра тяжести всадника в момент перемены. Тяжесть корпуса всадника должна передаваться на одну из седельных костей: на правую сторону седельника — в момент перемены позы справа налево и на левую — в момент перемены слева направо.

При осаживании необходимо изменять число шагов и балансировать лошадь, делая один шаг назад и один шаг вперед.

Чтобы упражнение выполнялось хорошо, когда оно следует после движения вперед (шаг, рысь, галоп), необходимо следить, чтобы остановка была мягкой, точной, а лошадь сохраняла легкость.

Как уже говорилось выше, осаживание должно следовать за остановкой без всякого промедления. Однако при этом нужно избегать рывков; незначительное промедление лучше рывка при осаживании.

Затем необходимо совершенствовать остановки. Если до сих пор от лошади требовали лишь постепенную остановку, допуская один или несколько шагов промежуточного аллюра, то теперь, когда она дает первоначальный сбор, остановка должна быть без промежуточного аллюра. Остановки должны исполняться мгновенно и в то же время плавно, без толчков и рывков.

Совершенствовать приемы остановки следует в такой последовательности.

За несколько темпов до остановки нужно потребовать незначительное сокращение движения при правильном сборе. Необходимо сохранять активность задних ног, для чего надо усилить действия шенкелей. Сокращение движения перед остановкой производится независимо от аллюра.

При первоначальном сборе следует потребовать остановки действием обеих рук.

Когда лошадь остановится, надо прекратить действие рук и шенкелей. Поступая таким образом, можно выработать у животного навык мгновенно переходить из положения движения вперед к неподвижности.

Чтобы добиться хорошей остановки, в особенности на галопе, следует два-три последних темпа пройти максимально сокращенным галопом. Тогда остановка не будет резкой и лошадь будет стоять совершенно неподвижно.

Необходимо добиваться мягких остановок при сборе, избегая всякой резкости. Надо, чтобы лошадь устойчиво стояла на всех четырех ногах, оставаясь легкой и успокоенной.

Особенно нужно следить, чтобы задние ноги находились на одной линии. Если одна из них отставлена, надо поставить ее на место нажатием шенкеля с той же стороны.

После остановки и прекращения действия рук лошадь должна попрежнему высоко держать шею. Прекращение действия рук, первоначально резко ощутительное для животного, должно постепенно становиться все менее заметным.

Полуодержка служит средством устранения сопротивления лошади, происходящего из-за плохого равновесия, и ставит целью перенести ее центр тяжести на задние ноги, не заваливая при этом животного. Полуодержка не дает последнему возможность слишком сильно загружать передние ноги и висеть на поводу. Она также способствует постепенному поднятию шеи лошади.

Выражение «полуодержка» не точно, так как, говоря о замедлении, оно, по существу, характеризует лишь момент, когда центр тяжести лошади передвигается спереди назад без остановки и замедления аллюра.

Полуодержку не надо понимать как дерганье поводом, что часто можно наблюдать. Не следует также смешивать полуодержку в выездке с полуодержкой на прыжках, так как последняя производится быстро и всегда с применением

силы, чтобы добиться определенного результата в нужный момент, воздействуя этим на массу лошади и на ее рость.

Полуодержка в выезде производится следующим образом.

Всадник медленно поднимает руки по вертикали пальцами вверх, сжимая поводья пальцами. Это движение производит впечатление поднятия тяжести. Как только лошадь сдаст в челюсти, действие рук необходимо сейчас же прекратить. Полуодержка может также производиться одним поводом.

Полуодержка не должна изменять скорость аллюра. Если она делается на месте, то не должна вызывать осаживание.

Когда лошадь будет легко двигаться по стенкам манежа на контргалопе, следует перейти к отработке восьмерки на галопе без перемены ноги. Упражнение это нетрудно, если животное подготовлено к нему. Для отработки упражнения можно применить следующие способы.

Первый способ. Двигаясь по длинной стенке манежа на контргалопе, при выходе на короткую стенку сделать полувольт (налево или направо-назад), у длинной стенки сделать вольт с внутренней ноги. Повторить это упражнение в обе стороны несколько раз. Когда лошадь будет легко выполнять его, надо перейти к отработке восьмерки на середине манежа, причем стремиться к тому, чтобы диаметры вольты были одинаковы.

Второй способ заключается в том, что восьмерку начинают отбатывать, используя перемену направления через манеж по диагоналям во всю длину его, когда лошадь два угла и короткую стенку проходит контргалопом, а противоположную — с правильной ноги. По мере успеха диаметр вольты нужно сокращать с тем, чтобы подготовить животное к выполнению восьмерки на середине манежа.

Проследим за действием средств управления при движении галопом на восьмерке без перемены ноги направо.

Верхняя часть корпуса всадника несколько передана на правое седлаище (центр тяжести перемещен вправо), внутренний, в данном случае правый, шенкель несколько больше оттянут в каблук и лежит плотно у бока лошади, позади задней подпруги. Назначение его — удерживать лошадь от вваливания в середину вольты. Если нужно, он поддерживает и ее движение вперед. Он является как бы осью,

вокруг которой правый повод и наружный, левый, шенкель сгибают лошадь в правом боку.

Наружный, левый, шенкель немного подан назад и давит несколько сзади, чем внутренний *. Он действует на задние ноги лошади, заставляя их идти по следу передних. Внутренний, правый, повод несколько набран на себя, поддерживает постановление и направляет лошадь для движения по кривой. Наружный, левый, повод мягко идет по шее лошади и удерживает ее от вваливания внутрь вольты, т. е. ограничивает радиус поворота.

Такое взаимодействие средств управления является раздражителем, на который лошадь уже привыкла отвечать движением с правой ноги галопом.

Это привычное положение как для всадника, так и для лошади сохраняется до выхода последней на середину манежа, т. е. после совершения первой половины вольты с правой ноги (до сих пор внутренняя правая передняя нога все время шла впереди).

Затем вольт должен совершаться налево на контргалопе, но к этому ни всадник, ни лошадь, еще не подготовлены. У них появляется побуждение — рефлекторно перестроиться на привычный лад, т. е. совершить вольт налево с левой ноги, при котором движение происходит на левый согнутый бок, с постановлением налево, левая передняя нога движется впереди, а верхняя часть корпуса, шенкели и руки всадника занимают положение, соответствующее вольту налево.

Если всадник не имеет достаточного опыта и не уверен, что лошадь правильно пойдет, лошадь обязательно сменит погу.

Однако в рассматриваемом примере движение должно проходить с правой ноги, поэтому верхняя часть корпуса всадника, действие шенкелей и правого повода остаются без изменения, как при вольте направо. Активизируется только левый повод, который теперь выполняет ту же роль, которую выполнял правый повод при движении галопом направо. Левый повод указывает радиус вольты, отзывая в темп лошадь на вольт влево.

При этих условиях лошадь, сохраняя постановление направо и двигаясь с правой ноги, будет описывать круг на

* Такое положение способствует удержанию лошади в несколько согнутом положении в правом боку.

контргалопе. Первоначально диаметр вольта должен быть значительно большим. И только когда лошадь будет его выполнять легко и правильно, надо постепенно его уменьшать.

Как правило, лошадь должна одинаково делать восьмерку как ездой направо, так и ездой налево.

Примерные упражнения по манежной езде

Ниже приводятся упражнения по манежной езде. Упражнения образуют несколько групп (уроков) и строятся в порядке возрастающей трудности. Переходить к следующей группе упражнений следует тогда, когда усвоены предыдущие. Время, необходимое для отработки каждой группы упражнений, может длиться несколько дней или недель, в зависимости от способностей и предварительной подготовки лошади, а также от степени подготовленности всадника.

Если лошадь не выполняет правильно какого-либо упражнения в одной группе, в то время как все другие хорошо отработаны, надо перенести его в следующую, чтобы уделить ему больше внимания, пока лошадь не будет хорошо выполнять его. В этом случае в следующей группе упражнений будет больше, чем указано.

Первая группа упражнений

1. Проминка на шаг, рыси и галопе.
2. Прямые сгибания на месте, на шаг и на рыси.
3. Боковые сгибания на месте, на шаг и на рыси.
4. Повороты на передних и задних ногах в обе стороны.
5. Полувольты на шаг и рыси с принятием при подходе к стенке манежа.
6. Отработка внутреннего повода на шаг и рыси, вольты направо, налево-назад.
7. Свободный галоп в обе стороны.

Вторая группа упражнений

1. Проминка на шаг, рыси и галопе.
2. Прямые и боковые сгибания на месте, на шаг и на рыси, требуя от лошади сдачи в затылке.
3. Отработка внутреннего повода на вольтах и ломаных линиях, обратного, наружного повода на полувольтах, вольтах и ломаных линиях при подходе к стенке манежа.

4. Принятие на шаг и рыси на полувольтах и вольтах головой внутрь круга.

5. Принятие на шаг на полувольтах и вольтах головой наружу.

6. Изменение аллюров — переход с учебной рыси в строевую, прибавленную, широкую и наоборот.

7. Свободный галоп в обе стороны.

Третья группа упражнений

1. Проминка на шаг, рыси и галопе.

2. Прямые и боковые сгибания на месте, на шаг и на рыси.

3. Отработка внутреннего и наружного повода на вольтах и ломаных линиях.

4. Принятие на шаг и рыси на вольтах головой наружу.

5. Принятие на шаг и рыси головой к стенке, головой от стенки и по диагоналям.

6. Галоп по кругу, увеличивая и уменьшая диаметр его.

Четвертая группа упражнений

1. Проминка на шаг, рыси и галопе. Галоп по кругу, изменяя его диаметр, но сохраняя темп и скорость.

2. Отработка внутреннего и наружного повода. Движение на вольтах и по ломаной линии на внутреннем поводе при удалении от стенки манежа и действие противоположного, наружного, повода при подходе к стенке. Один из поводьев остается совершенно пассивным.

3. Прямые сгибания на месте, на шаг и на рыси.

4. Боковые сгибания на шаг и рыси на вольтах головой наружу — по стенке манежа головой к стенке, головой от стенки и по диагонали.

5. Изменение аллюров — сокращенный шаг, сокращенная рысь и прибавленный шаг.

6. Галоп, полувольты — контргалоп.

7. Остановка и осаживание.

Пятая группа упражнений

1. Проминка на шаг, рыси и галопе.

2. Отработка внутреннего и наружного повода (без изменений) на ломаных линиях и на вольту на сокращенном шагу и сокращенной рыси.

3. Прямые и боковые сгибания на месте, на шагу и на рыси.

4. Изменение аллюров — приступить к вольтам на галопе. Сокращать галоп в зависимости от степени выскочки лошади (диаметр вольта — 6—8 м).

5. Принимание на шагу и рыси на вольтах головой внутрь круга.

6. Контргалоп.

7. Остановки и осаживания.

Шестая группа упражнений

1. Проминка на шагу, рыси и галопе.

2. Первоначальный сбор на месте и на сокращенном шагу. Изменение аллюров — сокращенный шаг и сокращенная рысь.

3. Принимание на шагу и рыси. Контрперемена направления от начала длинной стенки манежа к центру его, а затем обратно к стенке.

4. Принимание на рыси на вольту головой внутрь круга и наружу.

5. Повороты на передних и задних ногах в обе стороны.

6. Сокращенный галоп по прямому направлению на вольтах, диаметр которых уменьшается от степени подготовленности лошади.

7. Контргалоп на кругу, диаметр которого уменьшается по мере успехов лошади.

8. Остановка и осаживание.

Седьмая группа упражнений

1. Проминка на шагу, рыси и галопе.

2. Первоначальный сбор на месте, на шагу и на рыси.

3. Прямые и боковые сгибания на месте, на шагу и на рыси.

4. Принимание — контрперемены направления на шагу и рыси. Пересечь манеж по диагонали с приемом в обе стороны головой от стенки и продолжать движение головой к стенке.

5. Повороты — балансировать лошадь, делая полуповороты на передних ногах направо и полуповороты на передних ногах налево; то же на задних ногах, увеличивая круг, описываемый ими.

6. Галоп — сбиваться все более сокращенного галопы. Совершенствовать контргалоп, подъем в галоп на пры-

мой из сокращенной рыси, подъем в галоп на кругу с шага.

7. Изменение аллюров — сокращенный шаг, рысь и галоп.

8. Осаживание — осадить на четыре-пять шагов, затем выслать лошадь на четыре-пять шагов вперед.

Восьмая группа упражнений

1. Проминка и первоначальный сбор (без изменений).

2. Принимания (без изменений). Перемена направлений через середину манежа с приемом направо и налево головой по средней линии и головой к стенкам манежа.

3. Повороты (без изменений) — вращаться, почти не двигаясь с места.

4. Галоп — сокращенный галоп и серпантин на галопе без перемены ноги. Подъем с галопы на прямой линии с внутренней и наружной ноги (ограничиться несколькими правильными подъемами в галоп). Контргалоп на восьмерке без перемены ноги — прибавленный галоп.

5. Изменение аллюров — сокращенный шаг, рысь и галоп.

6. Осаживание (без изменений).

Девятая группа упражнений

1. Первоначальный сбор на месте, на шагу и на рыси.

2. Прямые и боковые сгибания на месте, на шагу и на рыси — работа внутреннего и наружного поводков.

3. Принимания на вольтах, переменах направления на рыси и галопе и по стенке манежа, серпантин.

4. Повороты (без изменений).

5. Галоп — сокращенный галоп, перемена ноги через 12—9 темпов. Контргалоп — восьмерка без перемены ноги, прибавленный галоп.

6. Изменение аллюров и осаживание (без изменений).

Десятая группа упражнений

1. Проминка и первоначальный сбор (без изменений).

2. Принимания на шагу и рыси. Контрперемена направления в последовательности (восемь темпов в каждом направлении на галопе, на перемене направления по диагонали и по середине манежа).

3. Повороты — полный поворот на передних и задних ногах.

4. Галоп — серпантин без перемены ноги, восьмерки на галопе. Перемена ноги по прямой 6—4—2 темпа в обе стороны, прибавленный галоп.

5. Изменение аллюров — сокращенный шаг, рысь и галоп.

6. Осаживание — балансировать лошадь, делая два-три шага осаживания и два-три шага вперед.

Примерный урок по манежной езде

Проминка на шаг, рыси и галопе — 6 мин.

Отдых — шаг с длинным поводом — 2 мин.

Прямые и боковые движения на месте, на шаг и на рыси (работа в руках) — 4 мин.

На шаг и на рыси — вольты, полувольты, ломаные линии при действии внутреннего и наружного поводов — 4 мин.

Отдых — шаг с длинным поводом — 2 мин.

Первоначальный сбор на месте — 1 мин.

Принимание на шаг и на рыси (то же, что и на шаг).

Вольт направо и налево головой наружу, несколько темпов по стенке манежа головой к стенке и от стенки в обе стороны. Принимание по диагонали в каждую сторону — 7 мин.

Отдых — 2 мин.

Галоп в обе стороны, подъем в галоп по кругу — прибавленный галоп на длинных стенках манежа и сокращенный — на коротких. Вольты в обе стороны — 4 мин.

Отдых — шаг с длинным поводом — 1 мин.

Принимание по стенке манежа в обе стороны — 3 мин.

Отдых — 1 мин.

Изменение аллюров — из шага перейти в учебную рысь и наоборот, из учебной рыси перейти в остановку и наоборот, прибавленная рысь на длинных стенках и сокращенная на коротких — 4 мин.

Отдых — шаг с длинным поводом — 2 мин.

Контргалоп в обе стороны — 6 мин.

Одна-две контрперемены направления в каждую сторону. Перемена направления по диагонали, делая один-два круга по манежу на контргалопе или контргалоп по кругу.

Спокойное возвращение на шаг с длинным поводом — 4 мин.

Этот урок продолжительностью 1 час можно разделить на два, продолжительностью примерно 35 мин. каждый.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОГРАММЕ ПОЛЕВОЙ ЕЗДЫ

Требования, предъявляемые полевой ездой к всаднику

Полевая езда — это езда по дорогам и без дорог по самой разнообразной местности, изобилующей естественными препятствиями, езда в любое время года и суток, при любой погоде.

Особенности полевой езды вытекают из требований современных конноспортивных состязаний.

Полевая езда — это основной раздел подготовки спортсмена-конника и его лошади. Она требует от всадника не только умения правильно сидеть в седле и умело применять средства управления, но и, когда это нужно, помогать движению коня, облегчая этим его работу.

Спортсмен должен быть смелым, решительным, находчивым и обладать спокойствием в работе. Он должен уметь самостоятельно совершать длительные переходы при различных полевых состязаниях, спокойно и уверенно преодолевать встречающиеся на пути препятствия, а также правильно составить расчет и в срок окончить переход, сберегая и разумно расходуя силы коня, сохраняя при этом ровность аллюров и их правильное чередование. Для этого спортсмен должен обладать необходимыми знаниями о влиянии движения на организм лошади, чтобы всегда знать, что можно и чего нельзя требовать от лошади.

Все это не может быть первоначально отработано в манеже, а достигается продолжительной и систематической практикой в полевых условиях при соблюдении строгой последовательности в обучении.

Полевые качества спортивной лошади

Выше уже сообщалось, что спортивная полевая лошадь должна быть сильной, выносливой, неприхотливой, смелой и ловкой, полностью подчиняться воле всадника, иметь просторные и ровные аллюры, сноровисто двигаться по нересеченной местности, охотно и уверенно преодолевать встречающиеся на пути естественные препятствия. Тогда речь шла о молодой лошади. Поскольку сейчас мы говорим о спортивной, остановимся на разборе этих качеств подробнее.

Понятия «сила» и «выносливость» часто отождествляют, однако на самом деле они совершенно различны. Сила, или резвость, лошади измеряется наибольшим количеством работы, которую она может выполнить в единицу времени, например пройти 1—3 км карьером с наибольшей скоростью.

Животное, которое наиболее резво пройдет это расстояние, и проявит наибольшую силу.

Выносливость лошади измеряется временем, в течение которого она может непрерывно производить какое-либо определенное количество работы, например пройти 100 км со скоростью 15—20 км в 1 час.

Наибольшее проявление силы лошади потребуется при преодолении всевозможных препятствий на резвом галопе, а наибольшая выносливость — при форсированных маршах и дальних пробегах.

Сила лошади зависит исключительно от ее кровности, т. е. степени совершенства строения ее организма, а также от состояния здоровья и правильного питания. Иными словами, сила лошади зависит от природных свойств ее организма. Что же касается выносливости, то наибольшее развитие этого качества достигается при помощи различных упражнений, которые укрепляют нервную систему животного, развивают возможно большую емкость его легких, упругость мускулов и удаляют из его организма лишний жир.

Отсюда ясно, что выносливость лошади есть результат известной искусственной обработки ее природных свойств, т. е. силы; следовательно, сильная и вполне здоровая лошадь может достигнуть высшей степени выносливости.

Наибольшее проявление силы и выносливости лошади возможно только при условии полного физического развития ее организма, которое наступает не ранее пятилетнего возраста.

Выносливость лошади, вполне подготовленной для усиленной работы, в каждом отдельном случае будет различной. Она зависит от скорости движения, веса песомого груза и способа езды: чем скорость движения и вес груза меньше, а езда спокойнее и правильнее, тем выносливость больше и наоборот.

Крайний предел выносливости лошади наступает тогда, когда она совершенно израсходует запас силы мускулов или до последней степени утомит легкие.

Наибольшая равномерность расхода силы мускулов и легких лошади достигается на рыси, так как только при продолжительном движении рысью момент крайнего утомления мускулов и легких наступает почти одновременно. При следовании шагом приращение количества работы и вызываемое им утомление мускулов возрастает значительно в большей степени, чем утомление легких. При движении галопом легкие утомляются значительно раньше, чем мускулы.

Из изложенного видно, что для полного использования силы и выносливости лошади движение должно производиться переменными аллюрами. Сочетание аллюров достигается соответствующей подготовкой, которой у спортивной лошади одновременно вырабатываются легкость, ровность, спокойствие при движении, сила и выносливость.

Неприхотливость лошади — это степень ее способности противостоять влиянию различных трудностей и лишений, вытекающих из самого существа спортивной обстановки.

Смелой лошадию считается такая, у которой соответствующим воспитанием и подготовкой заторможен безусловный рефлекс боязни и страха и выработан устойчивый условный рефлекс бесстрашия, дающий животному возможность смело, уверенно и ровно двигаться резвыми аллюрами по сильнопересеченной местности (лес, кочки, пашня, снег, лед), смело преодолевать искусственные и естественные препятствия (канавы, ручьи, рвы, спуски, подъемы), а также смело двигаться между машинами и огнями. Лошадь, не обладающая смелостью, не сможет эффективно двигаться в сложной полевой обстановке.

Под ловкостью лошади понимается ее способность и умение легко, без затраты лишних усилий двигаться и преодолевать встречающиеся на пути препятствия.

Спортивная лошадь должна смело, легко и на всех аллюрах подчиняться указаниям всадника, давая последнему возможность управлять одной рукой, должна быть внимательной к действиям его корпуса, шенкелей и повода. Отвечая на посыл, она должна спокойно и плавно подаваться вперед, на одержку также плавно сокращать свой темп (скорость движения) и, если нужно, останавливаться, не ложась на повод и не отделяясь от него. При поворотах лошадь должна легко поворачиваться в указанную всадником сторону, оставаясь в полном послушании.

Доказательством, что лошадь имеет мягкий повод, служит то, что она как бы сама несет его, не требуя большего упора, чем дает всадник, держась при этом в требуемом равновесии и темпе, на всех аллюрах и при брошенном поводе. Правильное восприятие лошадей шенкелей значительно важнее «взятия повода», потому что повод всегда должен действовать в полном взаимодействии с шенкелями и, как правило, после них. Лошадь при движении как по пересеченной местности, так и на прыжках должна сохранять полное доверие к всаднику.

Спортивная лошадь должна обладать гибкостью, поворотливостью, иметь хорошо развитые, просторные естественные аллюры при легком упоре в повод. Движение лошади должно происходить с приподнятым крестцом, свободной поясницей при полной свободе головы и шеи. Такое положение обеспечивает лошади ровность аллюров и легкость движения.

Спортивная лошадь должна иметь широкий, просторный шаг, при этом почти без упора в повод, помогая легким плавным покачиваниям головы и шеи движению вперед. Скорость шага должна быть не менее 7 км в час. Она должна идти спокойной, уверенной рысью среднего размера — 14—16 км в час, на легком упоре в повод, с приподнятой из холки, но свободной шеей, дающей нужное для данного движения равновесие, не стесняющее свободу движений. Галоп ее должен быть широким, настильным и просторным, всегда шире рыси, при естественно вытянутой шее и голове, со свободными задними ногами, легко толкающими корпус лошади вперед.

При мягком упоре в повод и при чутком реагировании на указания корпуса, шенкеля и повода лошадь готова собраться, как пружина, к прыжку, к повороту и к стремительному броску вперед, т. е. она хорошо уравновешена в соответствии со сложением и рефлекторно распоряжается своим центром тяжести. Только при этом она будет иметь развитые, просторные естественные аллюры.

Особенности полевой езды

Особенности полевой езды вытекают из той разницы, которая существует между ездой в манеже и по пересеченной местности в полевых условиях. Чтобы уяснить себе эту разницу, необходимо остановиться на равновесии лошади.

При работе в манеже некоторым поднятием головы и шеи, сдачей в затылке и подведением задних ног достигается так называемое «искусственное» равновесие лошади — сбор. В условиях манежа, когда мы развиваем у лошади всесторонние движения, добываясь при этом свободного и широкого подъема ног, сбор важен и полезен, так как благодаря ему достигается гибкость и пружинность всего тела лошади, развитие и укрепление мускулов, а также гибкость и эластичность всех суставов. На пересеченной местности лошадь должна быть готовой к преодолению или обходу препятствий, которые будут встречаться на пути. Поэтому равновесие ее при езде в поле должно быть иным, чем в манеже, т. е. наиболее удобным для движения по пересеченной местности и преодоления неожиданно встречающихся препятствий.

Езда в поле по пересеченной местности потребует прежде всего полной свободы головы и шеи лошади, так как это помогает ей во всех ее движениях. Свободная голова и шея лошади дадут ей возможность принять наиболее удобное положение для преодоления препятствий и неровностей грунта, т. е. сокращать или удлинять свой шаг, а также восстанавливать утраченное равновесие в случаях спотыкания и неудачных прыжков. При естественном равновесии, необходимым для работы в поле, голова и шея лошади вытянуты вперед, что позволяет ей хорошо видеть впереди себя, по сторонам и под ногами.

Из изложенного ясно, какое значение имеет естественное равновесие лошади, поэтому здесь посадка и способ управления должны преследовать другую цель, чем в манеже: не стеснять движения головы, шеи и поясницы лошади. Особенность такого равновесия вытекает из положения центра тяжести лошади и размещения давления силы тяжести ее тела на конечности. Это размещение будет зависеть от особенностей сложения каждой лошади.

Помещаясь на спине лошади, всадник независимо от вида посадки оказывает влияние на положение центра тяжести и размещение давления не только веса тела животного, но и своего веса. Поэтому, если всадник хочет использовать всю природную свободу аллюров лошади и излишне тратить ее сил, он должен иметь такую посадку, при которой центры тяжести его и лошади были бы в одной вертикальной плоскости.

Для того чтобы сохранить это совмещение центров тяжести двух тел при движении по пересеченной местности на всех аллюрах, нужно постоянное взаимное согласование их, что достигается гибкостью и эластичностью посадки (рис. 62) и мягкостью управления при соблюдении полной свободы головы, шеи и поясницы лошади.

В силу указанных выше причин в управлении лошадию в поле отсутствует требование манежного искусственного сбора, и этим главным образом оно отличается от управления в манеже.

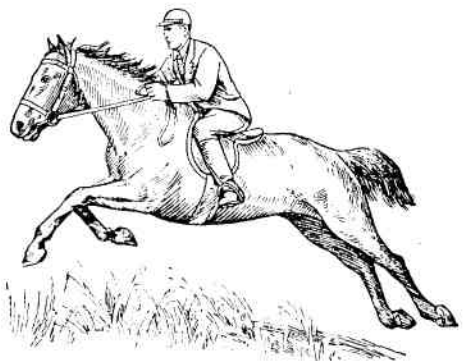


Рис. 62. Правильная посадка спортсмена при полевой езде

Сбором лошади в условиях полевой езды является способность ее в процессе движения самостоятельно сократиться, напряжиться, подобраться. Этот сбор зависит от рельефа местности, по которому происходит движение, и аллюра, т. е. он всегда различен. Переход лошади самостоятельно в более или менее собранное положение в зависимости от той или иной работы, выполняемой ею, и будет естественным сбором. Этот сбор не будет обременять и растривать свободу ее природных, естественных аллюров и препятствовать ей.

Характер действия шенкелей в полевых условиях также имеет свои особенности. При манежной езде шенкеля постоянно поддерживают лошадь в искусственном равновесии, и чем больше требуется воздействие повода и подведение задних ног, тем больше давление шенкелей. При полевой езде шенкеля продолжают действовать для посылы вперед,

но они скорее «сторожат», готовые при всякой задержке лошади выслать ее вперед.

Действие повода в условиях полевой работы исключает требование сдачи в затылке и сводится лишь к регулированию и направлению движения животного.

Взаимодействие верхней части корпуса всадника, шенкелей и повода будет заключаться в установлении постоянного контакта, т. е. легкой связи руки всадника путем соприкосновения тремзеля через повод со ртом лошади.

Для этого ездок подачей верхней части своего корпуса и нажимом шенкелей высылает лошадь вперед. Рука его через повод мягко принимает это движение, устанавливая легкий упор со ртом животного. При этом не следует натягивать поводья больше, чем нужно для правильного контакта.

Таким образом, всадник действием повода в условиях полевой езды в противоположность манежной не возвращает обратное движение коня, не поднимает его передних ног и не подводит задних, а, наоборот, установив связь со ртом животного, стремится не стеснять движение его шеи и головы и все время чутко следит за ним, непрерывно поддерживая взятое натяжение повода.

При этих условиях совершенно уничтожаются болевые ощущения в пояснице и в полости рта лошади, голова и шея ее свободны. Верхняя часть корпуса всадника приобретает нужную гибкость, а руки — мягкость и чувствительность. Такое положение дает ездoku возможность тонко улавливать все перемены в равновесии лошади и сопровождать их гибкими движениями верхней части своего корпуса. Лошадь вследствие чувствительности рта легко и чутко воспринимает волю наездника и охотно подчиняется ему. В результате между ними создается взаимное доверие, что в свою очередь придает животному хладнокровие, необходимую уверенность, свободу и полную гармоничность движений.

Все это вместе взятое вырабатывает у лошади ловкость и споровистость, умение легко и уверенно преодолевать встречающиеся по пути препятствия, самой находить выход из трудных положений при движении по сильнопересеченной местности, свободно перемещать свой центр тяжести и, если нужно, сгибаясь, сокращать или удлинять мах.

При движении в поле на подготовленной лошади всадник должен лишь направлять, поддерживать соответствующую

щие аллюры, предоставлять ей свободу самой разбираться на местности и не мешать ее движению (рис. 63 и 64). Если лошадь ждет от всадника подсказки, то она для работы в поле еще не готова.



Рис. 63. Прыжок через земляной вал

Часто всадник ведет лошадь при движении по ровному полю свободно и правильно. Но стоит ему попасть на пересеченную местность, как он начинает собирать животное,

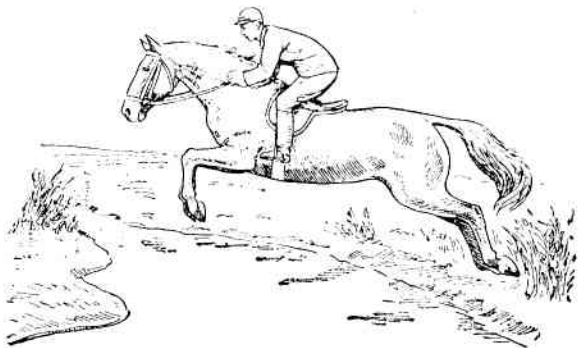


Рис. 64. Прыжок через ручей

для чего берет его в шенкеля, поводом поднимает ему голову, пристально смотрит под ноги — словом, делает все, чтобы объехать рытвины, кочки и другие неровности

Действуя шенкелями, он нарушает равновесие лошади, поднимая ей голову, мешает смотреть под ноги и выгодно уравновеситься.

Поступая таким образом, ездок берет на себя работу, которую должна выполнять сама лошадь. К тому же она это делает несравненно лучше и менее обременительно и для себя и для всадника. Всадник не сможет всего предвидеть, чтобы правильно руководить всеми движениями лошади. Тем более трудно, а подчас и совсем невозможно уберечь, предупредить лошадь от спотыкания о пни и кочки или попадания в ямы и канавы, если она не имеет возможности видеть, что находится у нее под ногами.

Сторонники того, что вести лошадь в поле надо так же, как в манеже, считают, что чем больше на пересеченной местности различных препятствий в виде ям, пней, рытвин, способствующих спотыканию животного, тем собранней оно должно быть.

Этот неверный вывод они обосновывают тем, что собранная лошадь, идя по пересеченной местности высоким ходом, т. е. поднимая ноги выше, чем при движении на свободном поводу, меньше подвержена спотыканию. Такой вывод правилен, если движение происходит шагом и рысью и на поверхности поля нет крутых препятствий, а только мелкие канавки, ямы, камни, пни, т. е. если местность не требует от лошади большого напряжения сил и неожиданных резких движений.

Если же, согласно условиям состязаний, лошадь должна идти продолжительное время широким, свободным галопом по сильнопересеченной, кочковатой местности с большим числом трудных препятствий, то преодоление их потребует от животного высоких и широких прыжков, для чего оно будет вынуждено мгновенно сжиматься и растягиваться и также мгновенно и резко менять центр тяжести своего тела.

Для такого движения лошадь должна быть заранее подготовлена и обладать самостоятельностью и умением свободно преодолевать препятствия. В противном случае она или не пойдет широким галопом, или не сможет преодолеть первое серьезное препятствие.

Методические указания по подготовке спортсмена и его лошади к преодолению препятствий см. на стр. 166—202.

Ниже приводится примерный план подготовки спортсмена-кошника и его лошади по конному многоборью.

*Примерный план подготовки спортсмена и его лошади
по конному многоборью*

1 и 2-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 50 мин.;

2) в дни тренинга — 1 час 30 мин. (шаг — 27 мин., рысь — 5 мин., шаг — 10 мин., рысь — 5 мин., шаг — 10 мин., широкая рысь — 3 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 10 мин., количество прыжков — 15; корзинка из трех препятствий, заложение каждого — 1 м, высота — 90 см, препятствия отделены друг от друга на 3,5 м; для одиночных прыжков — пирамида высотой до 90 см и открытая канава (см. черт. 14);

б) работа под всадником — 1 час 10 мин., количество прыжков — 8—10, препятствия расставлены по паркуру, высота — до 70 см, аллюр — рысь.

Цель: 1) манежной езды — плавность перехода из большего аллюра в меньший и наоборот (как в начале движения, так и при переходе из одного аллюра в другой сохранять первоначальный сбор); плавность и непрерывность поворотов на месте в обе стороны, что вырабатывает у лошади подвижность и гибкость ног;

2) тренинга — начало выработки равномерного и темпистого движения в течение данного реприза; обратить внимание на исключение всякого рода рывков и движения с разной скоростью в течение данного реприза (первые два реприза рыси — скорость 5 мин. 1 км, третий реприз — 3,5 мин. 1 км, движение по дорогам);

3) напрыгивания — начало выработки техники прыжка на широких препятствиях, спокойное преодоление препятствий, не давая лошади увеличивать аллюр после прыжка.

3 и 4-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час;

2) в дни тренинга — 1 час 40 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 8 мин., шаг — 10 мин., рысь — 8 мин., шаг — 10 мин., широкая рысь — 4 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 10 мин., количество прыжков — 15; корзинка из трех препятствий, заложение каж-

дого — до 1,10 м, высота — 90 см, препятствия отстоят друг от друга на 3,5 м; для одиночных прыжков параллельные брусья, канава с херделем сзади (см. черт. 15) или дощатый забор с херделем сзади;

б) работа под всадником — 1 час 10 мин., количество прыжков — 10—12; препятствия те же, что в предыдущей неделе, высотой до 90 см, ширина заложения — до 1 м, ширина канавы — 2 м, аллюр — рысь.

Цель: 1) манежной езды — отработка сокращенного шага и сокращенной рыси, полувольта на галопе, достижение правильной остановки, легкого и спокойного осаживания; следить за правильной установкой головы и шеи лошади, соотносясь с ее экстерьерными особенностями;

2) тренинга — дальнейшая отработка ровности движения, в особенности на широкой рыси (скорость: шаг — 10 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 5 мин. 1 км, 3-й — 3,5 мин. 1 км);

3) напрыгивания — та же, что и в предыдущей неделе, но часть прыжков под седлом совершается с шага.

5 и 6-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час;

2) в дни тренинга — 1 час 45 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., широкая рысь — 5 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 10 мин., количество прыжков — 16, препятствия те же, что и на предыдущей неделе, но заложение их увеличивается на 25 см, к дощатому забору спереди приставляется хердель;

б) работа под всадником — 1 час 10 мин., количество прыжков — 10—12, препятствия те же, что и в предыдущей неделе, добавляется корзинка из двух препятствий с заложением до 1 м, высотой до 80 см, препятствия отставлены друг от друга на 3,5 м.

Цель: 1) манежной езды — отработка сокращенного и прибавленного галопа, совершенствование контргалопа, вольтов на галопе, прямых и боковых сгибаний;

2) тренинга — совершенствование ровности движения на всех аллюрах (скорость: шаг — 10 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 5,5 мин. 1 км, 3-й — 3,5 мин. 1 км);

3) напрыгивания — достижение гибкости и спокойствия лошади при преодолении корзинок; следить за тем, чтобы лошадь при прыжке не упиралась сильно в повод; совершенствование прыжков с шага.

7 и 8-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час;

2) в дни тренинга — 1 час 50 мин. (шаг — 35 мин., рысь — 10 мин., шаг — 7 мин., рысь — 10 мин., шаг — 8 мин., широкая рысь — 7 мин., шаг — 33 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 15 мин., количество прыжков — 18; корзинка из четырех препятствий, заложение каждого — до 1,5 м, высота — до 90 см, препятствия расставлены друг от друга на 3—3,5 м; для одиночных прыжков — параллельные брусья, жердевой забор с жерделем сзади, высотой 1,10 м, и открытая канава шириной до 3,5 м (см. черт. 16).

б) работа под всадником — 1 час 15 мин., количество прыжков — 12—14; корзинка из трех препятствий с заложением до 1,25 м, высота — до 90 см, препятствия расставлены: первое от второго — на 7 м, третьего от второго — на 3 м, остальные препятствия высотой до 1 м расставлены по паркуру, аллюры — шаг и рысь.

Цель: 1) манежной езды — отработка сокращенного шага, рыси, галопа, совершенствование боковых сгибаний, серпантина на галопе;

2) тренинга — дальнейшая отработка ровности движения, обратить особое внимание на ровность движения на широкой рыси (скорость: рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 6 мин. 1 км, 3-й — 3,5 мин. 1 км);

3) напрыгивания на корде и под всадником — свобода головы и шеи лошади на прыжке.

9 и 10-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час 10 мин.;

2) в дни тренинга — 1 час 55 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 12 мин., шаг — 7 мин., рысь — 13 мин., шаг — 7 мин., широкая рысь — 10 мин., шаг — 7 мин., галоп — 4 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 15 мин., количество прыжков — 20; препятствия и высота заложения те же, что и в предыдущей неделе; для одиночных прыжков прибавляются параллельные брусья, расстояние между жердями — 1 м;

б) работа под всадником — 1 час 15 мин., препятствия, высота их и аллюры те же, что и в предыдущей неделе.

Цель: 1) манежной езды — спокойное выполнение лошадыю перемены ноги на средние манежа; совершенствование движения на контргалопе; следить за плавным переходом из одного аллюра в другой;

2) тренинга — спокойное и темпистое движение сокращенной рысью и галопом (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 6 мин. 1 км, 3-й — 3,5 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км);

3) напрыгивания — убирание лошадыю на прыжке плеч вверх и вперед.

11 и 12-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час 10 мин.;

2) в дни тренинга — 2 час. (шаг — 30 мин., рысь — 15 мин., шаг — 7 мин., рысь — 15 мин., шаг — 8 мин., галоп — 10 мин., шаг — 35 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 20 мин., количество прыжков — 22; корзинка из пяти препятствий, заложение каждого — 1,75 м, высота — до 1 м, препятствия расставлены друг от друга на 3—3,5 м; для одиночных прыжков препятствия те же, что и на предыдущей неделе, но заложение увеличивается до 2 м, высота — 1,15 м; кроме того, прибавляется канава с жерделем (см. черт. 17);

б) работа под всадником — 1 час 20 мин., количество прыжков — 14—16; корзинка из трех препятствий, расположенных друг от друга: первое от второго — в 7 м, второе от третьего — в 3,5 м, препятствия и заложение те же, что и при работе на корде, высота — до 1,10 м; перед каждым препятствием лошадь поднимают в галоп, а после преодоления едут рысью.

Цель: 1) манежной езды — прямолинейность движения лошади на галопе и легкость и спокойствие при перемене ноги, совершенствование полуповоротов на контргалопе;

2) тренинга — отработка спокойствия и ровности аллюра при движении без дорог; ввести под небольшим углом спуски и подъемы на шаг, в конце 11-й недели — на рыси, наблюдать за тем, чтобы на спуски и подъемы лошадь шла, не снижая и не увеличивая ровности аллюра (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4 мин. 1 км, 2-й — 6 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км);

3) напрыгивания — совершенствование техники прыжка, все время наблюдая за свободой головы и шеи лошади, а также за убиранием лошадей во время прыжка плеч вверх и вперед.

13 и 14-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час 20 мин.;

2) в дни тренинга — 2 час. 05 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 17 мин., шаг — 7 мин., рысь — 18 мин., шаг — 8 мин., галоп — 15 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 20 мин., количество прыжков — 24; препятствия те же, что и в предыдущей неделе, заложение каждого — до 2 м, высота корзинки — до 1,10 м, препятствий для одиночных прыжков — до 1,20 м;

б) работа под всадником — 1 час 20 мин., количество прыжков — 16—18; препятствия — непадающие, высотой до 1 м, ширина заложения — до 1,5 м, ширина открытой капавы — до 3 м; препятствия преодолеваются на галопе по два-три, затем лошадь переводится в шаг, оглаживается, если, конечно, препятствия были преодолены ею хорошо, после чего опять поднимается в галоп.

Цель: 1) манежной езды — отработка восьмерки на галопе без перемены ноги и на подъеме в галоп с места;

2) тренинга — достижение ровности движения по пересеченной местности, без дорог (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4 мин. 1 км, 2-й — 6,5 мин. 1 км, галоп — 3—3,5 мин. 1 км);

3) напрыгивания — отработка правильного взаимодействия головы, шеи и холки лошади на прыжке; обратить внимание на выработку у спортсмена свободной и правильной посадки на прыжке.

15 и 16-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час 20 мин.;

2) в дни тренинга — 2 час. 10 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 20 мин., шаг — 7 мин., рысь — 20 мин., шаг — 8 мин., галоп — 15 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 20 мин., количество прыжков — 26; корзинка из четырех препятствий, заложение каждого — до 2,25 м, высота — до 1,10 м, препятствия отстоят друг от друга: первое от второго — в 3,5 м, второе от третьего — в 3 м, третье от четвертого — в 7 м; двойная корзинка в углу; для одиночных прыжков преодолеваются те препятствия, которые будут на состязаниях;

б) работа под всадником — 1 час 20 мин., количество прыжков — 18—20; препятствия и расстановка их те же, что и в предыдущей неделе, преодолеваются группами: одна группа — с места, другая — с шага, третья — с рыси и четвертая — на галопе.

Цель: 1) манежной езды — совершенствование восьмерки на галопе без перемены ноги, подъема в галоп с места и с осаживания, перемены ног по прямому направлению;

2) тренинга — совершенствование работы предыдущей недели, обратив особое внимание на отработку ровности галопа при движении по пересеченной местности и преодоления небольших естественных препятствий (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4 мин. 1 км, 2-й — 6,5 мин. 1 км, галоп — 3 мин. 1 км);

3) напрыгивания — совершенствование работы предыдущей недели; обратить внимание на преодоление препятствий с места и с шага, а также прыжки снизу вверх и сверху вниз.

17 и 18-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час 20 мин.;

2) в дни тренинга — 2 час. 10 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 20 мин., шаг — 5 мин., рысь — 20 мин., шаг — 5 мин., галоп — 20 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 20 мин., количество прыжков — 28; препятствия и высота их те же, что и в преды-

дущей неделе, но заложение увеличивается до 2,5 м, а ширина канавы — до 3,5 м;

б) работа под всадником — 1 час 20 мин., количество прыжков — 18—20; корзинка из четырех препятствий высотой до 1,10 м, заложение — 2,25 м, препятствия отстоят один от другого: первое от второго — в 7 м, второе от третьего — в 3,5 м и четвертое от третьего — в 12 м; препятствия для одиночных прыжков расставлены по паркуру и преодолеваются так же, как в предыдущей неделе.

Ц е л ь: 1) манежной езды — доработка особо трудных для лошади упражнений; обратить особое внимание на контргалоп, восьмерку без перемены ноги и галоп с места и осаживания;

2) тренинга — окончательная отшлифовка движения при полевой езде на всех аллюрах, ввести преодоление на галопе естественных препятствий (канав, заборов, валов и т. д.), обязательно преодолевать подъемы и спуски, а также совершать прыжки снизу вверх и сверху вниз (количество прыжков — не более 15; скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 6 мин. 1 км, галоп — 3 мин. 1 км);

3) напрыгивания — достижение правильного взаимодействия передних и задних ног лошади при напрыгивании на системе препятствий на всех аллюрах.

19 и 20-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час 20 мин.;

2) в дни тренинга — 2 час. 25 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 25 мин., шаг — 5 мин., рысь — 25 мин., шаг — 5 мин., галоп — 25 мин., шаг — 30 мин.), проводка вечером — 1 час;

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 25 мин., количество прыжков — 30, высота препятствий в корзине — 1,15 м, одиночных — до 1,30 м; препятствия те же, что в предыдущей неделе, заложение доводится до 3 м, ширина канавы — до 4 м;

б) работа под всадником — 1 час 25 мин., количество прыжков — 20—22; препятствия те же, что и в предыдущей неделе, но заложение увеличивается до 3 м у основания и до 1,8 м поверху, ширина канавы — 4,5 м, аллюр — спокойный галоп.

Ц е л ь: 1) манежной езды — решение задач, изложенных в программе состязания; обращать внимание на отшлифовку упражнений, которые недостаточно усвоены лошадью;

2) тренинга — окончательная проверка подготовки лошади для работы в полевых условиях (желательно при движении галопом последние 10 мин. проходить по кругу ипподрома со скоростью не резвее чем 2 мин. 1 км);

3) напрыгивания — дальнейшее совершенствование взаимодействия передних и задних ног лошади при преодолении широких и высоких препятствий.

21 и 22-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час 30 мин.;

2) в дни тренинга — 2 час. 35 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 30 мин., шаг — 5 мин., рысь — 30 мин., шаг — 5 мин., галоп — 30 мин., шаг — 30 мин.);

3) в дни напрыгивания:

а) работа на корде — 1 час 30 мин., преодолеваются препятствия, которые должны быть на состязании, высота — до 1,30 м;

б) работа под всадником — повторение работы на корде, количество прыжков — не более 20, высота препятствий — 1,20 м.

Ц е л ь: 1) манежной езды — отработка программы состязаний, уделяя особое внимание наиболее плохо усвоенным упражнениям, чтобы довести их до совершенства;

2) тренинга — прохождение промеренных отрезков второго дня полевых испытаний в сроки, указанные для конного многоборья, включая дороги, скачку с препятствиями, кросс и гладкую скачку (скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 5 мин. 1 км, галоп — первые 20 мин. — 2,5 мин. 1 км, последние 10 мин. — 2 мин. 1 км);

3) напрыгивания — окончательная отшлифовка техники преодоления препятствий на ровном и спокойном галопе.

23 и 24-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни манежной езды — 1 час;

2) в дни тренинга — 2 час. 20 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 35 мин., шаг — 5 мин., галоп — 20 мин., шаг —

5 мин., галоп — 20 мин., шаг — 30 мин.); скорость: шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 4,5 мин. 1 км, галоп — 1-й реприз — 3 мин. 1 км, 2-й — 2 мин. 1 км;

3) в дни напрыгивания на корде и под всадником — 1 час 20 мин; препятствия и количество прыжков те же, что в предыдущей неделе.

Ц е л ь — отшлифовка манежной езды, ровности аллюра во время тренинга, спокойного и уверенного преодолевания препятствий; особо следить за тем, чтобы лошадь не была переутомлена работой.

ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА-КОННИКА И ЕГО ЛОШАДИ ПО ВЫЕЗДКЕ

Содержание учебного материала рассчитано на спортивную лошадь, которая прошла предварительную подготовку и может успешно выполнить программу манежной езды конного многоборья.

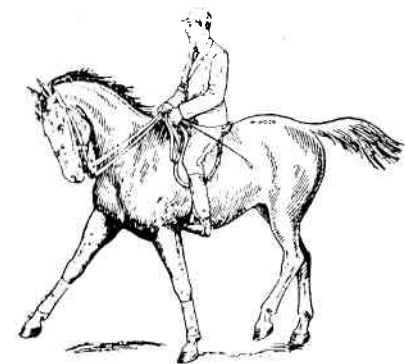


Рис. 65. Спортивная лошадь для состязаний по выездке

К тому же она должна быть физически здоровой и по своим экстерьерным и породным данным отвечать требованиям; предъявляемым к спортивной лошади (рис. 65). Следует учесть, что в состязаниях по выездке лошадь не старше 15 лет.

Кроме того, учебный материал рассчитан на спортсмена-конника, который мог бы найти

необходимые указания для самостоятельной подготовки спортивной лошади к состязаниям по выездке.

Срок подготовки — 8—12 месяцев. В каждом месяце — 4 рабочих недели. Рабочая неделя состоит из 6 рабочих дней. 7-й день выходной. Продолжительность одного урока в день — 1—1,5 часа, при работе два раза в день продолжительность урока от 40 мин. до 1 часа.

О правилах ухода, кормления и ветеринарно-санитарных наблюдений см. на стр. 83—85 и 127—130.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ

Как указывалось выше, учебный материал по выездке рассчитан на спортсмена и его лошадь, которым для успешного участия в выездке упражнения обыкновенной езды следует усовершенствовать, а упражнения высшей школы отработать заново.

Совершенствуются следующие упражнения:

а) работа в руках: прямые и боковые сгибания на месте, на шаг и на рыси; остановки, повороты на перед и на зад в обе стороны; осаживание;

б) работа под всадником; прямые и боковые сгибания на месте, на шаг, на рыси и на галопе; повороты на зад и на перед, остановки и осаживания; иди галопом — серпантин, восьмерка, перемена ног в 4—2 темпа.

Заново отработываются следующие упражнения:

- 1) полупируэты и пируэты на галопе,
- 2) перемена ноги в один темп,
- 3) пассаж,
- 4) пиаффе.

Учебные материалы, необходимые для отработки и совершенствования упражнений обыкновенной езды, см. на стр. 250—264.

Подготовительные упражнения к пируэту на галопе

Прежде чем обучать лошадь пируэту на галопе, необходимо, чтобы она хорошо исполняла сокращенный галоп и галоп на месте.

Подготовительная работа к пируэту на галопе начинается значительно раньше, чем лошадь научится исполнять галоп на месте. Уже принятие галопом на вольтах головой наружу является подготовительным упражнением к пируэту на галопе.

Последовательность подготовительных упражнений должна быть такая:

- а) начинать с пируэта на шаг;
- б) во время исполнения этого движения потребовать подъема в галоп, как при подъеме в галоп при движении на вольту; это будет один темп галоп;
- в) продолжать пируэт на шаг и, когда лошадь успокоится, потребовать от нее еще один темп галоп. По мере

усвоения надо, чтобы лошадь сделала сначала 2, а потом 3 темпа галопа подряд и при этом оставалась на пируэте.

Такая последовательность облегчит работу лошади, потому что в данном упражнении для нее не будет ничего нового как в пируэте, так и в подъеме в галоп. Необходимо только связать ранее отработанные приемы: подъем в галоп и перемещение на пируэте при принятии на галопе на вольту головой паружу.

Пируэт на галопе

После усвоения лошадью подготовительных упражнений необходимо приступить к исполнению самого пируэта на галопе.

Чтобы правильно заставить лошадь выполнять пируэт, следует пройти несколько темпов сокращенным галопом, а затем сделать один темп галопа на месте.

Не нужно сразу требовать от лошади исполнения полного пируэта. Следует начинать с одной четвертой пируэта, а затем продолжать движение по прямой. Когда лошадь будет легко выполнять это упражнение, следует перейти на отработку полупируэта. Только после успешного выполнения этого движения можно перейти к полному пируэту.

При выполнении пируэта следует с исключительной точностью пользоваться средствами управления. Рассмотрим, как будут действовать средства управления при совершении пируэта налево (галоп с левой ноги):

а) правый шенкель прижат к боку лошади и «следит» за тем, чтобы задняя часть ее корпуса не ушла вправо, левый шенкель поддерживает поступательное движение (импульс);

б) левая рука действует, как на галопе по прямой линии, правая — как противоположный наружный повод.

Одним словом, всадник левой рукой стремится сдвинуть переднюю ногу влево, а правой продолжает действие, усиливая его и заставляя лошадь исполнить свое требование.

Эти требования всадника лошадь сможет хорошо выполнить только, если будет обладать легкостью при движении. Необходимо следить за подвижностью задних ног. Из этого вытекает необходимость усиления импульса. Чтобы задние ноги лучше двигались, сначала нужно дать им возможность

перемещаться по маленькому кругу, а затем диаметр его постепенно уменьшать.

Для правильного исполнения пируэта на галопе необходимы следующие условия:

а) лошадь должна отчетливо исполнять все 3 темпа на галопе; такт галопа должен быть несколько замедленным;

б) диаметр круга, описываемого задними ногами, должен быть не больше 50 см.

Правильного исполнения пируэта на галопе можно добиться только в результате упорного труда всадника. Не следует также забывать, что основа правильного пируэта — постоянное сохранение аллюра галопа (рис. 66).

При исполнении пируэта на галопе, как и на шагу, у всадника должно быть такое чувство, будто лошадь сгибается на внутренней ноге (левой — при пируэте налево). Это сгибание животного способствует хорошему исполнению движения.

Пируэты на галопе могут исполняться в любом направлении. При отработке поворота рекомендуется пользоваться следующими приемами:

а) двигаясь с принятием головой к стенке манежа, сделать пируэт, затем снова продолжать движение головой к стенке;

б) при перемене направления из угла на галопе, идя с принятием, сделать пируэт на середине манежа, затем снова двигаться галопом с принятием, а дойдя до противоположной стенки, перевести лошадь в шаг;

в) то же, при перемене направления посередине манежа; сделать пируэт в средней точке в любую сторону (двигаться в обе стороны);

г) то же, при перемене направления по длине манежа; сделать пируэт на первой трети манежа, переменить ногу в центре и на третьей трети манежа сделать пируэт в обратную сторону.



Рис. 66. Пируэт на галопе

Пируэт на галопе будет выполняться тем легче, чем лучше у лошади отработаны сокращенный галоп и галоп на месте. Поэтому необходимо все время совершенствовать эти движения.

Отработка боковых движений на галопе

При подготовке лошади к состязаниям по конному многоборию контрперемена на галопе производилась на одной ноге. Вначале после перемены ноги лошадь шла несколько темпов галопом по прямой. При подготовке лошади к состязаниям по выездке движение по прямой следует постепенно устранять, исполняя при выходе на середину только перемену ноги. Необходимо также устранить облическое движение, которое в том виде состязаний считалось наиболее благоприятным для перемены ноги. Лошадь должна быть совершенно прямой, когда спортсмен требует от нее перемены ноги.

Чтобы лошадь исполняла перемену ноги правильно и с необходимой легкостью, нужно как на шагу, так и на рыси уменьшать степень перекрещивания ног на последнем темпе, следя за тем, чтобы передняя нога стояла прямо и не опережала заднюю. По этой причине лучше уменьшить или даже совсем прекратить действие противоположного наружного повода (правого — при принятии налево) и, когда это нужно, задержать плечи легким действием наружного повода со стороны постановления (в вышеприведенном примере левого).

В конце последнего темпа необходимо потребовать перемену ноги. Лошадь, принявшая к моменту перемены ноги прямое положение, будет готова начать принятие в обратную сторону. Этот темп с переменной ноги будет первым темпом принятия в другую сторону.

На втором темпе принятия надо следить, чтобы вначале передняя нога была несколько впереди задней. Для этого действие наружного повода (левого при принятии направо) должно предшествовать действию наружного шенкеля (левого).

Необходимо предварительно обусловить число темпов галопы на каждом отрезке контрперемены ноги. Надо начинать с 10 или 8 темпов с тем, чтобы довести их число до 6, что соответствует упражнению, исполняемому на олимпийских играх.

Перемена ноги в один темп

Если лошадь правильно выполняет частые перемены ноги до 2 темпов, сохраняя при этом легкость и устойчивое равновесие, можно начинать отработку перемены ноги через 1 темп.

Нельзя требовать от лошади подряд нескольких перемен ноги в 1 темп, ибо это может «сбить» ее, разладить и привести к тому, что придется возвращаться на длительное время к частым переменам ноги, пока животное не будет в состоянии начать перемену ноги в один темп.

Чтобы избежать подобных ошибок, нужно придерживаться такой последовательности:

1. Производить перемену ноги в 1 темп два раза.

Цель приема — получить две перемены ноги подряд в течение двух последовательных темпов галопы. Например, при галопе с левой ноги сделать перемену слева направо, а на следующем темпе — справа налево. Таким образом получится перемена ноги в 1 темп. Это будет, по существу, только одной переменной ноги в темп, так как первая перемена была обычной.

Вначале упражнение нужно делать с одной ноги. Как только лошадь это запомнит, можно исполнять его с другой ноги. Такая последовательность приведет к тому, что лошадь научится производить перемену ноги в 1 темп в обе стороны.

2. Производить перемену ноги в 1, 2, 3 темпа.

Продолжая постепенно совершенствовать перемену ноги в 1 темп, нужно заставить лошадь выполнять три перемены ноги подряд ездой направо, а затем ездой налево. Таким образом получатся две перемены ноги в 1 темп, причем лошадь окажется на ноге, противоположной той, с которой было начато движение.

3. Производить перемену ноги в 1, 2, 3, 4 темпа.

Когда предыдущее упражнение будет выполняться правильно и легко, от лошади следует потребовать четыре перемены ноги подряд. Исполняя это упражнение, лошадь сделает три перемены ноги в темп и окажется снова на той ноге, с которой началось первоначальное движение галопом.

Необходимо помнить, что выезжать лошадь нужно в обе стороны и больше в ту, езда в которую дается ей труднее. Лошадь должна отчетливо начинать и легко выполнять это упражнение как с правой, так и с левой ноги.

Когда последнее упражнение будет отработано, можно утверждать, что лошадь перемену ноги в I темп усвоила. В дальнейшем надо постепенно увеличивать число темпов перемены ног в I темп.

Особая трудность при исполнении этого упражнения для всадника заключается в том, чтобы не отстать от движения лошади. Необходимо, чтобы перемена постановления при перемене ноги была мягкой, а шенкеля действовали почти одновременно с поводом. Точность и своевременность применения средств управления при выполнении перемены ноги в I темп зависят от умения спортсмена.

Первоначально, чтобы облегчить балансирование центра тяжести лошади, всаднику необходимо верхнюю часть корпуса подавать несколько вперед. Но по мере усвоения лошадию этого упражнения посадка его должна принять нормальное положение. Всадник должен хорошо сидеть в седле, держа верхнюю часть корпуса прямой.

Подготовительные упражнения к пиаффе

Пиаффе представляет собой как бы пассаж на месте при ярко выраженном подъеме ног. Отработку пиаффе рекомендуется начинать, когда лошадь полностью подчинена воле всадника на шагу и на рыси, т. е. изменения аллюров на шагу и рыси выполняются ею в необходимом сборе, без утраты легкости и нарушения равновесия.

Предварительная отработка пиаффе производится в такой последовательности:

1. **Работа на шагу:** добиваться большой активности задних ног на сокращенном шагу с тем, чтобы сократить время между опираниями передней и задней ног одной диагонали, так как в пиаффе эти два опирания должны быть одновременными. Сокращать шаг, чтобы получить I темп шага на месте, после чего сразу двинуть лошадь вперед.

Одновременно отбатывать пиаффе на полуповоротах на задних ногах без перекрещивания передних при едва заметном боковом перемещении, сохраняя подвижность всех четырех ног; сопровождать эти полуповороты на задних ногах полуповоротом на передних, выполняя его так же, как и предыдущий поворот, т. е. при сохранении подвижности всех четырех ног и при медленном боковом перемещении. После этого повторить полуповорот на задних ногах, выполняя его так же, как первый поворот. Затем

дать лошади несколько шагов отдыха и проделать упражнение в другую сторону.

По мере усвоения упражнения надо стремиться сохранить подвижность ног лошади на месте, на 1 или 2 темпах между каждым полуповоротом на задних ногах.

Не нужно забывать, что после каждого движения на шагу не надо останавливать лошадь, требуя активности задних ног. Прежде чем предоставлять ей отдых на длинном поводе, необходимо, чтобы она прошла несколько метров прибавленным шагом.

2. **Работа на рыси:** переход из шага в рысь, а также из остановки в рысь и наоборот, подводя лошадь к такому состоянию подготовленности, когда можно начинать непосредственную отработку пиаффе.

Переходя к непосредственной отработке пиаффе, следует заставлять лошадь балансировать. С этой целью, двигаясь несколько темпов рысью и прерывая движение возможно короткими остановками, надо стараться постепенно сокращать как число темпов рыси, так и продолжительность остановки.

Рысь должна быть, как и прежде, очень замедленной и энергичной, с соблюдением ритма, причем лошадь должна быть прямой, в хорошем сборе, не теряя при этом легкости и равновесия.

Так же как и на шагу, упражнение заканчивается движением вперед несколькими темпами прибавленной рыси, после чего лошади дается отдых, желательно на месте и со свободным поводом.

Отбатывая упражнение, надо придерживаться правила: руки без шенкелей и шенкеля без рук, т. е. если лошадь начинает лениться, необходимо энергично двинуть ее вперед, одновременно отдавая повод; если же лошадь ложится на повод, надо сделать несколько полудержек, выслав ее вперед шенкелями.

Не надо позволять лошади останавливаться самой. Прежде чем перевести лошадь в шаг, необходимо от нее потребовать нескольких темпов прибавленной рыси, а переведя в шаг, — нескольких метров широкого шага.

Подготовительные упражнения, проделанные на шагу и на рыси, незаметно подведут лошадь к пиаффе.

Продолжаем отработку упражнения с шага. Если лошадь приобрела подвижность четырех ног на месте, значит, она исполняет упражнение, похожее на

пиаффе. Но это еще не настоящая пиаффе, так как опирание не диагональное. Для того чтобы лошадь получила диагональное опирание, надо, увеличивая импульс, заставить ее продвигаться хотя бы на несколько сантиметров вперед на каждом темпе.

Выполняя это, лошадь приобретает навыки в диагональном опирании, а вместе с тем овладевает началом пиаффе.

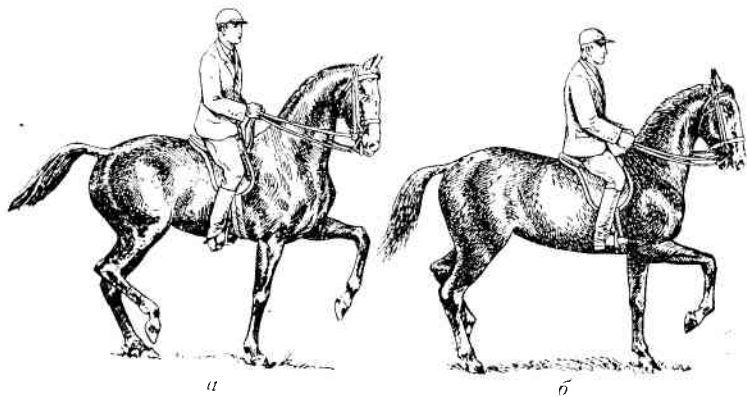


Рис. 67. Пиаффе:

а — левая диагональ в воздухе, б — правая диагональ в воздухе

Теперь это же упражнение отрабатывается с рыси.

Сокращая рысь с сохранением такта, надо стремиться, чтобы лошадь двигалась вперед, как можно меньше захватывая ногами пространство на каждом темпе, и так постепенно добиваться хотя бы 1—2 темпов рыси на месте. Закрепляя успех, нужно заставить лошадь делать 3—4 темпа и т. д. Это будет «малое» пиаффе.

Совершенствуя эту работу, надо постепенно поднимать шею животного так, чтобы оно не теряло легкости и равновесия.

Поднимая шею, достигаем в работе ног лошади на месте равновесия, которое способствует правильному и наиболее эффективному выполнению пиаффе. Поднятие шеи не должно, однако, отражаться на сдаче в затылке.

Для поддержания у лошади ровного такта и сохранения чувства движения вперед необходимо сочетать несколько темпов пиаффе на месте с несколькими шагами пиаффе на

движении вперед, т. е. двигаться несколько сантиметров вперед на каждом темпе.

Преимущество этого способа заключается в том, что лошадь не сможет завалиться. Но главным образом этот способ предупреждает произвольное (со стороны лошади) осаживание. Если это все же произойдет, необходимо легко двинуть лошадь вперед. Если всадник почувствует, что такое осаживание лошадь делает намеренно, он должен энергично выслать ее на прибавленную рысь.

Не следует требовать от лошади сразу много. Не следует и забывать поощрять ее при правильном исполнении 3 или 4 темпов. Нужно также помнить, что правильность аллюра имеет первоначальное значение. Нужно постоянно добиваться, чтобы лошадь поднимала передние ноги более высоко (рис. 67). Для того чтобы увеличить длительность опирания, следует загружать стоящую на земле переднюю ногу. Это заставит лошадь для сохранения равновесия поднять выше другую переднюю ногу.

Действие средств управления на пиаффе

Пиаффе, как и пассаж, выполняется лошадью попеременным диагональным опиранием при удлиненном моменте подвисяния. Из этого следует, что лошадь все время должна находиться в равновесии на диагонали, которая стоит на земле, причем всадник, пользуясь средствами управления, не только поддерживает, но и создает это равновесие.

Разберем в порядке последовательности, как действуют средства управления.

1. **Действие корпуса.** Верхняя часть корпуса всадника перемещается на заднюю ногу, которая стоит на земле, с тем чтобы продлить подвисяние другой задней ноги. Для этого иногда достаточно слегка нажать на стремя со стороны стоящей на земле задней ноги.

Когда левая диагональ опирается на землю, тяжесть корпуса всадника должна быть передана направо.

2. **Действие шенкелей.** Шенкеля должны действовать попеременно в тот момент, когда задняя нога той же стороны поднимается на подвисяние. Однако шенкель не должен работать слишком рано, чтобы не сократить продолжительность опирания. Левый шенкель действует, когда левая диагональ становится на землю. Наиболее удобно, чтобы приложение шенкелей было несколько

сзади подпруги. Подавать их далеко назад не следует, так как в этом случае некоторые лошади слишком сильно подводят задние ноги под переднюю часть своего корпуса.

Из этого следует, что, действуя попеременно каждым шенкелем, можно в какой-то степени выправить неравность загрузки задних ног.

3. Действие повода в е. Рука должна мягкой работой повода загружать переднюю ногу, на которую лошадь опирается, действуя противоположным поводом (например, при опирании левой ноги действуя правым поводом). Вначале следует ограничиться легким сжиманием пальцев, а затем постепенно увеличивать выдержку повода.

Необходимо напомнить, что это может быть полезным при условии, если лошадь чутко реагирует на повод.

Подготовительные упражнения к пиаффе при работе в руках

Работа в руках очень помогает при подготовке лошади к пиаффе. Однако не следует думать, что она обязательна. Опытный, способный всадник может добиться правильного пиаффе, не прибегая к ней.

При подготовке относительно вялых лошадей работа в руках способствует скорейшему достижению хорошего пиаффе, а также некоторому улучшению его исполнения. Однако это требует от всадника большого опыта и осторожности.

При работе в руках всадник обязан соблюдать полное спокойствие, избегать резкости и грубых приемов, чтобы не привести лошадь в повышенное нервное состояние. Здесь полное доверие лошади к всаднику так же необходимо, как и при работе под верхом.

Перед началом работы в руках лошадь с закинутыми на шею поводьями необходимо поставить вдоль стенки манежа. Всадник с хлыстом становится сбоку. Если лошадь стоит к стенке правым боком, т. е. ездой налево, всадник берет левой рукой поводья на расстоянии 15 см от рта животного, а в правой руке держит хлыст. Длина хлыста — до 1,5 м.

Чтобы лошадь не испугалась, необходимо «ознакомить» ее с хлыстом. Для этого нужно слегка дотрагиваться хлыстом до спины лошади, потом до крупа, бедер и боков, одно-

временно оглаживая ее. Когда лошадь перестанет бояться хлыста, следует поочередно трогать им задние ноги по середине плюсны, пока лошадь не поднимет ногу. Если лошадь подняла от прикосновения хлыста ногу, ее надо сейчас же огладить.

Рекомендуется действие хлыста связывать с щелканьем языка. В дальнейшем достаточно щелкнуть языком и лошадь начнет работать ногами. Поэтому хлыст будет применяться только в случае, когда лошадь следует наказывать за лень.

Как уже говорилось, работу с лошадью обязательно надо проводить в обе стороны. Надо разрешать ей вначале продвигаться на несколько сантиметров вперед при каждом

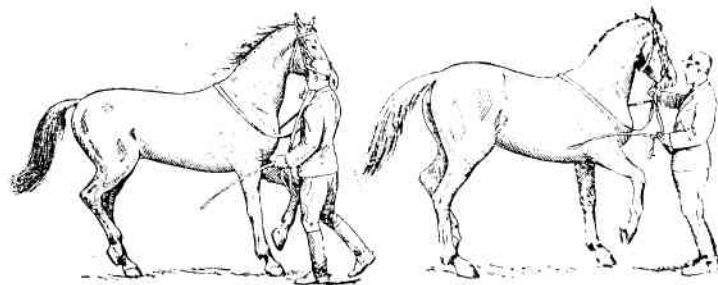


Рис. 68. «Малое» пиаффе при работе в руках: левая диагональ в воздухе (слева), правая диагональ в воздухе (справа)

темпе, чтобы у нее навсегда сохранился рефлекс движения вперед. После того как лошадь уравнивается, двигаясь несколько вперед, следует задержать ее рукой, держащей поведья, и этим заставить урловновеситься, не продвигаясь вперед (рис. 68).

Затем нужно сесть верхом и выслать лошадь вперед одновременно языком и шенкелями.

Если нужно, помощник должен встать сбоку, действуя хлыстом, как указывалось выше. Но это следует делать только, если лошадь недостаточно энергично работает ногами.

Иногда следует ударить хлыстом по сгибу скакательного сустава лошади с тем, чтобы она выше поднимала ноги. Этим способом можно исправлять и неточности темпа работы задних ног.

Как только лошадь будет правильно реагировать на действие хлыста, длинный хлыст можно заменить обычным, ударяя им слегка по крупу для поддержания такта. Так

как лошадь приучена к действию хлыста при работе в руках, всадник может им пользоваться и при работе под верхом, сочетая его с действием шенкелей. Хлыст можно применять и для усиления действия шенкелей.

Как только лошадь успешно усвоила пиаффе в руках, можно приступать к работе без помощника.

Для более правильной отработки этого упражнения под верхом полезно повторять работу в руках в начале каждого урока. В этом случае всадник становится у плеча

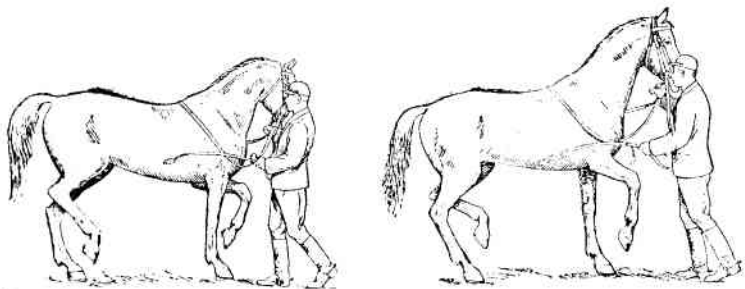


Рис. 69. «Большое» пиаффе при работе в руках: левая диагональ в воздухе (слева), правая диагональ в воздухе (справа)

лошади и берет поводья в правую руку, если лошадь стоит ездой направо, и в левую — при езде налево. В другой руке он держит хлыст, слегка ударяя им по боку лошади в том месте, где обычно действует шенкель, или по вершине крупа (рис. 69), причем действие хлыста необходимо связывать с посылом языком.

Все эти упражнения являются подготовительными; основная задача — исполнять пиаффе под всадником, который должен пользоваться только теми средствами управления, которые применяют при выезде, не прибегая к хлысту и щелканью языком.

Пиаффе можно получить и при выходе из пассажа. Для этого надо постепенно сокращать движение пассажа. Данное упражнение должно выполняться мягко, без резких переходов. Работая таким образом, можно получить 2—3 темпа пиаффе на месте. Как только лошадь выполнит это, ее нужно остановить и дать ей отдохнуть стоя на месте.

В дальнейшем число темпов пиаффе необходимо увеличивать и, когда лошадь хорошо уравнивается, приступать к исполнению пиаффе с остановки.

Отработка пассажа

Естественный пассаж — это сокращенная рысь с выдержкой такта между движениями диагоналей, причем, как правило, такт на пассаже значительно медленней, чем на рыси. Лошадь при движении меньше продвигается вперед, так как импульс движения направляется больше в высоту. Диагональ, которая находится в воздухе, делает небольшую выдержку, при этом предплечье лошади, поднимаясь, приближается к горизонтали. Пясть держится по вертикали,

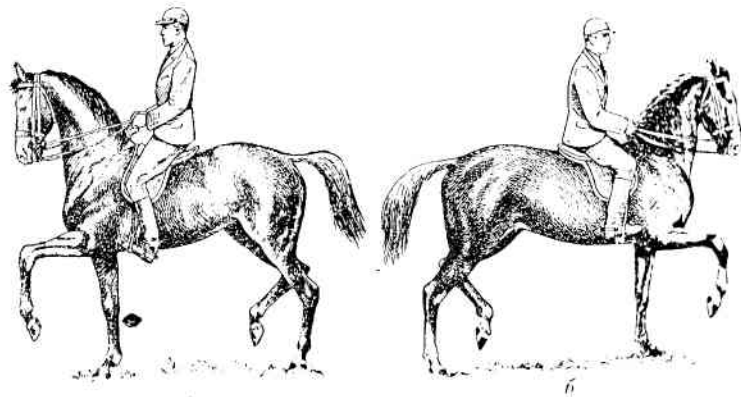


Рис. 70. Пассаж:

а — левая диагональ в воздухе, б — правая диагональ в воздухе

а венечно-путовые суставы слегка согнуты. Передние ноги лошади поднимаются мягко и движутся темписто и эффектно. Задние ноги, сгибая скакательный и путовый суставы, поднимаются энергично и высоко, но несколько ниже передних ног.

На хорошем пассаже лошадь высоко поднимает предплечье без особого напряжения ноги. Задняя часть ее корпуса также работает более высоко и отчетливо (рис. 70). При исполнении пассажа не должно быть боковых качаний.

Правильного исполнения пассажа можно добиться, начиная движение или пассажем из пиаффе, или при выходе из сокращенной рыси, или при выходе из сокращенного шага.

Некоторые, кроме того, требуют пассаж из школьной рыси, что нельзя признать правильным, ибо такой пассаж

не будет иметь легкости, а пясть из-за того, что лошадь привыкнет на школьной рыси выносить прямые ноги вперед, не будет находиться в вертикальном положении.

Самый правильный способ ставить лошадь на пассаж, по нашему мнению, — это первоначально отработать пиаффе, а затем переходить на отработку пассажа. Это, конечно, не значит, что нельзя добиться хорошего пассажа, не ставя лошадь предварительно на пиаффе. Здесь многое зависит от цели, которую поставил себе спортсмен, от его опытности и способностей, а также от качеств лошади.

Отработка пассажа при выходе из пиаффе производится следующим образом.

Всадник ставит лошадь на пиаффе, затем слегка увеличивает действие шенкелей, смягчая одновременно повод, и заставляет животное двинуться рысью. Это и будет началом пассажа. Не следует начинать отработку пассажа с высокого пиаффе.

Нужно поставить лошадь на «малое» пиаффе с хорошим тактом, чтобы увеличение импульса направлялось благодаря отдаче повода в движение вперед, вместо движения в высоту.

Усиление действия шенкелей с одновременным смягчением повода вызовет у лошади потерю равновесия. Стремясь восстановить его, она сделает несколько темпов рыси с выдержкой такта, а затем перейдет в обыкновенную сокращенную рысь.

На первых уроках не следует требовать от лошади многого. При выходе из пиаффе достаточно нескольких темпов рыси с выдержкой, затем нескольких темпов обыкновенной сокращенной рыси, после чего перевести животное в шаг и огладить.

Когда лошадь это усвоит, следует добиваться, чтобы она на первых темпах рыси отчетливо выдерживала такт. После правильного исполнения этого движения ее надо остановить и огладить.

На каждом последующем уроке надо добиваться увеличения числа темпов рыси с большей выдержкой такта. Если лошадь потеряет четкость темпа, ее надо остановить поводом, а затем повторить сначала пиаффе, а потом рысь с выдержкой темпа.

Работая таким образом, лошадь постепенно установит равновесие на рыси с выдержкой такта, не теряя при этом легкого упора в повод при исполнении большего количества

темпов, т. е. будет исполнять так называемый «малый» пассаж.

Теперь, когда лошадь приобрела равновесие, рысью с выдержкой темпа можно требовать от нее более высокого пиаффе и, двигая ее вперед, добиваться также на движении вперед с большой выдержкой и более высокого подъема ног.

Увеличивая поступательное движение лошади вперед и пропуская импульс движения через руки всадника, можно постепенно увеличить поднимание ног, а также продолжительность промежутка подвисания.

Совершенствуя это движение, следует перейти с рыси с выдержкой такта «малый» пассаж на настоящий. Степень его совершенства, эффектности и легкости исполнения будет зависеть от физических возможностей лошади, ее энергии, гибкости, а также от умения всадника.

Не следует забывать, что исправлять укоренившиеся в лошади дурные привычки очень трудно. Поэтому при работе с ней надо прежде всего соблюдать последовательность, постепенно вырабатывая у нее замедленный такт с выдержкой. Для этого необходимо как можно дольше выдерживать лошадь на «малом» пассаже и не стремиться слишком быстро увеличивать высоту последнего, что может повредить ровности аллюра.

Как уже указывалось, пассаж можно отработать, не прибегая к пиаффе, а используя для этого замедленный такт сокращенной рыси.

Замедлить темп сокращенной рыси — значит, добиться такта более медленного, чем на сокращенной рыси, увеличивая при этом продолжительность опирания диагоналей.

Как мы уже знаем, увеличить опирание диагонали можно путем перемещения тяжести корпуса всадника на диагональ, которая стоит на земле, что способствует увеличению времени подвисания другой диагонали. Таким образом можно получить рысь с замедленным темпом, или «малый» пассаж, сходный с тем, который мы получили, применяя выход из пиаффе.

При сохранении разобранной выше последовательности — постепенного сокращения рыси усилением действия шенкелей и мягкой встречи поводом — импульс движения вперед будет направляться вверх с замедлением такта и выдержкой диагоналей. Все вместе взятое приведет лошадь к пассажи.

Пользоваться средствами управления нужно в указанной выше последовательности: сначала действие корпуса, потом шенкелей и поводьев.

Для передней ноги, которая находится на земле, уже недостаточно действия только левого повода. Чтобы удлинить время опирания правой ноги, надо воздействовать правым поводом. Таким образом, чтобы удлинить время опирания правой диагонали на земле, нужно применять правый повод, действующий как внутренний, и левый — действующий как наружный.

Отработка пассажа с шага похожа на начало отработки пассажа при выходе из пиаффе. Разница в том, что там движение началось с места, лошадь производила движение на пиаффе с диагональным опиранием. При начале пассажа из сокращенного шага диагональное опирание отсутствует. Поэтому, увеличивая действие шенкелей и удерживая поводом поступательное движение лошади вперед, нужно не дать ей перейти на привычную в этих условиях рысь. Всадник, продолжая все больше сокращать шаг, не ослабляет при этом действие шенкелей, препятствуя одновременно поводом. Так как это требование для лошади новое, она начнет горячиться, ища выхода. А выход один — естественный: броситься вперед, сломав преграду — повод, который до сих пор не давал ей возможности перейти в рысь.

Наступает самый благоприятный момент для перехода в рысь с замедленным темпом. Всадник еще несколько увеличивает действие шенкелей и еле заметно ослабляет повод. Лошадь немедленно воспользуется этим и энергично перейдет в рысь. Всадник, не ослабляя действие шенкелей, заставляет лошадь увеличить поступательное движение вперед уже на рыси, одновременно встречая ее поводом, не давая ей растянуться. Получится движение, не похожее на прежние: 1—2 темпа замедленной рыси. Всадник должен немедленно этим воспользоваться, перевести лошадь в шаг и огладить.

Так, постепенно совершенствуя 1—2 темпа замедленной рыси, получаемой при выходе с сокращенного шага, лошадь будет охотно и точно выполнять предъявляемые к ней требования. Это означает, что у нее выработался условный рефлекс: при определенном раздражении со стороны всадника давать 1—2 темпа с шага замедленной рысью.

Теперь всаднику остается постепенно увеличить количество темпов замедленной рыси, одновременно совершенствуя подъем ноги в высоту и увеличивая время опирания диагонали, находящейся на земле.

Дальнейшая последовательность при отработке пассажа с шага та же, что и при работе с пиаффе и сокращенной рыси.

Подготовительные упражнения к пассажию при работе в руках

Работа в руках может во многом помочь при первоначальной отработке пассажа. Однако она, как и при разучивании пиаффе, не обязательна.

Начинать отработку пассажа при работе в руках следует так.

Лошадь, идущую в руках на собранном шагу, энергично посылают хлыстом в месте приложения шенкеля, одновременно выдерживая повод и направляя поступательное движение, идущее от энергично работающих задних ног как бы вверх. Лошадь, не зная, что от нее требуют, горячится и бросается вперед, но поводом задерживают это движение.

Как только наступит благоприятный момент перехода с шага на рысь, всадник несколько ослабляет действие поводьев, и лошадь моментально перейдет в рысь. Всадник, используя это движение для начала перехода в рысь, поводьями мягко встречает, как бы тормозит, движение, вследствие чего первые темпы рыси получатся несколько замедленные, с небольшой выдержкой передних ног.

После этого лошадь надо остановить, огладить и дать ей отдохнуть, а затем снова начать с сокращенного шага, повторяя так до тех пор, пока она не будет давать 1—2 темпа пассажа. При этом следует работать попеременно в обе стороны.

Когда лошадь уравновесится и будет легко выполнять 2—3 темпа пассажа при работе в руках, количество темпов можно постепенно увеличивать. Одновременно надо перейти к работе под всадником, время от времени, однако, совершенствуя пассаж и работой в руках.

При работе под всадником надо сначала правильно связать работу шенкелей под седлом с действием хлыста

при работе в руках. Поэтому всадник, сидя в седле, одновременно с действием хлыста, знакомым лошади по прежней работе, должен как бы подстраивать действие шенкелей.

При правильном предъявлении требований лошадь через несколько уроков будет легко повторять под всадником то, что она исполняла в руках.

Дальнейшая последовательность выездки та же, что при отработке пассажа под всадником с выходом из пиаффе и сокращенной рыси.

Предварительной работой в руках можно также подготовить лошадь к движению пассажем при выходе из сокращенной рыси и пиаффе. При этом в первом случае темпы замедленного движения будут получаться от сокращения рыси в конце движения, а во втором — в начале.

ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА-КОННИКА И ЕГО ЛОШАДИ К ПРЕОДОЛЕНИЮ ОСОБО ПОВЫШЕННЫХ ПРЕПЯТСТВИЙ

ВЫБОР ЛОШАДИ

Успех спортсмена на всесоюзных и международных состязаниях во многом зависит от лошади, которая должна обладать превосходными спортивными качествами и быть безупречно выезджена.

Выбор и подготовка такой лошади требуют гораздо больше усилий, чем обыкновенной. Наиболее трудно выбрать лошадь, обладающую хорошими способностями к прыжкам и предназначенную для выступлений в состязаниях по преодолению препятствий.

Опыты и наблюдения показали, что по внешним признакам и даже по кровности и породности лошади определить ее способности к преодолению препятствий трудно. Среди наиболее известных своими успехами лошадей можно встретить экземпляры различных роста, экстерьерных данных, породы, кровности, пола и происхождения. Повидимому, определить в полном объеме способности лошади к прыжку может только длительная и упорная работа по напрыгиванию, а также большой опыт выступлений в состязаниях.

Хорошо прыгать может и неправильно сложенная лошадь, однако, как правило, хорошие прыгуны обладают отличным сложением и кровностью.

Это объясняется тем, что качество прыжка лошади обуславливается не только физической силой, которой всегда достаточно у каждой здоровой лошади, но и расчетом, зависящим от сочетания темперамента, смелости и глазомера. Эти же качества не у всех лошадей одинаковы, но и они могут быть развиты в процессе работы. Развитие это идет до известного предела, который у кровной лошади всегда выше и который в конечном счете и определяет класс лошади.

Класс лошади определяется рядом признаков, например кровностью, темпераментом, смелостью.

По экстерьеру следует отдавать предпочтение лошадям, обладающим хорошим плечом, хорошо развитым крупом, правильно поставленными, здоровыми ногами, длинной и хорошо поставленной шеей, развитой высокой и длинной холкой.

Не следует останавливать свой выбор на лошадях, имеющих прямое плечо и особенно прямые короткие бабки. С таким сложением лошадь вначале, быть может, и будет давать хорошие результаты, но не вынесет долго напряженной работы. Не способны к прыжку и лошади с подведенным поставом передних ног, а также с вогнутым, телячьим, запястьем. Последнее, что нужно учитывать при выборе, — это возраст лошади. Необходимо помнить, что напрыгивать на повышенное препятствие можно лишь вполне сформировавшуюся лошадь, т. е. в возрасте 6—7 лет.

Лучше всего выбирать лошадь из числа прошедших выездку и зарекомендовавших себя в преодолении препятствий с хорошей стороны.

Важнейшим условием, обеспечивающим высокие показатели на препятствиях повышенного типа, является содержание лошади и уход за нею. Высокие требования, предъявляемые к спортивной лошади напрыгиванием, вызывают у нее большой расход физических сил и энергии. Если не восстанавливать эти потери, животное очень скоро изнашивается и никогда не даст хороших результатов. Поэтому за лошадью как во время работы, так и во время отдыха должен быть тщательный уход. О правилах по уходу, кормлению и содержанию лошади, а также о необходимых ветеринарно-санитарных мероприятиях см. на стр. 83—85 и 127—130.

ПРЕДОХРАНЕНИЕ НОГ ЛОШАДИ ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

Обычные при работе с лошады случаи задевания за препятствия, ушибы и удары о них в той или иной мере ведут к повреждению ног, а неудачные прыжки очень часто вызывают растяжение сухожилий. Как бы незначительно ни было повреждение и вызванное им недомогание лошади, заставляя ее работать нельзя, а это вызывает задержку в ее обучении. Чтобы избежать задержки, необходимы средства, предохраняющие ноги лошади от повреждения.

Простейшим средством предохранения от ушибов пясти, плюсны и сухожилий лошади является бинтование передних ног с легкой прослойкой ваты: бинт будет смягчать возможные удары. Более радикальным средством для защиты ног являются ногавки, или кожаные гамашы, а для защиты копыт, в особенности венчиков и пяток, — кожаные круглые чехлы в виде колокола с застежкой под щеткой. Применение указанных средств в большинстве случаев вполне гарантирует от ушибов и ранения ног лошади.

Ноги лошади на прыжках страдают не только от задевания за препятствия и ушибов, причиняемых самой лошады. Большое влияние оказывает и грунт, на котором преодолеваются препятствия. Различный по твердости грунт требует различного напряжения сил лошади, что по-разному отражается и на ее ногах. На эластичном и мягком грунте лошадь может сделать без ущерба для состояния конечностей до 30—40 прыжков. На твердом, вязком и скользком грунте этого сделать нельзя. Обычно здесь высоту препятствий и количество прыжков уменьшают. Кроме того, на твердом грунте лошадь может повредить себе плечевой пояс, а на вязком от чрезмерного напряжения сухожилий или путовых суставов может получить их растяжение.

Казалось бы, что напрыгивание нужно производить на идеальном грунте, однако этого делать не нужно. Лошадь готовится для действий в поле, где ей придется сталкиваться с самыми разнообразными грунтами, к которым ее заранее нужно готовить.

При работе на естественном грунте необходимо соблюдать известную последовательность. Сначала занятия надо проводить на мягком и эластичном грунте, чтобы искусственно не создавать в начальный период обучения тяжелых

условий и таким образом сберечь коня. Первоначальная работа разовьет лошадь, укрепит ее мускулатуру, сухожилия, связки, т. е. подготовит ее для работы на более тяжелых грунтах.

При напрыгивании в закрытых манежах лучшим грунтом будет слой опилок толщиной 40—60 см. После того как опилки осядут, образовавшийся грунт будет самым эластичным для прыжков. Для смягчения в открытых манежах естественного грунта последний вспахивают и, хорошо разбороновав, смешивают с песком, опилками и навозом. Позади препятствия, в месте приземления лошади, насыпают площадку из опилок длиной, равной длине препятствия, и шириной 3—5 м; толщина слоя опилок 15—20 см. После прыжка следы от ног лошади нужно обязательно заравнивать, чтобы при повторных прыжках животное опускалось на ровный грунт.

По мере того как первоначальная работа будет укреплять организм лошади, ее необходимо переводить на естественный грунт различной твердости, строго учитывая нагрузку работы в каждом отдельном случае. Переходить к занятиям на более твердом естественном грунте следует в зависимости от подготовленности организма лошади на предыдущем.

ТИПЫ ПРЕПЯТСТВИИ

В сохранении здоровья лошади на прыжках большую роль играют также препятствия, на которых она работает.

Как правило, следует стремиться к тому, чтобы показать лошади возможно большее количество разнообразных препятствий, с которыми ей предположительно придется встретиться на местности во время состязаний.

Наиболее распространенными полевыми препятствиями являются ограды полей, деревень, огородов, садов, заборы с канавами и т. п. Их можно встретить вдоль дорог шоссе и лесных тропинок. Не исключена возможность обнаружения этих препятствий под каким-нибудь обрывом, спуском или на подъеме, причем канавы нередко бывают с водой. Препятствиями могут быть также штабеля дров, кучи хвороста, бревна, каменные заборы, тоже часто встречающиеся на пути лошади.

Оборудование перечисленных препятствий на местности не представляет особых затруднений. Может быть, придется

лишь частично привести в должный вид уже имеющиеся готовые преграды и на них упражняться.

Гораздо сложнее с созданием такого рода препятствий в закрытом манеже, где они должны быть переносными. Изготовление таких препятствий, конечно, потребует затраты известных средств, но зато создаст ряд преимуществ. Такие препятствия всегда доступны для работы, ибо они могут быть установлены в любое время года, при любой погоде, любом состоянии грунта, на различной высоте и в различных комбинациях. Все это позволяет разнообразить и усложнять условия работы лошади.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ ЛОШАДИ

Совершенство лошади на препятствиях повышенного типа, нельзя забывать об ее общем развитии. Лошадь будет хорошо прыгать лишь в том случае, если она имеет здоровый вид, развитую и хорошо очерченную мускулатуру, хорошее дыхание и кровообращение, устойчивую нервную систему.

Такое состояние поддерживается только тренировкой общего характера. Поэтому лошади, которые готовятся только к состязаниям в свободные от специальной работы по напрыгиванию дни, должны проходить общий тренинг, т. е. упражняться под седлом различными аллюрами не менее 2—3 час. Такая работа полезна еще и потому, что приучает лошадь полностью подчиняться воле всадника, ощущать постоянный контакт между ним и собой, тонко воспринимать все употребляемые им средства управления.

Этот контакт, эти немедленные и правильные реакции на все действия всадника, быть может, нигде не играют такой большой роли, как на прыжке через повышенные препятствия, где одно неверное сближение корпуса всадника, не вовремя отданный повод сбивают лошадь с прыжка и заставляют ее терять равновесие.

Учитывая это, в основу подготовки лошади необходимо положить следующие моменты:

1) всестороннее физическое развитие природных качеств лошади, достижение полного взаимодействия между органами движения, дыхания, кровообращения и укрепление нервной системы;

2) овладение техникой полевой и манежной езды;

3) отработка таких полевых качеств, как выносливость, способность смело и ровно с соблюдением темпа двигаться по пересеченной местности, спокойно преодолевать встречающиеся естественные препятствия и препятствия усложненного манежного и полевого типов.

СРОКИ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОЙ ЛОШАДИ К ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРЕПЯТСТВИЙ

Выше уже говорилось, что усовершенствование подготовки спортивной лошади должно быть связано с особенностями ее организма. Не все лошади одинаково осваивают те или иные упражнения. Одни овладевают ими после нескольких занятий, другие задерживаются на повторении, а иногда даже приходится возвращаться назад, к начальным упражнениям.

Однако при разработке общего плана подготовки лошадей к преодолению препятствий эти особенности не учитывают, а ориентируются на среднюю лошадь и определяют срок ее подготовки в зависимости от возраста, состояния предварительной подготовки и тех условий, в которых она проходила.

Конкретно такой план рассчитывается на физически здоровую лошадь, имеющую возраст не моложе 5 лет, уверенно преодолевающую препятствия высотой до 1,2 м и шириной 3—5 м, но еще не обладающую достаточной техникой прыжка и поэтому нуждающуюся в специальной систематической подготовке для участия в усложненных состязаниях по преодолению препятствий.

Для такой лошади срок подготовки должен быть не менее восьми месяцев, т. е. если лошадь готовится к летним состязаниям в августе, то подготовку нужно начать примерно с января. Само собой разумеется, что лошадь круглый год должна нести какую-то нагрузку.

Время подготовки разбивается на три периода.

Первый период — подготовительный, продолжительность его два месяца.

Второй период — усовершенствование техники прыжка и общей тренировочной работы по тренингу и выезде в манежных условиях. Он длится два с половиной-три месяца.

Третий период — окончательная отработка техники прыжка в полевых условиях (открытый манеж). Длительность этого периода три месяца.

Вся подготовка складывается из напрыгивания, тренинга и манежной езды.

В пределах каждой недели того или другого периода работа строится таким образом:

- а) рабочих дней шесть, 7-й день — выходной;
- б) последовательность работы: 1-й день — тренинг, 2-й — напрыгивание на корде или в шпрингартене, 3-й — манежная езда, 4-й — напрыгивание на корде или в шпрингартене, 5-й — тренинг, 6-й день — манежная езда с напрыгиванием под всадником.

Во время напрыгивания лошадь должна работать на специально оборудованном манеже, где препятствия имеют определенную высоту, ширину и заложение и располагаются по особой системе. Лошадь совершает определенное количество прыжков и тренируется на корде, в шпрингартене и под всадником.

Тренинг включает в себя работу, состоящую из определенного сочетания аллюров различной продолжительности.

Напрыгивание, тренинг и манежная езда должны быть точно спланированы на каждую неделю.

Примерный план манежной езды может быть таким:

- 1) строевая рысь с переходом в прибавленную и с переменной направления — 5—8 мин.,
- 2) шаг — 2—3 мин.,
- 3) учебная рысь — 5—8 мин.,
- 4) шаг — 2—3 мин.,
- 5) учебная рысь — 5—8 мин.,
- 6) шаг — 3—5 мин.,
- 7) галоп — 5—10 мин.,
- 8) проводка в поводу — от 10—15 до 30 мин. (в зависимости от характера проделанной работы).

В зависимости от целей каждой недели время, отведенное на отработку того или иного упражнения, может несколько меняться.

Как уже было сказано, всю работу необходимо тесно увязывать с правильным кормлением, уходом и ветеринарно-санитарным наблюдением, которые должны проводиться по определенному плану. Дача овса в зависимости от веса и работы лошади должна постепенно увеличиваться. Обязательна ежедневная дача соли.

Теперь перейдем к рассмотрению характера и содержания работы каждого периода подготовки.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА ПО УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ТЕХНИКИ ПРЫЖКА

(первый период)

Как указывалось ранее, спортивная лошадь до специальной работы с ней должна уже иметь некоторые навыки преодоления препятствий. В отличие от тренировки молодой лошади, напрыгиваемой в шпрингартене на препятствиях высотой до 50 см, спортивная лошадь уже в подготовительный период должна преодолевать тройные корзинки высотой до 90 см — на корде и высотой 80 см с шириной заложения до 1,35 м — под всадником.

В течение подготовительного периода лошадь должна усвоить технику преодоления этих препятствий, ознакомиться со всевозможными типами одиночных препятствий. Всадник в это время обязан всесторонне изучать нрав, характер и способности своей лошади.

Основными целями первого периода обучения являются: выработка у лошади «расчета», темпа и баскюля, развитие и укрепление мускулатуры, укрепление нервной системы и воспитание спокойствия и уверенности в своих силах. Эти качества животное приобретает в результате систематической работы на препятствиях строго определенной высоты; расстановка их и количество прыжков также должны быть определенными. Применяемые здесь аллюры и их сочетания способствуют всестороннему развитию сердечно-сосудистой системы и органов дыхания животного.

Главнейшей формой обучения в этом периоде является напрыгивание, но, так как эта работа сложна и требует большого напряжения сил животного, ее производят не более двух-трех раз в неделю. В остальные дни лошадь должна нести работу общего тренировочного характера.

Напрыгивание должно начинаться с выработки у лошади баскюля и «расчета» при преодолении одиночных препятствий, а затем и корзинок из двух-трех препятствий высотой 80—90 см, находящихся друг от друга в 3—7 м. Высота каждого препятствия в корзинке должна быть различной.

Кроме корзинок, лошадь преодолевает также разнообразные одиночные отвесные препятствия и препятствия с широким заложением — до 1,5 м. Здесь она приучается работать шеей и поясницей, подбирать конечности, развивать гибкость тела, экономно расходовать свои силы на

прыжках. Чтобы не отбить у лошади охоту к этой работе, число прыжков в первом периоде не должно быть слишком велико: на корде — четырнадцать-шестнадцать, под всадником — десять-двенадцать.

Как правило, препятствия под всадником преодолеваются на рыси.

Особое внимание следует уделить видам препятствий и порядку их преодоления. Нельзя долго работать на одних и тех же препятствиях, их нужно разнообразить. Препятствия по своему виду должны быть такими, какие лошадь может встретить на местности во время состязания.

Тип препятствий в каждом отдельном случае определяется целями, которые ставятся в данный момент обучения. Так, для гимнастики и развития силы, спокойствия и уверенности лошади полезна корзинка из различных препятствий, как отвесных, так и с широким заложением; для выработки смелости и «расчета» необходимы одиночные препятствия, тоже отвесные и с широким заложением. Последнее препятствие, как одиночное, так и в корзинке, должно быть широким и на 5—10 см выше других, ибо оно предназначено для выработки у лошади одновременно широкого и высокого прыжка.

Среди препятствий всегда необходимо иметь канавы — открытые и с различными заложениями. В начале работы канава должна быть не шире 2—2,5 м. По мере того как лошадь станет легко справляться с такими канавами, ширину их постепенно увеличивают.

Для работы на корде препятствия постепенно повышаются до 1,1 м, заложение их увеличивается до 1,5 м, а ширина канавы — до 3,5 м.

Под всадником лошадь тренируется на препятствиях высотой до 1—1,1 м с заложением до 1,5 м.

Вместе с тем в первом периоде лошадь приучается преодолевать целые комбинации препятствий, расставленных по паркуру, на рыси ровным темпом, причем особое внимание следует обратить на поведение лошади, добиваясь смелости, спокойствия и уверенности ее на прыжке.

Подготовительный период можно считать законченным, если лошадь свободно, уверенно и чисто преодолевает любую комбинацию препятствий.

Ниже приводится примерный план подготовки спортсмена-конника и его лошади к преодолению препятствий в первом периоде.

Примерный план подготовки спортсмена-конника и его лошади к преодолению препятствий в первом периоде

1 и 2-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 45 мин. (из них 20 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 8—10; одиночные препятствия: каменная стенка, дощатый забор, пирамида, жердевой забор и канава с хердедем, высота — до 80 см, ширина заложения — 1 м, ширина канавы — 2,5 м (см. черт. 19);

б) под всадником: количество прыжков — 6—8; препятствия, их высота и заложение те же, что и для прыжков на корде; преодолеваются на произвольном, но ровном аллоре;

2) в дни манежной езды — 45 мин.;

3) в дни тренинга — 1 час 15 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 5 мин., шаг — 10 мин., рысь — 5 мин., шаг — 30 мин.).

Цель: 1) напрыгивания — ознакомление с препятствиями и начало выработки техники прыжка через одиночные препятствия;

2) манежной езды — ровность аллюров и спокойное движение лошади;

3) тренинга — спокойное движение по дорогам (скорость: шаг — 10 мин. 1 км, рысь — 5 мин. 1 км).

3 и 4-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 50 мин. (из них 20 мин. проводка);

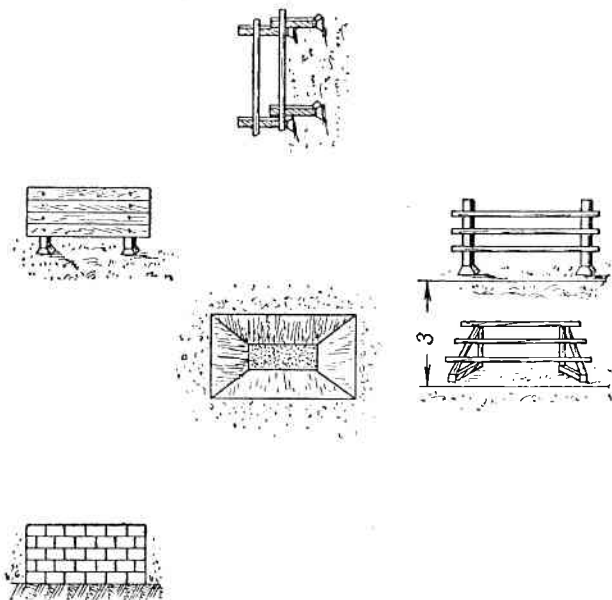
а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 10—12; двойная корзинка, высота каждого препятствия — 70 см, заложение — до 1 м, препятствия расставлены в 3 м друг от друга; одиночные препятствия: каменная стенка, параллельные брусья, дощатый забор, открытая канава шириной 2,5 м, высота препятствий 90 см (черт. 21);

б) под всадником: количество прыжков — 6—8; препятствия, их высота и заложение те же, что и для прыжков на корде; преодолеваются на рыси;

2) в дни манежной езды — 45 мин.;

3) в дни тренинга — 1 час 23 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 5 мин., шаг — 10 мин., рысь — 5 мин., шаг — 10 мин., широкая рысь — 3 мин., шаг — 25 мин.).

Цель: 1) напрыгивания — начало выработки спокойного, технически правильного прыжка; обратить особое внимание на предоставление лошади свободы и само-



Черт. 21

стоятельности при прыжке, не мешая ей поводом или кордой;

2) манежной езды — плавный переход из одного аллюра в другой, четкость поворотов на месте, вырабатывающих у лошади спокойствие;

3) тренинга — начало выработки ровности движения по дорогам (скорость: шаг — 10 мин. 1 км, рысь — 5 мин. 1 км, широкая рысь — 4 мин. 1 км).

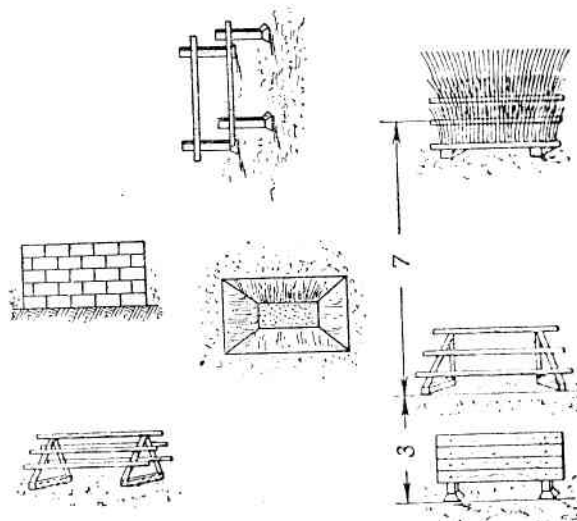
5 и 6-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 50 мин. (из них 25 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 12—14; тройная корзинка, высота каждого препятствия — 90 см, заложение — до 1,25 м; препятствия отстоят друг от друга: второе от первого — в 3 м, третье от второго —

в 7 м; одиночные препятствия: каменная стенка, жердевой забор, пирамида, параллельные брусья, высота — 1,1 м, заложение — 1,5 м, открытая канава шириной 3,5 м (черт. 22);

б) под всадником: количество прыжков — 8—10; препятствия, их высота и заложение те же, что и для прыжков на корде; преодолеваются на рыси;



Черт. 22

2) в дни манежной езды — 45 мин.;

3) в дни тренинга — 1 час 30 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 7 мин., шаг — 10 мин., рысь — 8 мин., шаг — 10 мин., широкая рысь — 5 мин., шаг — 25 мин.).

Цель: 1) напрыгивания — усовершенствование работы предыдущих недель; обратить внимание на спокойное

преодоление лошады препятствия с тем, чтобы после него она не увеличивала аллюра;

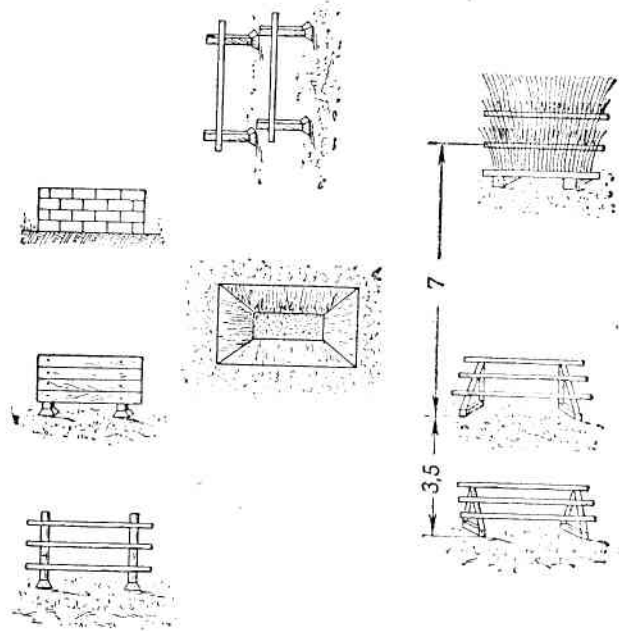
2) манежной езды — выполнение лошады поворотов влево, направо, назад; отработка постановления и ровности аллюра при этих движениях; плавный подъем в галоп;

3) тренинга — продолжение работы предыдущих недель (скорость движения та же, что и в 4-й неделе).

7 и 8-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 50 мин. (из них 30 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 14—16; тройная корзинка, высота каждого препятствия —



Черт. 23

90 см, заложение — до 1,35 м, препятствия отстоят друг от друга: второе от первого — в 3,5 м, третье от второго — в 7 м; одиночные препятствия, их высота и заложение те же, что и 5 и 6-й недель, кроме пирамиды, которая заменяется дощатым забором (черт. 23);

б) под всадником: количество прыжков — 10—12; препятствия, их высота и заложение те же, что и для прыжков на корде; преодолеваются на рыси;

2) в дни манежной езды — 45 мин.;

3) в дни тренинга — 1 час 35 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., галоп — 5 мин., шаг — 25 мин.);

Цель: 1) напрыгивания — усовершенствование работы предыдущих недель; обратить особое внимание на спокойный подход лошади к препятствию перед прыжком и на спокойное ровное движение после прыжка;

2) манежной езды — усовершенствование работы предыдущей недели;

3) тренинга — дальнейшая отработка ровности и темпистости движения по дорогам (скорость: шаг — 11 мин. 1 км, рысь — 1-й реприз — 4,5 мин. 1 км, 2-й — 5,5 мин. 1 км, галоп — 3,5 мин. 1 км).

УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ПРЫЖКА И ОБЩЕЙ ТРЕНИРОВКИ

(второй период)

Во втором периоде обучения продолжается работа на корде. Преодолеваются препятствия разнообразного типа и комбинаций, но высота их больше, чем в первом периоде. Особое внимание обращают на выработку у лошади правильного и экономного прыжка.

Важнейшей целью работы на корде в это время является развитие гибкости холки при прыжке.

Разработанная, гибкая холка играет существенную роль на прыжке в момент подвешивания. Когда шея лошади находится в свободном состоянии, мускульными усилиями холки животное подтягивает плечи вперед-вверх, что дает ему возможность преодолеть препятствие, не тратя усилий на поднятие всего корпуса над препятствием больше, чем следует.

Выгода такого прыжка состоит в том, что лошадь проходит совсем близко над препятствием, не цепляясь за него передними конечностями, ибо последние выбрасываются вперед из-под корпуса и направляются почти параллельно шее. Если бы лошадь не умела реализовать этой подъемной силы своей холки, то вместо посылы передних ног вверх и вперед она подобрала бы их под себя, а чтобы не заце-

питься корпусом, должна была бы ценой больших усилий поднять свое тело высоко над препятствием, т. е. неэкономно, непроизводительно расходовать энергию, чего допускать нельзя. Вся предыдущая работа по напрыгиванию на корде в первом периоде и под всадником, собственно, и сводилась к тому, чтобы обеспечить правильную взаимную работу холки и передних конечностей на прыжке.

Но действие холки должно быть согласовано также и с действием шеи лошади. Развитие такого контакта в работе холки и шеи на прыжке является целью следующего этапа напрыгивания — второго периода.

Взаимодействие холки и шеи лошади необходимо преимущественно в момент отталкивания. В это время голова и шея определяют крутизну траектории прыжка; в зависимости от этой крутизны лошадь использует холку, поднимая плечи и конечности настолько, насколько это нужно для нормального прыжка.

Согласованность и взаимодействие головы, шеи, холки и конечностей на прыжке достигаются напрыгиванием на такой системе препятствий, которая требовала бы от лошади и настильного высокого прыжка и прыжка с крутой траекторией. Эта система представляет собой сложные разнообразные препятствия, расположенные по типу корзинок, составленных из четырех-пяти препятствий различной высоты, с широким заложением, обуславливающим различную траекторию и различное силовое напряжение в момент преодоления корзишки. Препятствия отстоят друг от друга на 3—3,5 и 6—7 м. Упражнения на таких препятствиях не только всесторонне развивают лошадь, но и приучают ее к экономному расходованию своих сил.

Наряду с этим полезны упражнения по преодолению корзинок, устанавливаемых в углах манежа. Их лошадь вынуждена будет преодолевать, находясь в согнутом в боку положении. Вместе с тем она должна одновременно производить сгибание позвоночника в вертикальной и горизонтальной плоскостях вправо и влево.

Заключительным этапом второго периода будет отработка правильного взаимодействия передних и задних ног лошади на широких и высоких препятствиях. Обычно в этих случаях задние ноги сообщают телу лошади поступательное движение вверх и вперед больше, чем следует. Это движение частично поглощается и выправляется совместной работой холки, головы и передних конечностей.

Наконец, во второй период нужно отработать также и поясницу лошади, которая должна сгибаться так, чтобы задние ноги становились как можно дальше вперед, а передние опускались не дальше, чем требует крутизна препятствия.

Таким образом, вся работа по напрыгиванию во втором периоде в основном направлена на то, чтобы освободить лошадь от ненужной затраты энергии и чрезмерной работы мускульной системы во время преодоления препятствий.

Напрыгивание производится на корде, причем манеж оборудуется системой сложных препятствий с заложением до 2—2,5 м, расставленных по типу трех корзинок. Препятствия в корзинках ставятся одно от другого в 3—2,75 м.

Обычно этими препятствиями бывают: дощатый забор с херделями спереди и сзади при общем заложении не менее 2 м, каменная стенка — также с двумя херделями при общем заложении до 2 м. Последней устанавливается пирамида с заложением до 2,5 м. Высота первых двух препятствий — 0,9—1 м, последнего — до 1,2—1,3 м. Для одиночных прыжков применяются широкие засеки, открытые и закрытые канавы.

Под всадником преодолеваются препятствия, имеющие спереди и сзади канавы при общем заложении до 3 м и высотой до 1—1,2 м. Препятствия расставляются по паркуру и преодолеваются на ровном галопе, причем количество прыжков не превышает 14—16.

Ниже приводится примерный план подготовки спортсмена-конника и его лошади к преодолению препятствий во втором периоде.

Примерный план подготовки спортсмена-конника и его лошади к преодолению препятствий во втором периоде

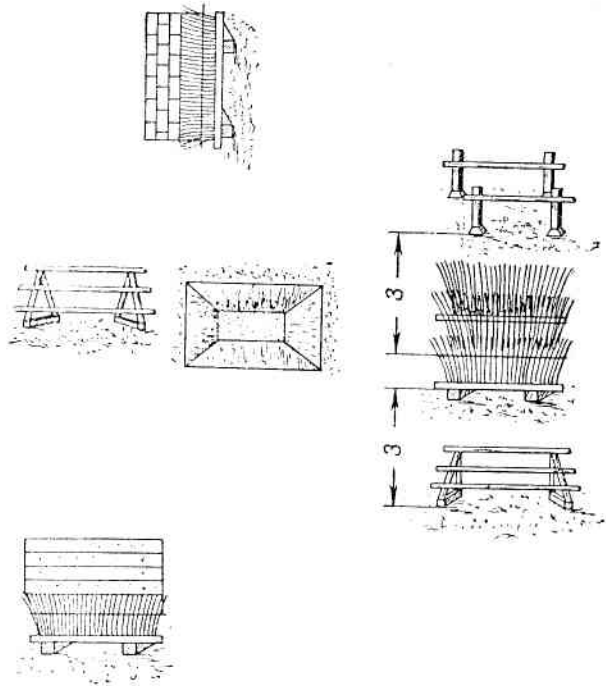
1 и 2-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 50 мин. (из них 30 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 16—18; тройная корзинка, высота каждого препятствия 80 см, заложение — до 1,5 м, препятствия расположены друг от друга в 3 м; одиночные препятствия: открытая канавка шириной 3 м, каменная стенка, дощатый забор, пирамида, высота — 90 см; к каждому препятствию по:

ставляется хердель с таким расчетом, чтобы заложение дошло до 1,5 м (черт. 24); одиночные препятствия преодолеваются в обе стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 10—12; препятствия, их высота и заложение те же, что и для прыжков на корде; препятствия расставлены по паркуру; перед препятствием подъем с рыси в галоп, после — рысь;



Черт. 24

2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренировки — 1 час 35 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., рысь — 10 мин., шаг — 10 мин., галоп — 5 мин., шаг — 25 мин.).

Цель: 1) напрыгивания — спокойное и уверенное преодоление лошастью препятствия; обратить внимание на свободу головы и шеи ее на прыжке;

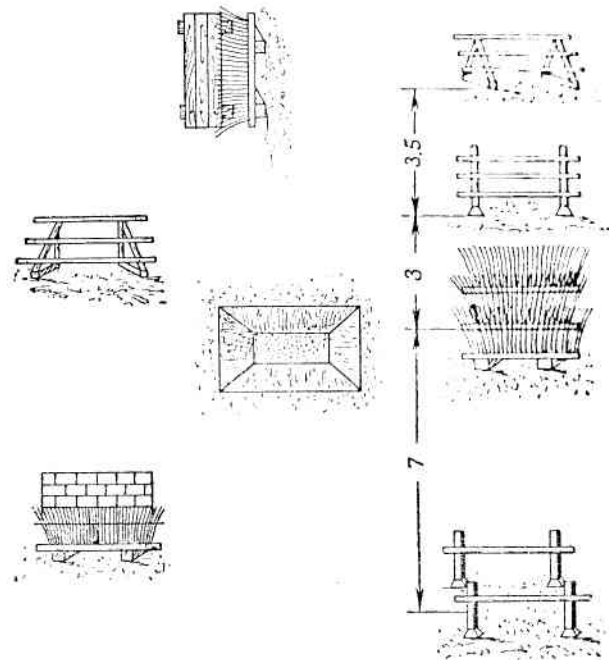
2) манежной езды — отработка правильного постановления, спокойствия на галопе, вольты на галопе.

3) тренировки — усовершенствование работы предыдущего периода по выработке спокойного, ровного движения (скорость та же, что и в предыдущей неделе).

3 и 4-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 55 мин. (из них 30 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 18—20; корзинка из четырех препятствий, высота каждого



Черт. 25

90 см, заложение — до 1,5 м, препятствия отстоят друг от друга: второе от первого — в 7 м, третье от второго — в 3 м, четвертое от третьего — в 3,5 м; одиночные препятствия — открытая канава шириной 3 м, каменная стенка, дощатый забор, пирамида, высота — 1 м; к каждому препятствию подставляется хердель с таким расчетом, чтобы заложение дошло до 1,75 м (черт. 25); одиночные препятствия преодолеваются в обе стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 10—12; препятствия, их высота и заложение те же, что и для прыжков на корде; препятствия расставлены по паркуру, перед препятствием подъем с рыси в галоп, после — рысь;

2) в дни манежной езды — 55 мин.;

3) в дни тренинга — 1 час 37 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 12 мин., шаг — 8 мин., рысь — 13 мин., шаг — 7 мин., галоп — 7 мин., шаг — 25 мин.).

Цель: 1) напрыгивания — достижение гибкости в холке при прыжке, т. е. такой ее работы, когда лошадь затрачивала бы минимум усилий для переброски себя через препятствие, когда при совершенно свободной шее в момент подвисяния над препятствием было бы ясно видно, как лошадь убирает плечи вверх и вперед;

2) манежной езды — отработка остановок при мягком упоре в повод, осаживание, плавный подъем в галоп;

3) тренинга — совершенствование работы предыдущей недели по выработке спокойного, ровного движения (скорость: рысь — 1-й реприз — 5,5 мин. 1 км, остальное без изменений).

5 и 6-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 55 мин. (из них 30 мин. проводка);

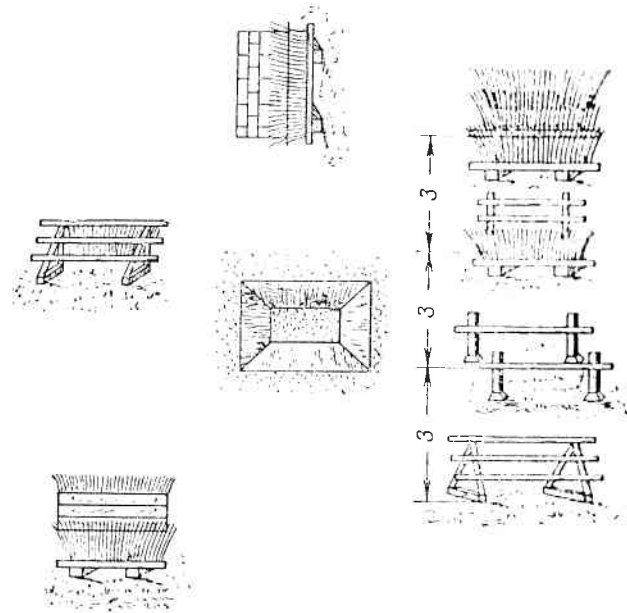
а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 20—22; корзинка из четырех препятствий, высота каждого — 1 м, заложение — до 1,75 м, препятствия отстоят друг от друга в 3 м; одиночные препятствия те же, что и предыдущей недели, но высота их 1,1 м; к каждому препятствию подставляется второй хердель с таким расчетом, чтобы заложение дошло до 2 м (черт. 26); одиночные препятствия преодолеваются в обе стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 12—14; препятствия, их высота и заложение те же, что и для прыжков на корде; препятствия расставлены по паркуру; движение между ними рысью; не доходя 10—12 м до препятствия, плавная остановка, затем подъем в галоп, преодоление препятствия, переход в рысь и остановка.

Если лошадь тянет, горячится, не следует идти на препятствие, а, сделав несколько вольтов, успокоить ее, после чего направить на препятствие;

2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренинга — 1 час 40 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 15 мин., шаг — 5 мин., рысь — 15 мин., шаг — 5 мин., галоп — 10 мин., шаг — 25 мин.); скорость



Черт. 26

рысь — 1-й реприз — 6 мин. 1 км, остальное без изменений.

Цель напрыгивания, манежной езды и тренинга — совершенствование работы предыдущей недели.

7 и 8-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 1 час (из них 30 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 21—23; корзинка из четырех препятствий, высота каждого — 1 м, заложение — до 2 м, препятствия расположены друг от друга: второе от первого — в 7 м, третье от второго — в 3 м, четвертое от третьего — в 3,5 м, первое препятствие — параллельные брусья; одиночные препятствия: открытая канава шириной 3,25 м, каменная стенка, дощатый

забор, пирамида; высота — до 1,1 м; к каждому препятствию подставляется хердель с таким расчетом, чтобы заложение доходило до 2 м (см. черт. 25); одиночные препятствия преодолеваются в обе стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 12—13; препятствия, их высота и заложение те же, что для прыжков на корде; препятствия расставлены по паркуру; движение между ними — на рыси; не доходя 10—12 м до препятствия, подъем в галоп, затем вольт перед препятствием, преодоление, переход в рысь, остановка, оглаживание лошади и снова движение рысью, подъем в галоп, вольт и т. д.;

2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренинга — 1 час 45 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 17 мин., шаг — 5 мин., рысь — 18 мин., шаг — 5 мин., галоп — 10 мин., шаг — 25 мин.).

Ц е л ь: 1) напрыгивания — отработка гибкости в холке на прыжке;

2) манежной езды — отработка вольтов на рыси и галопе, остановки и осаживания;

3) тренинга — совершенствование ровности движения на всех аллюрах (скорость та же, что и в предыдущей неделе).

9 и 10-я недели

С у т о ч н а я н а г р у з к а: 1) в дни напрыгивания — 1 час (из них 30 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 22—24; корзинка из четырех препятствий, высота первых трех — 1 м, последнего — 1,2 м, заложение — до 2 м, препятствия расставлены друг от друга в 3 м; одиночные препятствия те же, что и в предыдущей неделе, добавляется наезд, высота — 1,25 м, заложение — 2,25 м (черт. 27), преодолеваются в обе стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 12—15; препятствия те же, что и для прыжков на корде, но снижены на 10 см; метод движения тот же, что и в предыдущей неделе;

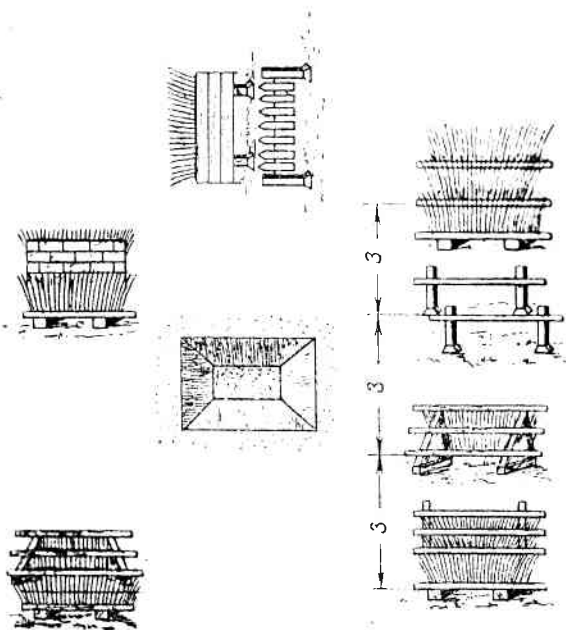
2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренинга — 1 час 50 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 20 мин., шаг — 5 мин., галоп — 10 мин., шаг — 25 мин.).

Ц е л ь: 1) напрыгивания — достижение правильного взаимодействия работы головы, шеи и холки лошади на прыжке;

2) манежной езды — усовершенствование работы 7 и 8-й недель;

3) тренинга — совершенствование работы предыдущей недели (скорость движения та же).



Черт. 27

11 и 12-я недели

С у т о ч н а я н а г р у з к а: 1) в дни напрыгивания — 1 час 10 мин. (из них 40 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 23—25; корзинка из четырех препятствий, высота первого — 1,1 м, второго и третьего — 1 м, последнего — 1,2 м, заложение — 2,25 м; препятствия расположены друг от друга в 3,5 м; одиночные препятствия: открытая канава шириной 3,5 м, фазанья дорожка, проезд между дорогами, земляной вал с двумя канавами, наезд, калитка, высота — до 1—1,3 м, заложение — до 2,5 м; преодолеваются в обе стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 14—16; препятствия те же, что и для прыжков на корде, но снижены на 10 см; движение рысью перед препятствием, затем подъем в галоп, после преодоления — вольт, переход в рысь, остановка и т. д.;

2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренинга — 1 час 50 мин. (шаг — 25 мин., рысь — 20 мин., шаг — 5 мин., рысь — 20 мин., шаг — 5 мин., галоп — 10 мин., шаг — 25 мин.).

Цель: 1) напрыгивания — совершенствование работы предыдущей недели;

2) манежной езды — усовершенствование плавного перехода из меньшего аллюра в больший и наоборот;

3) тренинга — усовершенствование ровности аллюров (скорость та же, что и на предыдущей неделе).

ОКОНЧАТЕЛЬНАЯ ОТРАБОТКА ТЕХНИКИ ПРЫЖКА

(третий период)

Как уже говорилось, основной целью этого периода является дальнейшая работа с лошадыю по усовершенствованию прыжка под всадником с преодолением на резвых аллюрах всевозможных естественных полевых препятствий. Однако полевая работа не должна исключать или заменять ни корду, ни шпрингартен, ни преодоление препятствий под всадником в манеже или на специально оборудованной площадке.

Являясь лишь частью общей работы, которая завершает собой всю предыдущую, полевая подготовка должна проводиться параллельно с напрыгиванием на корде и под всадником. Хотя в процессе предыдущей работы в манеже на корде и под всадником лошадь научилась преодолевать препятствия высотой до 1,3 м и шириной 3—3,5 м, продолжать полевую подготовку на таких же препятствиях вначале не следует. Здесь также нужно соблюдать строгую последовательность в нагрузке, чтобы чрезмерной работой не отбить у лошади охоту к прыжкам.

На первых порах препятствия необходимо снизить до 80—90 см, заложение их довести до 2 м, а число прыжков ограничить до 12 в день. Когда лошадь научится смело, охотно и уверенно преодолевать указанные препятствия, их можно постепенно усложнять и к концу периода довести

высоту до 1,6 м, ширину — до 3,5—4 м, а число прыжков увеличить до 26.

Для полевой подготовки лошади должны быть организованы различные по трудности маршруты с естественными препятствиями. Если таких препятствий на местности окажется или будет недостаточно, маршрут можно оборудовать искусственными препятствиями. Обычно это высокие заборы, палисады, живая изгородь, земляные валы, всевозможные каналы — открытые, сухие и наполненные водой, небольшие броды и препятствия, преодолеваемые прыжками сверху вниз и снизу вверх.

Первоначально на препятствиях применяется шаг и ровная рысь. По мере того как лошадь усвоится, перестанет суетиться и горячиться перед препятствиями и в них, можно перейти к преодолению их на галопе, не увеличивая высоты и ширины их.

Проводится это следующим образом: за 15—20 м перед препятствием лошадь поднимают в галоп и двигаются свободно, ровным темпом, следя за тем, чтобы животное перед прыжком не замедляло и не ускоряло движения. После прыжка проезжают 15—20 м галопом, а затем переводят лошадь в рысь и опять поднимают в галоп. Так проделывают перед каждым препятствием. Когда лошадь будет спокойно и уверенно прыгать через препятствия описанным выше способом, можно переходить к преодолению их на галопе, постепенно их усложняя.

Во время полевой работы могут быть случаи нарушения правил прыжка.

Очень часто, например, лошади замедляют ход перед препятствием. Причиной этого чаще всего бывает сам всадник, который из-за недостаточной опытности в момент подхода к препятствию упирается в холку руками, одновременно отставляет шенкеля от боков лошади. Последняя, чтобы избавиться от неизбежного в этом случае скака, сокращает ход. Иногда замедление вызывается тем, что лошадь ввиду ускоренных темпов подготовки ее просто не приобрела уверенности в своих силах. В первом случае нужно плотнее прижимать в темп движения шенкеля, во втором — снизить высоту препятствия и перейти к преодолению его на рыси.

Иногда лошадь, увидя препятствие, ускоряет движение, а то и просто бросается на препятствие.

Причиной этого, как правило, является неопытность

всадника. Например, всадник на быстром аллюре может «отдавать» корпус назад и приподнять руки. Стремясь сохранить равновесие и удержаться в седле, он инстинктивно разворачивает колени и носки и таким образом вонзает в бока лошади шпоры. От боли и неожиданности она бросается вперед. Откинутый корпус и поднятые руки будут мешать лошади правильно преодолеть препятствие, и, следовательно, она получит двойной цук: перед прыжком — шпорой, после прыжка — неправильной посадкой. Частое повторение таких прыжков может выработать у животного болевой условный рефлекс, вызываемый одним видом препятствия.

Стремясь избежать болевых ощущений в полости рта и в области поясницы, лошадь ускоряет аллюр. В таких случаях иногда бывает достаточно снять шпоры, как лошадь становится гораздо спокойнее и на приближении, и на остальных стадиях прыжка. Если этого не сделать и продолжать тренироваться без соблюдения основных правил посадки, лошадь, безусловно, будет испорчена.

Иногда лошадь просто упрямится, капризничает, не желает выполнять требований всадника. В этом случае ее нужно энергично выслать шенкелями вперед, а если это не поможет, применить шпоры и хлыст.

В результате обучения к концу периода лошадь должна легко проходить по местности 4—6 км полевым галопом, преодолевая на пути четырнадцать-пятнадцать препятствий.

Работа с лошадей на корде или в шпрингартене в последнем периоде сводится к преодолению новых различных препятствий полевого типа, поставленных в манеже и в поле. Это подготавливает животное к более уверенным прыжкам через эти препятствия под всадником. Нужно рекомендовать перед преодолением препятствий под всадником заставить лошадь прыгать через них с обеих сторон на корде. Иногда полезно несколько увеличивать препятствия, но злоупотреблять этим не следует. Также полезно изредка потренировать лошадь и на корзинах.

В занятиях по преодолению препятствий под всадником по паркуру надо соблюдать строгую постепенность и последовательность как в числе препятствий, их высоте и ширине, так и в трудности их расположения и резвости аллюров. Причем здесь также следует сначала потренироваться на преодолении всех препятствий на корде и лишь после этого перейти к прыжкам через них под всадником.

Работа под всадником в манеже проводится на пониженных барьерах, вначале на рыси. По мере того как лошадь будет приобретать спокойствие, смелость и «расчет», можно переходить на галоп, делая по два-три прыжка сразу. После работы лошади дать в виде награды отдых.

Преодолевать весь паркур — 12—16 прыжков — сразу можно только в конце периода и на невысоких препятствиях.

В процессе подготовки, с конца второго периода, лошадь может участвовать в конноспортивных состязаниях по преодолению препятствий, но обязательно с учетом степени ее подготовленности. Особенно это должно учитываться при записи лошадей на состязания по преодолению препятствий «трудного» и «высшего» классов. Нужно всегда помнить, что непосильные препятствия отобьют у животного всякую охоту к работе и сделают его нервным. Поэтому лучше придерживаться более простого маршрута и не злоупотреблять количеством повышенных препятствий.

К концу периода лошадь должна иметь просторный галоп и брать препятствие с хода. Лошади, приостанавливающиеся перед прыжком через полевые препятствия, будут преодолевать их всегда плохо, поэтому с такой привычкой нужно настойчиво бороться.

В это же время напрыгивание под всадником проводится вначале через препятствия не выше 1,2 м; число их не должно превышать 10—12. В дальнейшем высота увеличивается до 1,5 м, а количество препятствий — до 20.

К концу периода лошадь доводится до резвых галопов на дистанцию 2—3 км с расчетом, чтобы она была готова преодолевать препятствия с резвостью 300—400 м в минуту.

Примерный план подготовки спортсмена-конника и его лошади к преодолению препятствий в третьем периоде

1 и 2-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 1 час 10 мин. (из них 40 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 26—28; препятствия те же, что в последней неделе второго периода, но высота их уменьшается на 20 см, заложение — до 2 м, а число прыжков — до 12 в день. К одиночным препятствиям добавляется засека между двумя канавами, высота — 1,3—1,4 м; препятствия преодолеваются с обеих стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 16—18; препятствия те же, что и для прыжков на корде, понижены на 10 см; препятствия расставлены по паркуру; аллюр — галоп;

2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренинга — 1 час 50 мин. (шаг — 35 мин., рысь — 20 мин., шаг — 5 мин., галоп — 15 мин., шаг — 35 мин.); скорость движения; шаг — 9 мин. 1 км, рысь — 4,5 мин. 1 км, галоп — 3 мин. 1 км.

Цель: 1) напрыгивания — отработка правильного взаимодействия передних и задних ног лошади при преодолении широкого и высокого препятствий.

Вся эта работа должна быть подчинена основной цели — освободить лошадь при преодолении препятствий от ненужной затраты энергии, в частности от чрезмерной загрузки мускульной системы и суставных связей;

2) манежной езды и тренинга — дальнейшее усовершенствование работы предыдущих недель.

3 и 4-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 1 час 15 мин. (из них 45 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 28—30; корзинка из тех же препятствий, с той же высотой и заложением, что и в предыдущей неделе; препятствия расположены; второе от первого — в 3,5 м, третье от второго — в 7 м, четвертое от третьего — в 3 м; одиночные препятствия те же, что и в предыдущей неделе;

б) под всадником: количество прыжков — 18—20; препятствия те же, что и для прыжков на корде, но снижены на 10 см; преодолеваются на галопе;

2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренинга — 1 час 50 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 25 мин., шаг — 5 мин., галоп — 20 мин., шаг — 30 мин.); скорость та же, что и в предыдущей неделе.

Цель: 1) напрыгивания — усовершенствование работы предыдущей недели;

2) манежной езды и тренинга — дальнейшее усовершенствование работы предыдущих недель.

5 и 6-я недели

Суточная нагрузка: 1) в дни напрыгивания — 1 час 20 мин. (из них 50 мин. проводка);

а) на корде или в шпрингартене: количество прыжков — 30—32; корзинка из тех же препятствий, но высота первых прыжков увеличивается до 1,1 м, последнего — до 1,3, заложение — 2,5 м; препятствия находятся друг от друга: второе от первого и третье от второго — в 3,5 м, четвертое от третьего — в 3 м; одиночные препятствия те же, но высота их и заложение увеличиваются соответственно до 1,5 и 2,5 м; препятствия преодолеваются в обе стороны;

б) под всадником: количество прыжков — 20—22; препятствия те же, что для прыжков на корде, но снижены на 10 см; расставлены по паркуру, преодолеваются на галопе, сериями по 2—3 препятствия, после чего остановка, подъем в галоп и т. д.;

2) в дни манежной езды — 1 час;

3) в дни тренинга — 1 час 50 мин. (шаг — 30 мин., рысь — 25 мин., шаг — 5 мин., галоп — 20 мин., шаг — 30 мин.);

Цель: 1) напрыгивания — окончательная отшлифовка техники прыжка;

2) манежной езды — отработка подъема в галоп с шага, вольты направо, налево, назад, остановки, осаживание;

3) тренинга — отшлифовка ровности аллюров (скорость движения та же, что и в предыдущей неделе).

7 и 8-я недели

Последовательность работы 7 и 8-й недель следующая: 1-й день — напрыгивание на корде или в шпрингартене; препятствия и цель те же, что в 5 и 6-й неделях;

2-й день — манежная езда;

3-й день — тренинг; расчет движения тот же, что и в 5 и 6-й неделях;

4-й день — напрыгивание на корде; препятствия те же, что будут на состязаниях в конкур-иппике «охотничий класс»; количество прыжков — не более 25;

5-й день — тренинг; расчет движения тот же, что и в 3-й день;

6-й день — преодоление под всадником расставленных по паркуру препятствий конкур-иппика «охотничий класс»; скорость — 3 мин. 1 км, количество прыжков — не больше 15;

7-й день — отдых.

9 и 10-я недели

Последовательность работы 9 и 10-й недель следующая:
1-й день — напрыгивание на корде или в шпрингартене, препятствия те же, что и в 7—8-й неделях; одиночные препятствия повышаются от 1,5 до 1,6 м;

2-й день — манежная езда;

3-й день — часовая проводка;

4-й день — напрыгивание на корде; препятствия те же, что будут на состязаниях в конкур-иппике «трудный класс»; количество прыжков — не более 26;

5-й день — часовая проводка;

6-й день — преодоление под всадником расставленных по паркуру препятствий конкур-иппика «трудный класс»; скорость — 3 мин. 1 км, число прыжков — 20;

7-й день — отдых, утром и вечером по 40 мин. проводка.

11-я неделя

Последовательность работы 11-й недели следующая:
1-й день — напрыгивание на корде 50% количества препятствий конкур-иппика «высший класс»; количество прыжков — не больше 20, из них 10 — через препятствия высотой 1,4 м, 5 — через препятствия высотой 1,45 м и остальные — высотой 1,5 м;

2-й день — манежная езда;

3-й день — часовая проводка;

4-й день — напрыгивание на корде оставшихся после 1-го дня препятствий конкур-иппика «высший класс», количество прыжков — не более 20;

5-й день — часовая проводка и отдых;

6-й день — преодоление под всадником расставленных по паркуру препятствий конкур-иппика «высший класс»; скорость — 3 мин. 1 км; число прыжков — не более 24;

7-й день — отдых.

Работа 12-й недели производится по усмотрению тренера. Основное назначение ее — устранить недочеты по преодолению лошадей отдельных препятствий. Работа должна быть построена так, чтобы нагрузка лошади постепенно шла на убыль.