

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 1»
Г. ТАГАНРОГА
ОТДЕЛЕНИЕ КОННОГО СПОРТА**

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
«ВЫЕЗДКА СПОРТИВНОЙ ЛОШАДИ»**

Автор:
Белокобыльская И.И.

г. Таганрог
2020 г.

Содержание

	Стр.
Введение	3
1. Этапы подготовки лошади.	5
2. Порядок подгонки трензельного и мундштук железа ко рту лошади.	11
3. Отработка сбора.	13
4. Работа с лошадыю в руках.	15
5. Обучение лошади работе на кавалетти.	18
6. Обучение лошади пониманию средств воздействия на основных аллюрах.	18
6.1. Шаг.	18
6.2. Рысь.	20
6.3. Галоп.	22
7. Боковые движения.	23
7.1. Траверс.	24
7.2. Принимание.	26
8. Обучение лошади перемене ног на галопе.	28
9. Пируэты.	31
10. Осаживание.	36
Литература	37

Введение

В последнее время в конноспортивных школах значительно увеличилось число спортивных лошадей с явным перевозбуждением нервной системы. Причины различны. Это приобретение лошадей, прошедших тяжелые скаковые испытания, грубое обращение с молодняком при уходе, заездке или во время тренинга. Да и в самих школах тренеры и спортсмены не всегда терпеливы при подготовке молодых лошадей. Форсируют подготовку преждевременным применением мундштука, шпор, креплением корды за трензельное кольцо, используя другие жесткие средства воздействия. При этом нередко бывает, что молодая лошадь начинает довольно хорошо выполнять некоторые элементы езды. Однако такое форсирование обычно печально кончается. Лошади начинают скрежетать зубами, мотать головой, отказываются от движения вперед, то есть проявляют явные признаки перевозбуждения нервной системы. У таких лошадей резко укорачивается длина шага, нарушается четкость движения.

Начальная тренировка будущей спортивной лошади - первый, очень важный и довольно сложный этап выездки. В начале его ставятся задачи приучения лошади к спортивному снаряжению, неременного подчинения человеку (тренеру и ездоку), совершенствования естественных движений и развития гибкости.

Прежде чем приступить к выездке лошади, необходимо ознакомиться с ее экстерьером и качеством движений, определить характер и темперамент, что позволит более рационально спланировать начальный этап подготовки.

В центре внимания спортсмена и тренера должен находиться организм лошади в целом, как естественное единство различных физиологических функций, взаимосвязь между которыми обеспечивается деятельностью центральной нервной системы. Лошадь, в период своего существования подвергается всевозможным многообразным воздействиям или так называемым раздражениям со стороны внешней среды. Внешние раздражения воздействия на центральную нервную систему лошади вызывают те или иные ответные реакции со стороны ее организма, называемые рефlekсами. Есть безусловные рефlekсы, как пищевой, оборонительный и т. д., которые обеспечивают в определенных рамках жизнедеятельность организма. Однако приспособление к новым условиям существования, выработка определенных форм поведения и двигательных навыков осуществляются при помощи вырабатываемых у лошади условных рефlekсов. Условные рефlekсы образуются на базе безусловных при непосредственном участии в их образовании высших отделов головного мозга - коры больших полушарий.

Все вырабатываемые в процессе выездки у лошади условные рефлексы связаны с двигательными реакциями. Лошадь довольно быстро вырабатывает двигательные условные рефлексы и прочно их сохраняет.

Условно-рефлекторные связи, являющиеся основой двигательных навыков спортивных лошадей, образуются в высших отделах центральной нервной системы и запечатлеваются сначала в виде краткосрочной (оперативной) памяти, которая затем трансформируется в долговременную. Стабильное воспроизведение вновь образованных двигательных навыков возможно у лошадей лишь в том случае, если они являются результатом информации из долговременной памяти. В этой связи становится понятной причина глубоких срывов высшей нервной деятельности, возникающих у спортивных лошадей в тех случаях, когда к ним предъявляют жесткие требования немедленной реализации отрабатываемых двигательных навыков.

Поэтому должна быть определенная система в подготовке молодой лошади, основанной на принципах многократного повторения упражнений, постепенности усложнения задач, последовательности в использовании тех или иных приемов выездки.

1. Этапы подготовки лошади.

Первый этап выездки молодой лошади состоит из работы на корде в течение 1-1,5 мес. В дальнейшем работу на корде используют для разминки лошади в течение 15 - 20 мин, а основную часть занятия проводят под всадником. В первые недели работы всадник должен выработать контакт с поводом, что достигается благодаря периодическому активному действию шенкелей и мягкой работой пальцев и кистей рук. Затем отрабатывают реакцию лошади на высылающее воздействие веса всадника для ускорения или прекращения движения.

Когда лошадь научится отвечать на действие повода, шенкелей и веса всадника, а также будет раскрепощенно двигаться свободной рысью, приступают к отработке рабочей рыси, как основного учебного аллюра, являющегося основой для развития средней и собранной рыси. При отработке рабочей рыси надо следить за тем, чтобы лошадь, удлиняя свой шаг за счет более энергичного толчка задними конечностями, сохраняла прежний ритм - количество шагов в единицу времени должно быть неизменным.

При выработке средней рыси начинают буквально с нескольких шагов удлинения рабочей рыси. Лишь через несколько недель можно пройти средней рысью длинную стенку манежа, а затем и весь манеж. В этот же период отрабатывают остановки с шага и с рыси. Когда лошадь свободно переходит с рабочей рыси на среднюю и обратно, можно начинать осваивать подъем в галоп с рыси. В отдельных случаях, при легком и уверенном подъеме лошади в галоп на корде, можно это упражнение отрабатывать под всадником при работе на рабочей рыси.

Отработав свободные переходы с рыси на рабочий галоп и обратно, можно повышать темп движения до среднего галопа, а через несколько недель переходить к отработке собранного галопа и остановкам. После отработки аллюров, правильных и своевременных переходов из одного в другой, то есть четкого освоения сбора и прямых стиганий, переходят к упражнениям боковых движений. Обычно начинают с "откидывания" зада на месте, а затем и под всадником.

Хорошим подготовительным упражнением является движение плечом внутрь. Затем переходят к упражнению "уступка шенкеля", то есть принятие с обратным постановлением. На протяжении 1 - 1,5-летнего периода первоначального обучения лошади в отдельные дни включают работу на кавалетти, прыжки с шага и рыси через препятствия высотой до 40- 80 см.

Лишь после освоения лошадью всех указанных, упражнений, как правило, через полтора года начинают отработку прибавленной рыси путем удлинения шагов средней рыси. Освоив прибавленную рысь, приступают к отработке прибавленного галопа, как правило, в условиях открытых площадок или дорожек. Отработав переход от прибавленного галопа к среднему, это упражнение можно проводить и в манеже. На прибавленных аллюрах рамка

лошади расширяется, а линия лба выходит за вертикаль. Развив рабочие, средние и прибавленные аллюры, переходят к работе на сокращенной рыси и галопе. Через некоторое время переходят к контргалопу и простой менке ног. В этом же периоде уделяют большое внимание работе на собранном и прибавленном шагу.

Очень часто неумелое применение средств управления, жесткое, а порой и грубое обращение с молодой лошастью приводит к ее возбуждению и сопротивлению, нарушению ритма движения и к другим недостаткам. Для восстановления правильной реакции лошади на требования всадника после разминки на корде следует использовать езду по кругу диаметром 15 - 25 м. В работе применяют исключительно внутренний "отпущенный" или направляющий повод. Главная цель упражнения - устранить сопротивление (противодействие) лошади, развивать послушание и внимательность. Начинать работу всегда следует с езды шагом 10 - 15 мин, после этого переходить на рысь. При этом поводья не следует натягивать, а сохранять мягкий контакт со ртом лошади. Всадник должен всячески избегать действий, вызывающих закрепощение мускулатуры лошади. Для этого необходимо мягко садиться в седло, гибко следовать за движениями лошади, почаще ездить на облегченной посадке.

Работа поводом носит определенный характер. Например, при езде направо по кругу натягивают правый повод с отводом его в сторону, причем это натяжение должно носить переменный характер. Направляющее действие проводится до тех пор, пока лошадь не пойдет по нужному направлению и не повернет шею (без сопротивления) вправо. При прекращении сопротивления мышц шеи повод следует немедленно отпустить. Если вдруг лошадь намеревается отклониться от движения по кругу, всадник вновь натягивает направляющий повод и оставляет его в таком положении до тех пор, пока лошадь не пойдет как требуется. Лошадь скоро поймет, что послушание и податливость поводу награждаются избавлением от неприятного для нее "действия" удил. Основой обучения лошади является немедленное вознаграждение ее за послушание. Вознаграждение для лошади - это полное прекращение действия поводьев. Если вознаграждение запаздывает, то лошадь не ассоциирует уступку всадника с прекращением действий поводьев. Таким образом, эти легкие, направляющие действия применяют с такой частотой и интенсивностью, чтобы заставить лошадь двигаться по намеченному кругу. Наружный повод должен быть ослаблен, его применяют в случае возникновения опасности перехода лошади в галоп. Как уже было сказано, не следует заставлять лошадь слишком укорачивать свои движения. Горячая или нервная лошадь не успокоится до тех пор, пока ее не приучат при движении держать голову и шею в естественном и вытянутом положении. Это упражнение быстро разовьет у лошади чувствительность рта, отжевывание

трэнзеля и изгибание шеи, если только всадник сумеет оперировать своими руками умело и мягко и держать при этом направляющий повод достаточно высоко.

Когда лошадь будет ходить спокойно, всадник может начать слегка натягивать оба повода, чтобы оказать весьма слабое воздействие на рот лошади. Таким образом он приучит лошадь постепенно "принимать" удила (повод) держа голову и шею в естественно вытянутом положении. Следует помнить, что если лошадь поднимает голову слишком высоко, то руки всадника должны быть подняты также выше, при этом "оживляя" рот лошади путем медленного, очень легкого перемещения удил при одновременном легком натяжении поводьев. Как только лошадь уступит и опустит голову, то немедленно вознаграждают ее ослаблением натяжения поводьев, что дает ей возможность опустить голову в нормальное положение.

Всаднику следует знать, что на натяжение поводьев лошадь реагирует вытягиванием головы в противоположном направлении. И задача всадника - стремиться не погасить это природное свойство лошади. Никогда не следует энергично действовать поводьями и шенкелями одновременно. Это вредно отражается на свободе движения и уменьшает захват пространства на каждом шагу любого аллюра.

Аллюр следует поддерживать соответствующим применением шенкелей и положением головы. В зависимости от состояния лошади (степени возбуждения) упражнение в езде по кругу займет от 5 до 20 мин в каждую сторону.

Затем лошадь поднимают в свободный (рабочий) галоп и вновь едут по кругу сперва в одну сторону, затем в другую. При переходе в галоп по кругу всадник должен набрать внутренний повод и прижать наружный шенкель. Следует производить лишь слабое натяжение повода. Наружным шенкелем пользуются более энергично, чем внутренним. Шенкелями, так же как и руками, следует пользоваться попеременно: ослабляя давление при послушании лошади и немедленно его усиливая при сопротивлении или же непослушании.

В результате систематического, настойчивого применения описанных упражнений через два-три месяца работы лошадь становится более спокойной, приучается к требованию всадника держать голову вытянутой, правильно реагирует на действие поводьев и шенкелей. При этом наблюдается расслабление мышц спины и спокойное держание во рту трэнзеля (взятие Повода). После того как лошадь станет спокойной при движении по кругу, приступают к следующему этапу - обучению изменения аллюров (ускорение, замедление и остановки). С этого этапа лошадь приучают к действию корпуса всадника как средства управления, предваряемого действию шенкелей и

поводьев. Помощь корпуса всадника в управлении лошастью заключается не столько в уклонах самого корпуса, сколько в том давлении (обременении) которое производят его седалищные кости на спину лошади, в разных направлениях:

- вперед (при усилении аллюра),
- назад (при остановках, осаживании, уменьшении аллюра),
- в стороны (при поворотах, боковых движениях).

Как и другие средства управления, перемещение тяжести корпуса (массы) всадника должно быть доведено до строго необходимого минимума, при котором оно эффективно. Переходы являются наиболее трудными для лошади, особенно молодой и легко возбудимой. Приводим упражнения, которые позволят научить лошадь регулировать аллюр и скорость хода и правильно удерживать равновесие. Эти упражнения должны проводиться повторно и многократно.

Все движения рук (кистей и локтей) при натягивании поводьев должны выполняться мягко и постепенно. Руки всадника противодействуют усилию головы лошади, так что когда лошадь уступает всаднику, последний подает руки не к себе, а наоборот, отпускает поводья, подвигая руки вперед с тем, чтобы вознаградить лошадь за послушание. При замедлении аллюра поводья повторно несколько натягивают, при минимальном уклоне корпуса назад.

При остановке поводья немедленно отпускают полностью в награду за послушание. Всадник не отклоняется назад, а остается слегка наклоненным вперед. После того как лошадь стала послушна и спокойна при работе на кругу и стала слушаться малейшего движения рук всадника, ее следует приучать идти на достаточном длинном (отпущенном) поводе и останавливать через несколько шагов. Как только лошадь остановится, пальцы всадника немедленно полностью ослабляются, поводья отпускаются и лошади разрешают отдохнуть на месте, причем ее похлопывал по шее в течение нескольких секунд. Затем, повинувшись минимальному уклону корпуса всадника вперед и незначительному движению шенкелей, лошадь должна двинуться вперед. Лишь только лошадь научится быстро останавливаться и спокойно стоять, периоды отдыха должны быть все более короче, так чтобы эти остановки длились всего 1-2 секунды.

Затем обучают лошадь переходу с рыси на шаг и наоборот, После движения спокойным шагом в течение нескольких мгновений лошадь переводят на рысь, а когда она перейдет на равномерное сбалансированное движение, ее вновь переводят на шаг. Периоды рыси и шага следует все более укорачивать, а переходы с аллюра на аллюр учащать. После нескольких уроков

лошадь следует часто упражнять в постепенном ускорении рыси, переводе ее затем на медленную рысь и наконец, остановить ее. В течение этого этапа, который длится 3-4 месяца надо постоянно работать над остановками на разных скоростях движения. Практически способность лошади мгновенно сокращать ход и останавливаться кроется в управлении инерции своего тела, что является незаменимым качеством спортивной лошади.

Третий этап. В целях лучшего (чуткого) усвоения лошадей различными средствами управления на третьем этапе обучения следует применять так называемый шейный повод. Такой повод широко применяют в спортивных играх при изменении направлений в тех случаях, когда поводья приходится держать в одной руке. Например, применяя правый "шейный" повод для движения лошади влево, правая рука должна двигаться перпендикулярно к шее влево. Для достижения наибольшей эффективности повод должен опираться на правую сторону верхней части шеи, поскольку эта часть шеи более чувствительна. Применяя сперва левый слабонатянутый повод, а затем немедленно переходя на правый шейный, можно быстро приучить лошадь слушаться одного лишь этого повода. Поскольку ранее лошадь была успокоена работой на свободном поводе при движении по кругу изменением скорости хода, остановками, упражнения по спиральям и по зигзагам могут быть начаты на рыси. При этом всадник применяет обычно наружный шенкель, чтобы активизировать задние ноги лошади. Лишь только лошадь поймет значение прикосновения к ее шее наружного повода, внутреннюю руку (направляющий повод) держать совершенно пассивной. Например, при поворачивании влево применяется правый "шейный" повод и правый шенкель. Позднее при езде галопом по спирали и зигзагам лошадь следует переводить на рысь непосредственно перед изменением направления движения, так как в противном случае потребуются перемена ноги на галопе или лошадь пойдет контргалопом.

Лошадь, которая подчиняется средствам управления при работе по кругу, по спирали и при поворотах, подготовлена к движениям "плечом вовнутрь".

Сущность этого упражнения заключается в движении лошади в полтора следа с отклонением передней части ее тела от линии движения не более чем на 35° (первое время на 15-20°). При этом задняя наружная нога идет по следу передней внутренней, а тело изогнуто в сторону, противоположную направлению движения. Возьмем для примера "правое внутреннее плечо". Лошадь изгибается на всем протяжении позвоночника (кроме области крестца) и двигается в левую сторону, держа свой корпус под острым углом к направлению движения. Это упражнение требует, чтобы с каждым своим шагом лошадь старалась свести как можно ближе свои передние и задние ноги. Таким образом, лошадь как бы изгибается вокруг правого шенкеля всадника

так, что ее правое плечо оказывается внутри кривой, образуемой согнутым позвоночником. При каждом ее шаге правая передняя нога должна будет переноситься (перекрещиваться) перед левой передней, а задняя правая соответственно перед задней левой. При этом мускулатура левой стороны тела растянута, а мускулатура правой сокращена. Следует подчеркнуть, что существенное в этом упражнении не формальное требование "поставить" плечо лошади вовнутрь, а заставить ее в согнутом положении внутренней задней ногой переступить вперед через наружную ногу. При движении "плечом вовнутрь" главную роль играет изогнутость лошади. Всадник смотрит в направлении движения лошади. Положение кистей рук и шенкелей должно быть безукоризненным. Все средства управления должны быть в таком взаимодействии, чтобы исключить возможность для лошади осаживаться назад или бросаться вперед.

Главные моменты, на которые следует обратить внимание всадника при обучении лошади движению "плечом вовнутрь":

а) укорачивая внутренний повод, следует так им действовать, чтобы добиться изогнутости всего позвоночника (тела) лошади. При этом изгибание шеи ограничивается действием наружного повода так, чтобы этот изгиб соответствовал общему изгибу корпуса лошади;

б) импульс, то есть стремление лошади к движению вперед следует все время поддерживать шенкелями;

в) прекращать упражнения до того как лошадь, раздраженная наскучившими ей монотонными движениями, начнет оказывать сопротивление.

Упражнение "плечом вовнутрь" сначала проводят на шаг и на рабочей рыси, а в дальнейшем - не энергичной сокращенной и средней рыси. Удобнее всего начинать движение "плечом вовнутрь" от стенки с вольта или с угла манежа. Лошадь при этом уже согнута по окружности. После освоения этого упражнения можно приступить к отработке боковых движений.

Нельзя исключить из числа эффективных приемов выездки молодых лошадей работу на кавалетти (клавишах), Кавалетти дают возможность тренеру отработать у лошади движения, не применяя болевых раздражителей. В игровой, расслабленной манере молодую лошадь при этом пропускают, как правило, на корде на кавалетти, установленные на разных дистанциях и высотах. Высота кавалетти бывает двух вариантов: первый - 15-20 см, второй - 30-35 см. Наименьшая высота для шага и рыси 15-20 см. Важно, чтобы кавалетти расходились равномерно по окружности лучами. Расстояние для рыси составляет в середине 130 см. Таким образом во внешней и внутренней стороне Остается достаточно места для удлинения или сокращения рыси. Для

упражнения шагом расстояние в середине должно составлять 80 см. На каждом уроке, перед тем как пустить лошадь на кавалетти, следует ее "промять" в обе стороны в течение 10-15 мин по среднему кругу. После проминки ее переводят на внешний круг (обычно ездой налево). С первого же раза необходимо вывести лошадь на середину системы, где расстояние между кавалетти наиболее удобное для лошади. В зависимости от своего замысла тренер уменьшает или увеличивает радиус движения лошади, В первом случае лошадь вынуждена укорачивать свои движения, во втором удлинять. Постоянная смена движения по среднему кругу с преодолением кавалетти на внешних кругах делает лошадь гибкой и послушной.

Репризы движения через кавалетти не должны занимать более 20 мин. Крепить корду следует только за капсунг. Работа на кавалетти под всадником практически не отличается от описанной работы на корде.

Наряду с выездкой молодой лошади нельзя забывать и о разностороннем ее развитии, совершенствовании сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем. В этих целях наиболее подходящей тренировкой является полевая езда на свободных аллюрах - шагом, рысью и галопом. Поэтому не реже двух раз в неделю необходимо проводить полевую тренировку общим объемом до 1,5-2 час. Чередование репризов в этом случае может выглядеть следующим образом: шаг - 15-20 мин, рысь - 10, шаг - 10, рысь - 15, шаг - 10, галоп - 5-7, рысь - 5, шаг - 25-30 мин. Такую тренировку желательно проводить по слабо пересеченной местности, используя полевые дороги и тропинки. Во время работы, особенно при движении шагом, можно выполнить несколько простых упражнений выездки.

2. Порядок подгонки трензельного и мундштук железа ко рту лошади.

Терпение - главный помощник человека в работе! Хочется обратить внимание на порядок подгонки трензельного и мундштук железа ко рту лошади. Напомню, что удила нужно подбирать каждой лошади индивидуально, так как известно, что одна и та же лошадь на одном железе лучше, а на другом - хуже. Для молодой лошади необходимо брать "мягкое" толстое железо, причиняющее ей меньше неприятных (болевых) ощущений. Это важный момент в работе с лошастью. Удила служат для управления лошастью: трензельное действует давлением на язык, беззубый край нижней челюсти углы рта лошади, мундштучное - на беззубый край нижней челюсти и на небо верхней. Удила находятся поверх языка лошади. Мундштук усиливает действие повода, поэтому для того, чтобы лошадь не стала дурноезжей, не следует пользоваться им резко и грубо.

Мундштук должен соответствовать рту лошади и лежать на беззубых

краях нижней челюсти против выемки подбородка, не касаясь клыков. Для чувствительного рта грызло должно быть мягче (толще), а рычаги щёчек мундштука - короче. В работе мундштук не должен слишком заваливаться, для чего к верхним кольцам щечек мундштука прикрепляют соединительную цепочку или ремешок, проходящий по подбородку лошади. Ввиду того, что мундштук является очень сильным рычагом воздействия на нижнюю челюсть лошади, пользоваться им надо очень мягко. При подгонке мундштука, следует обращать внимание на грызло: при слишком длинном - мундштук будет передвигаться во рту лошади из стороны в сторону и беспокоить ее десны и язык, а при коротком - будет жать щёчками и ущемлять губы, на которых могут образоваться потертости и ссадины. Мундштук необходим как помощь, для того, чтобы лошадь сдала в затылке и правильно поставила голову. В остальных случаях при работе с лошастью употребляется трензель. Трензельное удило нужно пригонять так, чтобы оно лежало под мундштучным, не образуя складок, и не доходило до углов рта. Если же его пригнать выше, то оно будет давить на углы рта, а ниже - болтаться во рту лошади, способствуя образованию у нее дурной привычки - перекидывать язык через удило. Отучить от этой привычки бывает порой очень трудно.

Сбор лошади. Прежде чем перейти к описанию самой работы с лошастью, остановимся на таком важном моменте, как правильное понимание сбора лошади, ибо вся выездка прежде всего направлена на то, чтобы придать лошади соответствующую осанку, основой которой является сбор. Сбор - это гармоничное сокращение корпуса лошади по горизонтали, причем определенному подъему ее шеи и затылка соответствует определенное подведение зада - через поясницу, а не только за счет скакательных суставов. Поэтому медленно, буквально шаг за шагом, нужно одновременно поднимать перед и заставлять лошадь округлять поясницу. Только тогда, когда мышцы спины лошади станут крепкими, можно переходить к следующей ступени сбора. В таком случае достигается гармония в работе всех частей тела лошади. Для достижения сбора необходима полная раскованность лошади. Очень важно, чтобы шенкель действовал раньше повода, который должен воспринимать импульс, создаваемый шенкелями. Для того, чтобы у лошади, к тому моменту, когда она пройдет весь круг выездки наступил правильный сбор, не следует спешить поднимать ее шею и сгибать затылок, делать это нужно постепенно. Для сохранения и совершенствования естественности движений, подчеркиваю, не следует форсировать работу с молодой лошастью, особенно в первый год выездки. Для развития поясничных мышц, что приводит к правильному положению и работе зада лошади, немецкая школа рекомендует длительное время (не менее года) работать лошадь на трензеле, позволяя ей тянуть шею и голову вниз (даже в положении лбом) при соответствующем посыле шенкелем. Такое положение шеи и головы облегчает вымах плеча и естественное округление поясницы (при слишком раннем

поднятии шеи поясница "проваливается"), задние ноги начинают, под воздействием шенкеля, работать энергично. Если лошадь не делает этого самостоятельно, то нужно прибегнуть к средствам воздействия - шенкелю и поводу, причем, всегда надо помнить, что любое воздействие начинается с поясницы всадника, проходит через шлюсс (бедро) к шенкелю в подколенной части и середине ноги. Только на тупых и вялых лошадях подключается низ ноги со шпорой чаще, чем это желательно. Обратите внимание на то, что часто упоминается слово "ритм". Для того, чтобы добиться четких ритмичных движений, нужно следить за их соблюдением с самого начала работы с лошадью. Эластичное со свободным выносом плеча движение от зада должно быть в одном ритме. Раскрепощенность лошади, когда она идет с опущенной шеей и головой, позволит всаднику решить задачу номер один - выработать ритм в движении лошади и сохранять его постоянно, независимо от вида аллюра.

3. Отработка сбора

Немецкая школа устанавливает выработку определенных качеств у лошади, по их значимости, в следующем порядке: ритм, гибкость, принятие повода, импульс, прямолинейность, сбор. Для первого года работы с лошадью характерен тупой угол, образованный линиями - см. рис. 5. Второй и третий годы выездки характеризуются приподнятостью шеи и большим подведением задних конечностей лошади, что изменяет тупой угол до прямого. При этом усиливается деятельность ее задних ног, в результате чего возникает пружинящее взаимодействие между передними и задними ногами. У хорошо выезженной лошади опустится круп за счет округления поясницы, большего сгибания бедренных и скакательных суставов. Смещение центра тяжести на задний отдел лошади позволит ее освобожденным передним ногам выходить вперед легко и плавно. Сравните изменения в положении частей тела лошади по годам тренировки (рис. 1). Четвертый год работы позволяет достичь высшей степени сбора, когда достигается равновесие лошади на всех движениях. На собранных аллюрах шея лошади должна свободно подниматься из холки, а в своей верхней части образовывать мягко изогнутую дугу, высшей точкой которой является затылок. Голова лошади должна своей передней линией слегка выходить за линию отвеса. На более свободных аллюрах следует разрешать лошади вытягивать согнутую шею и выдвигать вперед нос.

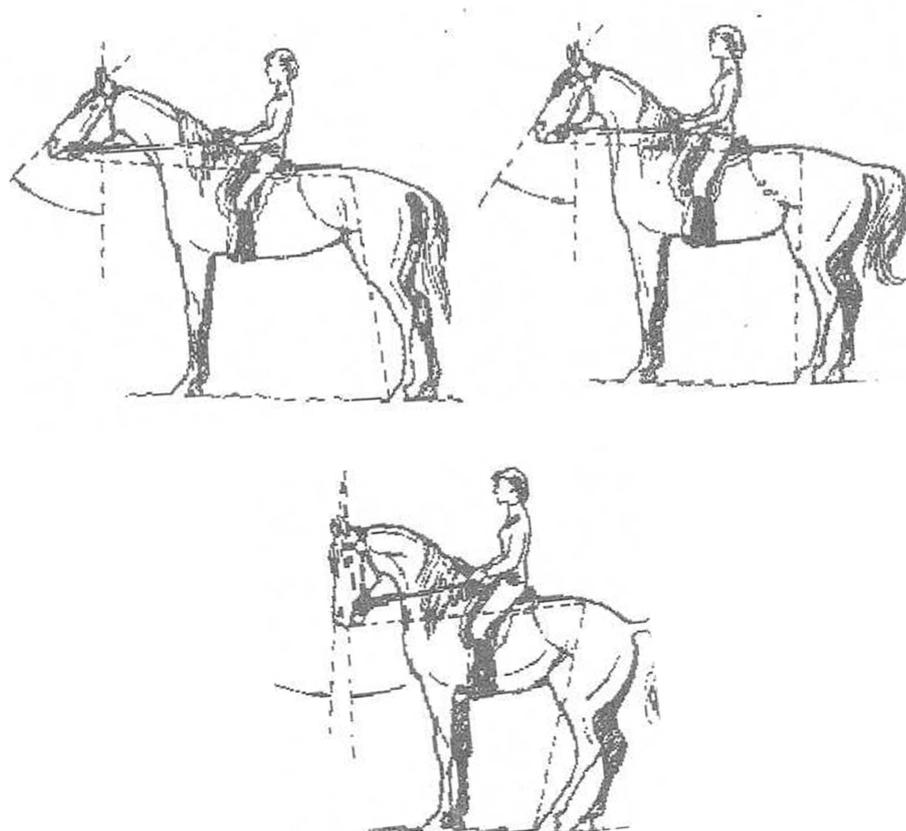


Рис. 1. Изменения положений частей корпуса лошади

Чаще всего наблюдается "сбор" переда и неправильно работающий отставленный зад, что является результатом опасной склонности всадника слишком много воздействовать на лошадь руками и недостаточно шенкелем. Опытные конники всегда говорят, что в работе с лошадью должно быть 70% воздействия шенкелем, а 30% - повода. Только такое распределение усилий всадника может привести к нужному результату. Единой для всех лошадей постановки головы и шеи не существует. Для каждого животного важно найти наиболее подходящее ему и соответствующее его сложению положение. Это относится также к выработке ширины шага, махов на рыси и галопе. Правильный сбор приводит к тому, что лошадь не ищет поддержки в руке всадника. Она самостоятельно несет шею и голову на соответствующей высоте. Чтобы проверить, "несет" ли лошадь сама себя, можно применить поглаживание, используемое и как успокаивающая мера. При этом всадник медленно продвигает руки с поводьями по шее лошади вперед, а потом назад, но посыл в это время не прекращает.

Работа с лошадью

Каждое занятие нужно обязательно начинать с разминки лошади на корде (рис.2). Для этого лучше использовать жесткий капсунг.

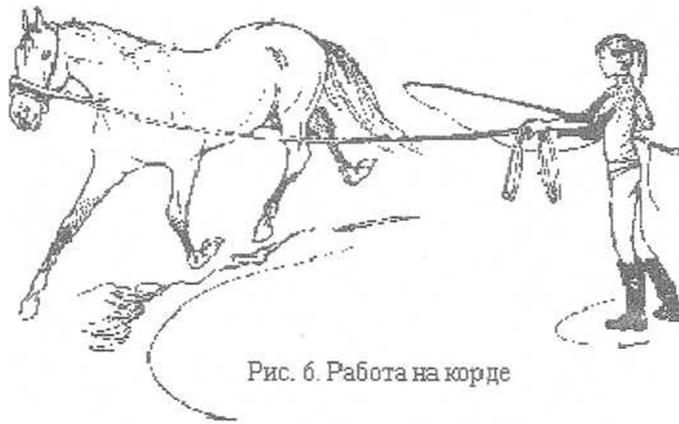


Рис. 6. Работа на корде

Его нельзя опускать слишком низко по носу лошади или оставлять свободным, так как это может причинить ей сильную боль. Нельзя пристегивать корду к отдельному трензельному кольцу, так как возможно протягивание трензельного железа через рот лошади. Желательно использовать ремешок, соединяющий трензельные кольца .

Работая лошадь на корде, обращайте внимание на то, чтобы корда никогда не провисала и рука, держащая корду, как бы вела лошадь на уровне головы, немного опережая ее движение. Корду необходимо держать в левой руке при движении налево и в правой руке - при движении направо, с тем, чтобы другая рука могла досылать лошадь бичом, если потребуется. Не свертывайте корду кольцом и не обматывайте кордой руку. Это опасно, так как бывали случаи, когда лошадь, испугавшись, бросалась в сторону, волоча за собой человека, "привязанного" к ней кордой. Посмотрите внимательно на рисунок, показывающий, как надо держать корду правильно. Даже если лошадь попытается вырвать корду, она легко размотается на всю длину, дав время человеку собраться и сообразить, что нужно предпринять дальше, и прежде всего резко принять корду на себя. Кисть руки должна работать как пружинка и воздействовать на рот лошади через мягкое чередование движений, набирая или отдавая корду (при этом меняется угол согнутой в локте руки).

4. Работа с лошадью в руках.

После этого полезно поработать лошадь "в руках" (рис. 8). С этой целью следует пробудить у лошади понимание одновременного воздействия выссылающих и сдерживающих импульсов. Начинать работу в руках с лошадью надо сначала на месте, т.е. установить ее ровно надавливать трензелем то на одну, то на другую челюсть до тех пор, пока она не начнет "отжевывать". Затем, продолжая надавливать на удила, заставить лошадь поочередно согнуть немного опустить голову в затылке как направо, так и влево (при этом правая рука человека должна держать левое кольцо трензеля, а левая за правое). После этого рекомендуется работать ее на свободном, а потом на собранном шагу, а затем переходить к троту (короткой рыси). Если обучение

слишком поспешно и непоследовательно, то лошадь будет склонна прятаться за повод с жесткой, зажатой спиной. Лошадь нужно поставить у стенки манежа, а всадник должен стоять внутренней стороны у головы лошади. Высылающее воздействие на лошадь оказывает голосом, пощелкиванием языка, показыванием или применением хлыста. В левой руке он держит концы трензельных поводьев и хлыст, в правой руке трензельные поводья (около рта лошади) под ее подбородком (рис. 8). Несколько шагов, сделанных молодой лошастью, требуют немедленного поощрения. Если лошадь, не понимая, что нее требуется, сопротивляется, нужно хлыстом дотронуться до ее бока около подпруги (там, где впоследствии будет действием шенкель). В это время правая рука как бы толкает лошадь вперед, принуждая двигаться. Движение по прямой вдоль стенки манежа нужно делать в обе стороны. Далее нужно добиться, чтобы животное также спокойно двигалось рядом с человеком рысью. Сначала человеку придется бежать рядом, все время успокаивая лошадь голосом. Затем рысь сокращается до такого предела, когда самому можно идти широким шагом, а лошадь будет продолжать движение короткой рысью (тротом). В это время лошадь привыкает к голосу человека, и легкому воздействию по ее боку палочкой (вместо шенкеля), одновременно возникает мягкая связь кисти руки со ртом лошади. Когда лошадью усвоено это упражнение и выполняются охотно и непринужденно, можно перейти к работе с мундштучными удилами (р.3-4).

Для этого, стоя у левого плеча лошади, нужно правой рукой взять трензельные и мундштучные поводья так, чтобы большой палец правой руки был наверху (трензельный повод держится между большим и указательным пальцами), при этом правый мундштучный повод находится под мизинцем, а левый - между третьим четвертым пальцами. Правая рука поддерживает голову лошади на определенной высоте. Периодическим движением нижней части кисти правой руки спереди назад всадник стремится к тому, чтобы лошадь под давлением мундштука раскрыла р(отодвинув назад челюсть, что вызывает ее сгибание в затылке. В тот момент, когда лошадь это сделала, воздействие мундштучного железа прекращается. Прodelьвать это нужно несколько раз и на ходу.

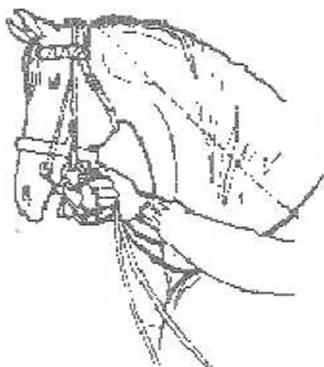


Рис.3. Положение руки.



Рис. 4. Работа в руках с мундштуком.

Следующий этап в работе - открывание рта лошади. Работа проводится уже мундштучным оголовьем. Мундштучные поводья при езде налево берутся в правую руку. Кисть руки, сжатая в кулак, тянет нижние концы мундштука снизу-вверх- назад. Грызло поворачивается и давит на беззубый край нижней челюсти, лужка грызла, встречая небо-, упирается в него. Это движение вынуждает лошадь разжать челюсть, т.е. открыть рот (за счет подвижной нижней челюсти). Немедленно следует поощрить лошадь, прекратив воздействие железом. Закрывание рта лошади достигается сдачей в затылке, когда рот закрывается путем сближения верхней челюсти с нижней. Эту работу полезно выполнять на вольту, соблюдая правильное постановление. Главное на любом этапе работы в руках - соблюдать терпение и осторожность. После этого- можно приступить к боковым движениям, помогающим в развитии гибкости, свободы движения и они способствуют уравниванию лошади. видов движения. Эти виды движений (внутри отдельного аллюра) отличаются друг от друга степенью сбора, то есть изменением рамки лошади и захвата пространства.

6. Обучение лошади пониманию средств воздействия на основных аллюрах.

6.1. Шаг

- это аллюр, в котором можно отчетливо услышать четыре удара кот землю через равные промежутки времени. В таком случае мы говорим о правильном шаге. Если же ноги лошади двигаются не через равные интервалы времени, то мы имеем дело с неправильным шагом или с вялой работой скакательных суставов, иногда - с иноходью. Для исправления ошибок на ходу рекомендуется применять жерди, разложенные на грунте. Переступая через жерди лошадь вынуждена идти правильным четырехтактным, шагом. Шаг должен быть энергичным, но не поспешным, в легком поводу. Если лошадь движется в контакте с всадником, то это значит, что установлен ритм движения и может быть создан импульс. Пока лошадь не научилась двигаться свободно, без напряжения спокойно, контакт с ее ртом на шагу должен быть минимальным, иначе стремление сохранить контакт, создать

преждевременный сбор вызовет сопротивление лошади, что приведет к потере ритма движения и качества аллюра. Различаются собранный, средний, прибавленный и свободный шаг. Для собранного шага обязательна активная работа задних ног и округленность поясницы. Движение лошади смелое и энергичное. Голова ее - по отвесу, шея приподнята и округлена, то есть лошадь ведется на собранном шагу хорошем сборе, когда не теряется легкий контакт повода со ртом, а движения передних ног выше и захват пространства меньше, чем при других видах шага. На среднем шагу лошадь движется энергично, спокойно, в поводу, но более непринужденно, чем на собранном шагу. Степень ее сбора уменьшена, шаг удлинен. На прибавленном шагу лошади разрешается немного вытянуть шею и нос, но связь с всадником не должна нарушаться. Лошадь при этом идет максимально широким шагом, спокойно и энергично. Свободный шаг - это аллюр отдыха. Лошади предоставляется полная свобода она может вытянуть шею, опустить голову. Это награда за ее груд и послушание. Как же практически добиться, чтобы лошадь двигалась на шагу вперед? Это делается так: руки всадника чутко "прислушиваются" к намерениям лошади. Если она собирается перейти от посылы в рысь или трот (короткая рысь), нужно встретить ее перебором повода и тем дать понять, что работа продолжается на шагу. Шенкель на шагу работает либо одновременно (если она затормаживает движение), либо попеременно то левым, то правым в темп движения (при выносе левого плеча усиливается правый шенкель, при выносе правого - левый). Ни в коем случае нельзя подключать к посылу поясницу всадника: это не только некрасиво, неэстетично, но и сбивает лошадь с четкою ритмичного и правильного шага, нарушая ее естественное равновесие. Особенно часто это наблюдается, когда требуется выслать лошадь на прибавленный шаг. Известно, что на лошадь оказывает большое влияние перемещение центра тяжести, и это можно использовать при работе над прибавленным шагом. Чтобы лошадь двинулась вперед, расширив шаг (а не ускорив!), достаточно немного подать седалище вперед. Такое перемещение центра тяжести вперед освободит от нагрузки задний отдел лошади, и этого может оказаться достаточно, чтобы она расширила шаг. Разумеется, только длительная и терпеливая работа над расширением шага со свободным выносом плечей может привести к нужному результату. Для улучшения любого вида движения, требующего расширения, очень полезно использовать работу в поле, особенно движение по направлению к конюшне. Нередко можно увидеть, как при переходе из среднего или прибавленного шага на собранный у лошади резко меняется рисунок самого движения на шагу: она начинает вышагивать прямыми, не сгибающимися ногами (как на ходулях). Это результат одной "болезни" всадника - затянутого повода. Исправление требует много времени и терпения, так как за малейшее воздействие поводом реакция будет однозначной - неправильное движение передних ног. Лучше всего исправлять этот порок работой на кавалетти и в поле, так как там лошадь идет

энергично сама, без понуждения. Всякий раз, когда она не будет сбиваться на такой шаг, ее надо поощрять.

6.2. Рысь

- это аллюр в два темпа, У лошади работают попеременно диагональные пары ног: левая передняя - правая задняя и наоборот. Эти два темпа разделены фазой подвисания. Различают собранную, среднюю, прибавленную и рабочую рысь. Для хорошей собранной рыси характерна энергичная работа задних конечностей лошади, создающая предпосылку для легкого, свободного движения ее передних ног. Важным критерием, качества рыси является эластичность самого движения. Этого можно добиться в процессе выездки, если не будете затягивать лошадь поводом, то есть будете соблюдать правило: 30% повода и 70% шенкеля. В этом случае, как говорят, лошадь "примет" вес на спину. Ее спина будет мягко колебаться и не подбрасывать вас; вы будете сидеть в седле глубоко и не отрываться от него; создастся впечатление слитности всадника с лошадыю. На собранной рыси лошадь идет как бы в руках и ногах человека, отсюда ее подвижность и возможность легко направлять ее в любую сторону. Одной из серьезных ошибок на рыси является неправильный сбор, односторонним действием только рук. При таком "сборе" естественность движений невозможна. Лошадь задними ногами не толкается, а в лучшем случае, подставляет их под корпус. Работа передних ног становится утрированной - они выбрасываются вперед почти прямыми. В этом, довольно часто, бывают повинны бывают тренеры, которые желая помочь всаднику, "подбивают" задние ноги хлыстом в районе скакательных суставов. Вместо того чтобы касаться поясницы, заставляя "округляться" - только, таким образом, достигается правильное "подведение зада" Не следует также допускать слишком долгой фазы подвисания, чтобы могла превратиться, в так называемый, "плавунец", что-то вроде полупассажа. Это не пассаж, но уже не рысь. В этом случае нередко наблюдается несоординированность в движении переда и зада - неточное, неодновременное опирание диагоналей о землю. Эти ошибки объясняются прежде поспешностью в работе и несогласованностью в применении средств управления - повода, шенкеля, корпуса всадника.

О прибавленной рыси. Для хорошей прибавленной рыси обязательно удлинение маха при энергичной работе задних ног от бедра, которые толкают тело лошади вперед: импульс (желание двигаться) и захват пространства взаимосвязаны. Чем больше толчковая сила задних ног и раскованнее плечевые суставы, тем свободнее движение на рыси. Если смотреть со стороны, то лошадь на рыси должна двигаться как бы грудью вперед, а не ногами или не только ногами. Если такое ощущение есть, то можно быть уверенным в правильности ее движения. Понаблюдайте за рысаками на

ипподроме. У них очень производительные движения, и впечатление от их движения именно такое. Ошибками на прибавленной рыси можно считать:

® слишком широкое разведение задних ног (объясняется оно недостатками экстерьера или (форсированной подготовкой);

® лошадь растягивается на прибавлении (задние конечности слабо толкают корпус вперед, так как они не подведены, поэтому толчковая сила задних конечностей используется неправильно);

® лошадь не несет себя сама, а висит на поводу (ее равновесие сдвинуто вперед).

Полезным упражнением в работе над совершенствованием рыси является, так называемая, "гармошка" или "резинка". Лошадь то высылает вперед, заставляя прибавить рысь, то сокращает аллюр. Это проделывается несколько раз. Важно помнить, что прибавление, равно как и сокращение аллюра, должно начинаться усилия шенкеля. От усиления воздействия шенкеля лошадь как бы наталкивается на повод, который либо ограничивает движение, либо позволяет ей (по ее возможности) выдвинуть вперед плечи (это самое главное!), не напрягая плечеголовной мускулатуры. Это возможно только при правильно подведенном заде, когда соблюдается это условие, работа задних конечностей идет от бедра (а не только с помощью скакательных суставов) при округленной пояснице. При этом большое внимание должно уделяться тому, чтобы не менялся ритм предыдущего движения. Ритм движения на всех аллюрах должен оставаться постоянным - удлиняется или укорачивается шаг. то есть увеличивается (уменьшается) захват пространства. Чтобы выработать у себя чувство ритма, полезно прибегать к метроному, установив его на ритм движения лошади. При переходе от прибавленного аллюра к собранному нужно не тянуть поводом на себя, а, усилив шенкель не пускать лошадь идти быстрее. Переход должен быть плавным, мягким, но при этом состояние сбора должно сохраняться. При переходе на сокращенный аллюр первый шаг нового движения должен быть высоким и сделан вперед, то есть, лошадь своей тяжестью не должна загружать свой перед. Помогает такому переходу смещение центра тяжести назад. При переходе от собранного аллюра в прибавленный требуется увеличить шаг движения, расширить рамку лошади и, не теряя контакта со ртом, дать возможность лошади вытянуть шею и немного опустить голову. Мы часто можем видеть, что, сопротивляясь средствам воздействия, лошадь задирает голову, и тогда ею становится трудно управлять (рис. 5). В таком случае мы говорим, что лошадь идет через повод. Когда ее голова высоко поднята, поясница проваливается и напрягается, она не может правильно и энергично работать задними ногами, а значит - само движение не может быть правильным. Что делать в таком случае? Прежде всего нужно смягчить воздействие поводом и опустить руки ниже. Поводом

надо стараться заставить лошадь опустить голову и тут же поблагодарить ее за это. Это желательно повторять много раз.



1-через повод , 2-за поводом , 3-при правильном сборе Рис. 5. Положение головы лошади.

Очень помогает справиться с этим явлением работа лошади в руках. Но бывает, что лошадь, наоборот, опускает голову, при этом стараясь избежать контакта с рукой всадника. Это значит, что лошадь идет за поводом. Помочь ей справиться с этим пороком может смена железа на более мягкое, то есть более толстое, а также усиление посылы - нужно двинуть лошадь вперед, чтобы она была вынуждена упереться в повод.

6.3. Галоп

- это трехтактное движение лошади. Если лошадь должна идти с левой ноги, то она начинает движение с правой задней ноги. После отталкивания правой задней ногой следует правая диагональ. Правая передняя ставится одновременно с левой задней, затем лошадь всем весом опирается на левую переднюю ногу. После этого следует момент подвисания. Различают собранный, средний, прибавленный и рабочий галоп. Собранный галоп характеризуется активной работой зада лошади, круп при этом слегка опущен, скакательные суставы энергичны. Задние ноги принимают на себя вес лошади. В результате движение передних ног становится более легким, а плечи эластичными и подвижными. Шея на собранном галопе округляется, нос держится по отвесу. Лошадь идет "в мягком поводу" спокойно и в естественном равновесии. На прибавленном галопе, без изменения ритма движения, увеличивается мах. Это возможно только при расширении рамки лошади и усилении толчковой силы задних ног. Что же значит расширить рамку лошади? Это делается за счет предоставления лошади возможности несколько вытянуть голову и шею, а нос немного выдвинуть вперед. Импульс, создаваемый энергичной работой задних конечностей, позволяет ей захватывать большее пространство, чем при других видах галопа. Ритм движения не изменится только в том случае, если будет увеличиваться не количество махов, что ведет к увеличению скорости движения (не это важно), а произойдет расширение каждого маха. Иногда можно наблюдать, что шея у лошади потянулась вперед, но рамка ее при этом не изменилась. Лошадь в таком случае "повисает на поводу". Это говорит о ее недостаточной гибкости, гимнастированности тела, а также о том, что она не обрела еще естественного равновесия на этом аллюре. Приступая к обучению лошади на галопе, нужно

прежде всего поставить ее на четкое трехтактное движение и с самого начала не позволять ей "бочить", так как от приобретенных привычек потом трудно избавиться. Всякое нарушение трехкратного движения является грубейшей ошибкой, исправлять которую можно усилением шенкеля, не распуская лошадь и в то же время, вовремя принимая ее на повод в темп движения. Характерной ошибкой для галопа является "бочение". Исправляется оно тем, что, удерживая шенкелем зад, перед лошади немного отводят в сторону, например, направо, если вы идете ездой направо. Делать это нужно при движении по стенке манежа. Очень полезна работа на вольту. Если лошадь "бочит" налево, то нужно повернуть ее на небольшой вольт налево, а левым шенкелем стараться откинуть ее зад направо, чтобы движение задних ног шло по следу передних. Перемена ноги на вольту даже от сильного воздействия шенкеля почти исключена, и работа дает положительный результат.

7. Боковые движения

Боковые сгибания лошади включают в себя уступку шенкелю, плечом внутрь, траверс, ранверс и принятие. Вести лошадь в сборе по прямому направлению довольно сложно, потому что под всадником находится живое существо, которое не может механически выполнять его требования, даже когда они легко выполнимы. Всадник всегда чувствует желание лошади предложить что-нибудь свое, либо предупредить его требование. Поэтому он должен быть предельно внимателен, "схватывать" каждое движение лошади, чтобы иметь возможность вовремя противопоставить свое воздействие на нее шенкелем и поводом. Еще труднее вести лошадь в равновесии так, чтобы не сбивался ритм ее движений на поворотах, вольтах, боковых сгибаниях, потому что при этом один шенкель работает сильнее другого, что сразу отражается на поводе. Внутренний повод, выдерживая постановление лошади в требуемую сторону, продолжает вести ее по изменяемому направлению. В это время лошадь может или задерживаться, или ускорять движение. Реакция всадника, его ответные действия здесь должны быть мгновенными. Чтобы научить лошадь боковым сгибаниям, требуется много времени, а чтобы она не проявляла сопротивления, нужна последовательность в ее обучении. Не следует начинать новых упражнений, пока ею не будут хорошо усвоены старые. При всех боковых сгибаниях лошади всадник должен больше опираться на внутреннее стремя и следовать за движениями лошади. Боковые движения выполняются на шагу, рыси и галопа. Работа на шагу помогает уяснить, как применять средства управления при выполнении упражнений на боковые сгибания. Работа на собранной рыси повышает совкость лошади. Следует обращать внимание на равномерность движений, широту махов и непринужденность, как при езде в один след. Помните, что двигаться нужно вперед - в сторону, а не в сторону - вперед. Езда в полтора-два следа не должна продолжаться слишком долго. Ее нужно чередовать с более свободными

аллюрами, чтобы не отбить у лошади желание двигаться вперед с импульсом. В начале обучения рекомендуется делать только два-три шага или маха вперед - в сторону и сразу же выравнивать лошадь. Затем повторить это упражнение несколько раз. Самым простым из боковых движений лошади является уступка шенкелю. Лошадь идет вперед с небольшим изгибом в затылке в сторону, противоположную движению, при этом ее корпус остается прямолинейным. При выполнении этого движения внутренний шенкель расположен за подпругой, удерживая зад лошади от смещения, а наружный шенкель лежит близко к подпруге, требуя бокового движения. Внутренний повод проходит по шее, контролируя само движение, наружный повод требует от лошади сгибания в затылке. Основой, на которой строятся все боковые движения, является движение плечом внутрь. Лошадь в хорошем сборе движется в сторону, противоположную поставу головы, при этом внутренний шенкель лежит около подпруги, а наружный - за подпругой. Внутренний повод требует от лошади постановления, наружный - контролирует ее движение. С помощью упражнения "Плечом внутрь" повышается собранность лошади и гибкость ее поясницы. Начинать это упражнение лучше во время прохождения углов манежа. Для этого, мягко отзывая, делают постановление в сторону движения, затем после полуодержки поворачивают лошадь внутрь манежа как бы на вольт. Легкий набор наружного повода не позволит ей уйти внутрь манежа, а поведет ее в боковое движение. Внутренний повод сохранит правильное положение головы и вместе с внутренним шенкелем поможет вести лошадь в два следа. Угол и короткую стенку манежа следует проходить в один след в хорошем сборе, сохраняя соответствующее постановление лошади. Чтобы прекратить ее боковое движение, нужно выровнять перед лошади по отношению к ее задней части. Еще полезно упражнение, когда делают переход от "плечом внутрь" к вольту в один след, после чего продолжают движение прямо или плечом внутрь. Хочется предупредить всадников, что, выполняя любое боковое движение, надо в первую очередь обращать внимание на то, чтобы лошадь двигалась вперед - вбок, а не только в сторону. Главное - вперед, с выносом ноги и плеча свободно вперед. При выполнении упражнения "Плечом внутрь" лошади нередко идут за поводом. Единственный выход исправить это положение - выдвигание лошади на свободных движениях в один след вперед на повод. Законом для всадника должно стать следующее: шенкель заставляет лошадь двигаться вперед, в результате она как бы "натывается" на мягкий повод, который ограничивает ее продвижение. Повод ни в коем случае не должен быть опорой для рук всадника.

7. Траверс

При выполнении траверса лошадь идет головой к стенке манежа в ту сторону, в которую она смотрит. При этом ее корпус согнут вокруг

внутреннего шенкеля, который лежит на подпруге для поддержания импульса. Наружный шенкель находится за подпругой, сохраняя боковое движение. Внутренний повод делает постановление, наружный контролирует движение. Внутренняя задняя нога под воздействием шенкеля подводится под корпус лошади, получает большую нагрузку и сильнее сгибается. Наружные ноги лошади заступают перед внутренними.

Траверс служит для совершенствования гибкости заднего отдела, собранности и продольной гибкости, а также правильного сгибания в затылке, достигнутых во время работы плечом внутрь. Траверс развивает чувство взаимозависимости между шенкелем и поводом. В траверсе репризы должны быть короче, чем в плечом внутрь, так как это движение требует больших усилий от лошади. Начинать делать траверс лучше после упражнения плечом внутрь, когда лошадь уже находится в достаточном сборе и согнута для траверса. При этом угол манежа проходят в один след. Если всадник собирается перейти к траверсу от прямого движения, то следует использовать угол манежа, потребовав от лошади перед углом более выраженного постановления, укоротив в меру внутренний повод. Внутренняя рука должна быть особенно мягкой, чтобы не мешать лошади двигаться. В траверсе большое значение имеет работа внутреннего шенкеля. Шенкель поддерживает сбор, вокруг него происходит продольное сгибание лошади, при этом ее внутренняя задняя нога под воздействием сдвинутой в сторону массы лошади получает большую нагрузку и сильнее сгибается. Особое внимание должно быть уделено тому, что при переходе из траверса на движение в один след лошадь не должна терять приобретенное ею положение (рамку) и равномерность движения. Для этого оба шенкеля всадника (особенно внутренний) должны выслать лошадь вперед. Частой ошибкой при выполнении траверса является чрезмерное сгибание шеи и недостаточное сгибание тела лошади. Для того чтобы развить продольную гибкость у лошади, приучить ее чутко слушаться шенкеля, как говорят, сгимнастировать ее, полезно применять упражнение - движение по кругу. Сначала лошадь ведется по большому кругу (этот круг точно обозначают на манеже) в шенкелях, которые чутко реагируют на всякое своеволие животного. Затем переходят на круг меньшего диаметра, затем - еще меньшего. После этого нужно "выходить" из маленького вольта на круг большего диаметра и т.д. Если лошадь проделывает это упражнение в полном сборе и в один след, то есть, ее задние ноги идут постоянно по следу передних. - это значит, что вы достигли успехов в деле выездки вашей лошади. Всякое сопротивление лошади на сгибаниях не должно вызывать противодействия со стороны всадника, чтобы не получилось, что "коса нашла на камень". Для этого нужно добиться прямого постановления и двинуть лошадь вперед и только после этого снова попытаться потребовать от нее сгибания. Усиление внутреннего шенкеля и наружного повода помогут вам добиться правильного сгибания лошади в боку.

Ранверс - это боковое сгибание, когда лошадь идет задом к стенке манежа, а перед ее как бы отодвинут внутрь манежа. Лошадь смотрит в сторону своего движения. Посадка и средства управления (воздействия) здесь те же самые, что и при выполнении траверса. Если лошадь, например, идет ездой налево, а вы хотите сделать ранверс, то нужно отвести ее перед от стенки манежа, удерживая левым (наружным для ранверса) шенкелем зад у стенки, причем этот шенкель действует за подпругой. Правый повод устанавливает постановление направо, левый повод наложен на шею лошади и контролирует ее движение. Сгибание корпуса лошади происходит вокруг правого (внутреннего для ранверса) шенкеля, который лежит у подпруги, поддерживая импульс и не дает лошади сбиваться с ритма движения.

7.2. Принимание

это движение в два следа, при котором лошадь немного согнута в бок и смотрит в направлении движения, продвигаясь вперед - в сторону почти параллельно линии, с которой начинается движение. Внутренний шенкель (со стороны движения в сторону) лежит на подпруге для поддержания импульса, наружный - за подпругой, требуя от лошади сгибания и удержания бокового движения. Внутренний повод делает постановление, наружный - контролирует движение. На принятии внешние ноги лошади идут впереди внутренних. Для четкого выполнения принятия большое значение имеет правильное положение корпуса всадника во время движения лошади в сторону. Плечи всадника должны быть несколько- развернуты в сторону движения, при этом усиливается давление на внутреннее стремя, то есть происходит усиление давления наружного бедра всадника. Таким образом, достигается слаженность между всадником и лошадью и сохраняется равновесие. Советуем первый раз потребовать от лошади сделать движение в два следа в конце перемены направления при подходе к противоположной стенке манежа. Например, вы делаете перемену направления, ведя лошадь ездой налево, тогда при перемене направления при подходе к противоположной стенке манежа вы должны усилить оба шенкеля, особенно правый, а обе руки подать влево. Если лошадь подготовлена к восприятию подобных воздействий средств управления, она обязательно сделает два-три шага в сторону и вперед (чтобы сохранить движение нужно, чтобы шенкель был энергичным, особенно внутренний, проталкивающий вперед). Как только эти два-три шага лошадь выполнила, следует немедленно ее огладить и отдать повод. Движение уже продолжается ездой направо. В работе с лошадью надо довольствоваться малым, не доводя ее до состояния нервозности. Если лошадь разволновалась, то ее необходимо успокоить и только после этого попытаться повторить новое для нее требование. После усвоения лошадью этих требований на шаг можно перейти к работе на рыси.

При попеременном выполнении принятия направо и налево (зигзаге) нужно при каждой смене направления менять постановление, не забывая на какое-то мгновение выпрямлять лошадь. Особое внимание обращают на равномерность продольного ее сгибания как вправо, так и влево. Если на принятии предписывается выполнить определенное количество шагов или махов, то следует считать по движению передних ног. Все боковые сгибания в процессе работы делают лошадь эластичной, уступчивой в движении. Ее корпус, шея, плечи становятся более свободными. Лошадь делается более послушной всаднику, что позволяет исполнять аллюры свободно, правильно, с хорошим импульсом и в одном ритме. Необходимо обращать внимание на правильность прохождения лошадей углов и короткой стенки манежа. Угол и короткую стенку манежа надо проходить в один след в хорошем сборе и с правильным постановлением. Чтобы задние ноги лошади не уходили от следа передних наружу, всаднику нужно координировать работу рук и шенкелей. Внутренним поводом всадник делает постановление, внутренним шенкелем дает знать лошади, чтобы она свою внутреннюю заднюю ногу не только выдвигала вперед, но и подставляла ее под свой корпус, чтобы сохранить равновесие. На повороте всадник разворачивает свои плечи так, чтобы они были параллельны плечам лошади: он должен всегда сопровождать лошадь в ее движении, иначе, он будет ей мешать, а значит тормозить ее и нарушать ее равновесие. При правильном прохождении углов (или вольтов) лошадь немного согнута внутрь круга. Не следует забывать, что прохождение углов важно использовать для "накопления" энергии. Это достигается следующим образом: более сильное воздействие - полудержка - заметная группировка лошади и результат - спокойные воздействия на лошадь на длинной стенке манежа и при выполнении других элементов. Так поступают при подходе и прохождении каждого угла. Такая подготовка вырабатывает непринужденность при выполнении последующих элементов езды. Ошибка, многих начинающих всадников в том, что при прохождении углов манежа они тянут наружный повод на себя, вынуждая лошадь сгибаться наружу, отчего она теряет равновесие.

Перемена ног, контрперемены. Прежде чем приступить к обучению лошади элементам высшей школы верховой езды, таким как перемена ног, пируэты на галопе, пассаж, пиаффе, нужно быть уверенным, что вся предварительная работа по выездке сделана достаточно основательно, и лошадь, ее психика, нервная система в состоянии воспринимать новую информацию. Рассмотрим сначала простой подъем в галоп. Допустим, вы идете рысью ездой направо. Внутренним поводом делаем движение, как бы отзывая его на себя. Наружный шенкель в это время (в данном случае левый) скользит по боку лошади назад, чтобы заставить ее выдвинуть вперед наружную заднюю ногу с тем, чтобы она поднялась в галоп с правой передней ноги. В ответ на это лошадь выдвигает левую заднюю ногу значительно

сильнее вперед, чем на рыси. Как только лошадь пошла галопом с правой передней ноги, всадник возвращает левый шенкель на место - за подпругой. Правый шенкель должен поддерживать импульс. Подъем в галоп легче совершать в углу манежа, когда лошадь немного согнута во внутреннюю сторону. Очень важным и **НУЖНЫМ** упражнением является работа на кругу. Сначала большим, а затем, постепенно уменьшая его, доводят до вольта. Из внимания всадника не должно ускользнуть то, что лошадь, идя по кругу, не откидывала бы зад ни в круг, ни из круга. Справиться с ней, конечно, легче во втором случае, чем в первом. Допустим, вы ведете лошадь ездой направо. Чтобы сделать круг направо, вы даете лошади постановление направо внутренним поводом, одновременно накладываете левый повод ей на шею, чтобы отвести лошадь от стенки манежа. Шенкель в это время усиливается, чтобы не задерживалось движение, и не сокращался мах. Если лошадь откинула зал наружу (из круга), вы высылаете ее обоими шенкелями вперед, усиливая при этом левый шенкель, таким образом, заставляя ее задом идти по следу переда. Если лошадь закидывает зад внутрь круга, то усиление внутреннего шенкеля может заставить ее закрестить задом. Поэтому, чтобы не столкнуться с такими проблемами, нужно довольно долго работать на больших кругах. Когда лошадь усвоила движение по кругу, затем по вольту, можно попробовать делать полувольт с дальнейшим движением к стенке манежа в два следа. В этом случае (при езде направо) отводят лошадь от стенки манежа, как на вольт, и ведут ее к стенке уже в два следа, заставляя ее зад двигаться вправо левым шенкелем и поддерживать импульс в движении правым шенкелем. В это время левый трензельный повод наложен на шею, а правый делает лошади постановление, показывающее направление движения. Подведя лошадь к стенке манежа, нужно ее перевести в шаг, остановить, выпрямить и поднять в галоп с другой ноги. Когда это упражнение усвоено и выполняется легко, можно потребовать от лошади пройти несколько махов по стенке ездой налево контргалопом, то есть на той ноге, на которой выполнялся полувольт. Увеличение количества махов на контргалопе следует делать постепенно. Такие упражнения нужно выполнять как ездой направо, так и ездой налево. Они станут хорошей подготовкой к еще более трудному элементу езды - перемене ног. Приступить к работе над переменной ног можно только тогда, когда лошадь поднимается в галоп от очень легкого, почти символического применения средств воздействия и идет с любой ноги легко и уверенно. Воздействия всадника должны быть всегда четкими и одинаковыми, иначе у лошади не будут вырабатываться необходимые условные рефлексy.

8. Перемена ног на галопе.

Сначала подъем лошади в галоп совершается то с правой ноги, то с левой. Это проделывается до тех пор, пока она при малейшем указании шенкеля не будет подниматься с любой ноги легко и правильно. При этом нужно следить,

чтобы лошадь не бочила, не торопилась и отвечала на требования всадника спокойно. Интервал между подъемами, сначала довольно большой, постепенно сокращают и доводят до одного шага. Чтобы полностью владеть лошадью при подъемах в галоп, следует научиться это делать не только по стенке манежа, но и в отдалении от нее. Это потребует дополнительного внимания и сосредоточенности от всадника, Но и в этих условиях нужно вести лошадь по прямой. Этими упражнениями лошадь подготавливается прежде всего к подъему в галоп с места, то есть с остановки. Но перемена ног должна совершаться на движёйии и так, чтобы галоп не сокращался и ритм его не менялся. Первую перемену ноги лучше делать в углу манежа, наиболее удобном для этого месте. Лошадь идет, например, с левой ноги, то есть при езде направо она идет контргалопом. Подходя к углу, всадник быстро меняет воздействие средств управления. Если лошадь не сменила ногу, нужно ее перевести в шаг, успокоить, потом снова поднять в галоп и опять потребовать от нее перемены ноги. Если вы готовили лошадь к этому моменту, не спеша, то больших затруднений у вас не возникнет. Когда лошадь легко станет менять ноги в углах (разных, но не в одном и том же - этого следует избегать), можно переходить к перемене ног на прямой. Так как перемена ног происходит в момент подвисяния лошади в воздухе, то важно вовремя дать ей знать о необходимости сменить ногу. Это указание должно исходить от всадника в тот момент, когда диагональная пара ног лошади еще находится на земле. Для облегчения своей задачи попробуйте перед сменой ног считать махи. Например, вы идете галопом и считаете махи, решив потребовать смену ноги на счет "четыре": раз-два-три- четыре. Слово "четыре" должно произноситься энергично и резко. Одновременно с ним сигнализируют лошади о необходимости сменить ногу. Простой, элементарный метод, но помогает уловить нужный для воздействия на лошадь момент. Чтобы перемена ног производилась прямолинейно, нужно следить, чтобы в каждый темп лошадь продвигалась вперед достаточно энергично, оставаясь в мягком поводу. Грубость повода особенно сказывается на прямолинейности выполнения упражнения. Если же лошадь боится шенкеля и шпоры, то перемена ног будет выполняться ею судорожно, рывками, а движение ее потеряет эластичность. Нужно всегда помнить, что при перемене ног наказание лошади должно быть совершенно исключено. Наоборот, ласка, поощрение в любом виде, успокоение продвинут вашу работу быстрее вперед. Помните, что всякое новое требование к лошади не должно "ложиться" на недостаточно крепко усвоенное ею предыдущее.

Перемена ног бывает простой (как описывалось выше) и в определенной последовательности - в шесть, четыре, три, два и один темп. Особенно трудна перемена ног в один темп. И к ней ведет долгий путь. Когда лошадь усвоила перемену ног в воздухе, а всадник уверен в том, что по его указанию она это

сделает в любой момент, можно начать перемену ног через определенное число махов. Начинать лучше это делать после 8-10 махов, не меньше. После того как лошадь сменила ногу влево и вправо, нужно ее остановить и огладить. Потом попытаться повторить этот успех. Если лошадь заволновалась, то ее следует остановить и снова поработать с нею над подъемами в галоп. Количество перемен ног можно увеличивать только после того, как лошадь начнет выполнять ваши требования спокойно и уверенно.

После этого можно потребовать от лошади перемену ног и через меньшее количество махов. Делать это нужно в той же последовательности, как говорилось выше. Всякие сбои чаще всего происходят по вине всадника, который сам готовится к этой перемене раньше, чем это необходимо. При этом, забывая, что между требованиями сменить ногу он должен очень спокойно сидеть в седле, поскольку даже малейшее движение с его стороны может восприниматься лошадью как указание к действию (лошади - очень чуткие животные, старающиеся "угодить" человеку). Этим объясняется то, что лошадь нередко сама "предлагает" сменить ногу еще до команды. В этом случае нужно сильным воздействием соответствующего шенкеля заставить ее сменить ногу на правильную. Если это сделано вовремя, то она поймет, что самовольничать не следует. И хотя она вам подчинилась, все же лучше поработать с нею снова на подъемах в галоп с движением вперед. Это позволит ей более прочно усвоить, что без указания всадника она не должна ничего делать. Перевод же в шаг действует на нее успокаивающе. После уверенного исполнения лошадью перемены ног в два темпа можно переходить к перемене ног в один темп. В данном случае увеличение количества перемен должно осуществляться еще более внимательно и осторожно. Если лошадь спокойно и уверенно меняет ноги в один темп по прямой, то можно предложить ей это упражнение по кругу. В одной олимпийской программе был элемент - перемена ног на кругу диаметром 20 м. Сначала нужно было менять ноги в четыре темпа (4 раза), затем в три темпа (4 раза), потом в два темпа (4 раза) - как налево так и направо. Это очень сложно, но если вы сможете это сделать, то вы будете удовлетворены плодами своей работы. Делая перемену ног, нередко совершают следующие ошибки:

1. всадник стоит на стремянах, а не сидит в седле (особенно часто эта ошибка наблюдается при перемене ног в один темп);
2. лошадь недостаточно продвигается вперед, сокращает маховое движение и слишком высоко поднимает передние ноги.

Остальные ошибки, происходящие при перемене ног, объясняются тем, что либо лошадь не подготовлена правильно и последовательно, либо воздействие на нее не было достаточно четким и ясным для нее. При выполнении контрперемен на галопе учитывают, что перед сменой ноги идет

высвобождение переда и выпрямление лошади, чтобы сама перемена ног произошла по прямой. Внутренний шенкель при этом остается прижатым к боку лошади: он не дает угаснуть импульсу движения и продвигает лошадь вперед. Наружный шенкель действует так же, как и на принятии (на движение вперед -вбок). При этом важно (как и на перемене ног) не задерживать движение поводом, всякий раз при перемене ног повод слегка смягчают. При выпрямлении лошади должно меняться и ее постановление.

9. Пируэты.

Сложнейшей фигурой в высшей школе верховой езды является пируэт на галопе. Так как исполнение этого элемента требует большой скоординированности в движениях всадника (его средств воздействия на лошадь), то подготавливать себя к этому нужно заранее. Чтобы правильно действовать на галопе, нужно отрабатывать свое поведение на лошади в менее трудных условиях, то есть на шагу или на месте. Эти действия должны соответствовать тем, которые нужны при исполнении пируэта уже на галопе. С чего начать? Вы останавливаете лошадь и сознательно, применив свои теоретические знания, поворачиваете корпус налево, например, так, чтобы видеть маклак лошади, при этом смещаете немного центровку влево за счет более сильного нажатия шенкелем на левое стремя. Это упражнение проделываете несколько раз, пока поворот корпуса и давление на стремя (шенкель в это время должен лежать у подпруги, а не отделяться от бока лошади) не будут совершаться одновременно. После этого следует подключить руки: левый повод показывает направление предполагаемого движения, а правый накладывается на шею лошади. Когда применение всех этих компонентов воздействия на лошадь у вас станет независимым от вашего сознания, то есть вы будете применять их не думая, когда и как действовать, то это означает, что ваши движения отработаны до автоматизма и вы можете перейти к работе в усложненных условиях. Известно, что наше внимание не может быть сконцентрировано одновременно на большом объеме действий, а может только переключаться. Это и подсказывает нам, что к любому труду нужно приступать с овладения какой-либо его части, а затем подключать что-то новое, пока все необходимые вам действия не будут доведены до автоматизма, то есть станут независимыми от вашего сознания. Эти свойства нашей памяти и физиологические возможности помогают человеку овладевать труднейшими видами деятельности. Только после того, как взаимная связь, которая должна существовать между всеми средствами воздействия на лошадь будет вами освоена на месте, и отработана до автоматизма, вы можете попытаться сделать то же самое на шагу. Тем более что, прежде чем приступить к обучению лошади пируэту на галопе, необходимо, чтобы сначала

лошадь хорошо усвоила пируэт на шагу. Подходить к полному пируэту на шагу нужно через полупируэт. Полупируэт на шагу - полноправная фигура в ряду с другими призовыми фигурами. Готовить его следует тщательно и неторопливо, так как правильное его исполнение требует от лошади тонкого восприятия указаний со стороны всадника, а также большой сосредоточенности в даче этих указаний конником. Правильно исполненный пируэт на шагу - это четкое, ритмичное движение лошади на шагу при небольшом изгибе корпуса в сторону движения вокруг внутреннего шенкеля. При этом задние ноги, оставаясь практически на месте, работают отчетливо в ритме всего движения. Делается полупируэт следующим образом: вы ведете лошадь собранным шагом, затем, отозвав, допустим, правым поводом (сделав постановление направо и предупредив лошадь, что последует следующее требование) накладываете левый повод на шею. То есть, правый повод указывает направление движения, а левый направляет плечи лошади в ту же сторону. Правый шенкель, упираясь на стремя больше чем при движении вперед, не дает лошади остановиться, а левый шенкель удерживает ее зад от закидывания в сторону. Выравнивание средств управления (воздействия) позволит выслать лошадь вперед по завершении ею пируэта. При выполнении этой фигуры, впрочем, как и других, важно, чтобы корпус всадника сопровождал движение лошади в сторону. Для этого плечи его должны быть развернуты, в данном случае, вправо, а центр тяжести сдвинут также вправо. Всадник должен быть внимательным еще и потому, что если он не достигнет четкого взаимопонимания между работой шенкеля и рук, то лошадь может осадить или перестать работать задними ногами. Не нужно сразу делать весь полупируэт. Сначала довольствуйтесь одним-двумя шагами лошади в сторону. Огладьте ее, двиньте вперед в прямом направлении. Еще раз попросите лошадь, задерживая ее зад, отвести перед на 0 дин-два шага. И так нужно делать много раз. Таким же образом в дальнейшем работают с лошадью над полным пируэтом на шагу. Параллельно с описанной работой над пируэтом на шагу проделывают подготовительные упражнения для последующей работы над пируэтом на галопе. Такими упражнениями могут быть:

1. Работа "гармошкой", причем сокращение галопа нужно доводить почти до галопа на месте. Но здесь нужно быть очень внимательным, чтобы при сокращении галопа не нарушалась трехкратность движения:

2. Принимание на галопе ведется по большому 'кругу, который в процессе работы уменьшается (рис. 6),

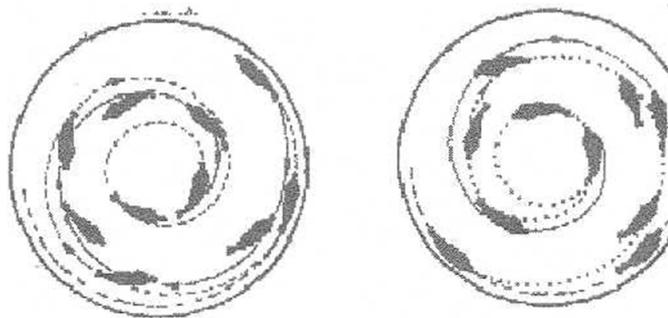


Рис. 6. Движение по спирали

Можно применять также упражнение, которое вы видите на рисунке. На нем лошадь ведется не по стенке манежа, а параллельно ей на небольшом расстоянии (рис. 7). Дойдя до угла, поворачиваете лошадь в сторону стенки манежа. Она естественно сгибается вокруг вашего внутреннего шенкеля, а наружный шенкель удерживает откидывание зада. Далее по стенке лошадь идет прямо (рис. 7). Полезно и другое упражнение: всадник ведет лошадь на собранном галопе по длинной стенке манежа. В углу он делает как бы полувольт и идет ранверсом (круп в сторону стенки, а перед отведен от нее) в противоположную сторону. Только после этих предварительных упражнений, многократно повторенных (не в один день), и при условии, что лошадь к ним стала относиться спокойно, можно перейти к выполнению самого пируэту

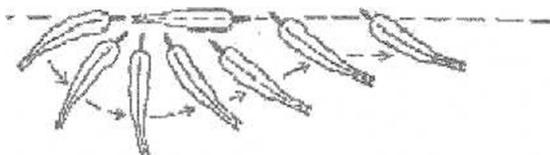


Рис. 7 Подготовительное упражнение к пируэту.

Полезно проделывать и такое упражнение. Начните делать пируэт на шагу. Во время исполнения этого движения потребуйте от лошади подъем в галоп, как при подъеме в галоп при движении по вольту. Это будет один темп галопа. Затем продолжайте пируэт на шагу. Когда лошадь успокоится, потребуйте от нее еще один темп галопа. По мере усвоения надо чтобы лошадь сделала сначала два, потом три темпа галопа и при этом оставалась на пируэте. В данном упражнении (обязательно применяя последовательность) для лошади не будет ничего нового как на пируэте, так и в подъеме в галоп. Надо только связать ранее отработанные приемы - подъем в галоп и перемещение на пируэте при принятии па галопе на вольту головой наружу. Настоятельно обращая внимание на то, что начинать надо с одной четверти пируэта, а затем продолжить движение по прямой. Когда лошадь будет легко выполнять это упражнение, можно перейти на отработку полупируэта и т.д. При этом постоянно нужно следить за работой задних ног. Для этого необходимо все время совершенствовать галоп на сокращенном до максимума движении, т.е. до галопа на месте. Но ни в коем случае нельзя этого добиваться за счет одних поводьев. Укорачивать галоп и доводить его до движения на месте можно

только усилением действий шенкелей при частых переходах в шаг. Выполняется такой галоп в полном сбое, поэтому шенкель не только поддерживает сбор, но также темп и ритм галопа. Поводья в это время оказывают сдерживающие усилия. Чаще оглаживайте, поощряйте лошадь за такие труды. Впоследствии, когда это упражнение будет освоено, можно делать следующее: поднять лошадь в галоп, пройти несколько темпов, а затем, сократив движение, сделать несколько темпов на месте; после этого - снова выслать ее вперед. Если зад лошади перестает работать (становится мертвой точкой опоры), следует немедленно выслать ее вперед и, снизив постав передка, оживить работу задних ног. Пируэт- это круг, выполняемый лошадью в два следа на пять - восемь тактов, радиусом, равным длине ее корпуса. "На пируэте передние ноги и наружная задняя нога лошади движутся вокруг внутренней задней ноги, которая после каждого темпа должна опускаться в свой след или немного впереди него" (Правила FEI). Для правильного исполнения пируэта необходимо, чтобы лошадь вошла в него в ритме своего галопа и в таком же ритме из него вышла. На пируэте лошадь слегка согнута в направлении поворота, контакт с поводом остается легким при наивысшем сборе, круп приспущен. Потеря импульса на пируэте грозит нарушить трехтактность галопа, что недопустимо и карается судьями очень строго. Поэтому внутренний шенкель работает у подпруги в темп галопа для поддержания импульса, а наружный плотно прижат к боку лошади и не позволяет ее заду сместиться в сторону. Необходим также перенос всадником центра тяжести в сторону внутренней задней ноги лошади. Этому помогает (особенно в начальный период работы) разворот корпуса всадника внутрь движения, а иногда даже поворот головы и плеч так, чтобы увидеть маклак (вспомните работу на месте для отработки автоматизма действию). Таким образом, происходит совмещение центров тяжести человека и лошади. Если вы едите на велосипеде, то ведь на повороте вы обязательно должны наклониться в сторону поворота, иначе упадете. С лошади можно и не упасть, но сбить ее с ритма движения, нарушить связь с нею, вызвать у нее неприятные ощущения, которые толкнут ее на сопротивление, вызвав ухудшение качества движения, можно. Работая над пируэтом, полезно продвигать лошадь вперед сначала после двух -трех темпов в сторону, затем после четырех - пяти. Такой метод улучшит качество исполнения пируэта. Ошибки на пируэте возникают в результате форсированной работы, либо тогда когда всадник забывает следить за собой и нарушается согласованная работа его средств воздействия на лошадь. Помните: не следует валиться вперед, лучше немного откинуться назад, облегчив этим движение передка лошади. Пируэт выполняется согласно программам различных езд у определенных букв. Однако, мы часто наблюдаем, что, ведя лошадь точно на букву, всадник не удерживает ее и пируэт совершается несколько в стороне от требуемой точки. Чтобы этого не происходило, всаднику необходимо в последние один - два темпа галопа

сделать как бы ложное движение в сторону, тогда пируэт будет точно на нужном месте. Что подразумевается под ложным движением?

Вы ведете лошадь, например, по центральной линии с левой ноги и вам нужно сделать пируэт у точки "X". Не доходя до точки "X" один - два темпа, вы отводите перед лошади обоими поводьями, положив их на шею, чуть вправо, затем начинаете пируэт налево. Это малозаметное движение в обратную сторону дает возможность удержать зад лошади на определенном месте, в данном случае, точно у точки "X". Чтобы лошадь в этот момент не сменила ногу, нужно делать это очень мягко. Кроме того, в процессе предварительной работы с лошастью на галопе нужно приучить ее двигаться на собранном галопе не только с правильным постановлением, но также и с обратным, слушая только шенкель. Характерными ошибками на пируэте бывают:

- неточное соблюдение оси поворота:

- поспешное исполнение (вертушка),

причины: резкое действие наружным шенкелем, шпорой и поводом. При этом лошадь будет спешить и передом, делая либо большие махи в сторону, либо торопливые движения. Чем быстрее "забирает" лошадь плечами в сторону, тем более склонна она опереться на одну из задних ног, что влечет за собой нарушение тактности галопа. Это явление чаще всего наблюдается у лошадей с перевозбужденной центральной нервной системой;

- лошадь "крестит" на пируэте (то есть меняет последовательность работы задними ногами), причины:

- беспокойная рука всадника (неравномерное действие поводьев);

- беспокойная посадка всадника, влияющая на равновесие лошади; резкое воздействие на лошадь внутренним шенкелем и шпорой.

Исправить этот недостаток помогает работа траверсом. При движении по окружности лошади легче подставлять под свой корпус внутреннюю заднюю ногу, а всаднику легче чувствовать это. Одновременно необходимо совершенствовать посадку всадника и применение им средств управления.

осаживание во время пируэта, причины: - резкое воздействие поводом;

- чрезмерный уклон корпуса всадника назад при недостаточной активности шенкелей или - слабый зад лошади.

Все это может вызвать не только движение лошади назад, но и появление болезненных процессов у нее в суставах и мышцах конечностей. Рука всадника, мягкая и чуткая, не лишает лошадь поддержки поводом, но не мешает ее движению. Только при чутком равновесии (корпус всадника при этом играет роль стрелки весов - малейший его уклон нарушает равновесие) возможно исполнение хорошего пируэта. • "ломание" передних ног "Ломание" происходит, когда лошадь не успевает выносить передние ноги непринужденно и естественно, тогда движение получается скомканным. Рецепт исправления один: постепенность в предъявлении требований к животному и - не спешить!

- потеря трехтактности в галопе, причины: - лошадь еще не готова двигаться максимально сокращенным галопом: - слишком высоко поднят перед лошади и этим подавлено движение ее задних ног;
 - потерян импульс в движении лошади; - слабость и недоразвитость мускулатуры спины и поясницы лошади: - недостаточно энергичная работа шенкелей всадника (особенно внутреннего);
- неправильное положение корпуса всадника, его плеч, головы и др.

10. Осаживание

Движение лошади назад должно совершаться по прямой линии. Для осаживания характерно почти одновременное движение назад диагональных пар ее ног. При этом должны сохраниться правильность шагов лошади и тот же захват пространства, что и при движении вперед собранным шагом (так как осаживание делается на собранном аллюре). Идеально, осаживание делается без остановки перед повторным движением вперед и опять назад: лошадь движется как маятник - назад-вперед.

Чтобы выполнить осаживание, всадник примеряет действие шенкеля сзади подпруги, а чтобы лошадь не двинулась вперед, он придерживает ее поводом, но не тянет на себя. Лошадь находится в ровном поводу. Огромное значение при осаживании имеет перемещение центра тяжести: сиделище всадника немного подается вперед, освобождая поясницу лошади. Начинать работу над осаживанием нужно в руках, а чтобы не вызвать скованности у лошади и ее сопротивления, нельзя требовать от лошади сразу многого, а довольствоваться нужно ее двумя-тремя шагами назад. После этого надо отдать повод, огладить и продвинуть ее вперед. Встав перед лошастью, берут в руки трензельные поводья и надавливают ими на рот сверху-вниз, слегка опустив ей голову, то есть освобождают ее зад и затягивают перед. Такое положение тела лошади позволяет ей легче поднять задние ноги и двинуться назад. Осаживание - трудное и утомительное упражнение для животного, поэтому нужно быть терпеливым и не отбивать у лошади охоту подчиняться человеку. После этого можно (лучше с помощью тренера) попытаться сделать осаживание под седлом - два-три шага. От внимания не должно уйти то, что шенкеля действуют одновременно, а сама лошадь должна быть в сборе, и всадник следит за тем, чтобы она не ушла за повод или через повод. При правильном подходе к обучению этому упражнению, как правило, лошадь будет двигаться назад, поднимая, а не волоча ноги, что серьезно отразится на оценке этого элемента судьями.

Литература

1. С.М.Волынский, Учебник верховой езды. У91 М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005.
2. С.М.Волынский, Тренировка и выездка лошадей. М.: ООО Издательство АСТ; Донецк: Сталкер, 2004.
3. Р.Климке, Выездка молодой спортивной лошади. М.: «Аквариум АТД», 2002.
4. Р.Климке, Школа верховой езды для начинающих. Практическое руководство. М.: «Аквариум», 2002.
5. Р.Климке, Выездка и конкур: советы профессионалов, М.: «Аквариум», 2003.
6. А.М. Левина, Выездка спортивной лошади. Учебное пособие. М.: ФиС, 1955.
7. А.М.Левина, Как правильно ездить верхом. Учебное пособие. М.: ФиС, 1967.
8. И.Шрейнер, Учебник верховой езды. М.: «Аквариум», 2001.