

Тренування молодняку верхових коней

1. Груповий тренінг.
2. Заїздка.
3. Індивідуальний тренінг

Груповий тренінг. Тренування молодняку чистокровної верхової породи проводять по наступній зразковій схемі.

Алюри, их чередова
Шаг
Рысь
Шаг
Рысь
Кантер
Шаг
Всего за день

вершника (щоб виробити в лошат відповідні умовні рефлекс). При груповому тренінгу ведуть спостереження за лошатами, при перших ознаках перевтоми змінюють дистанцію й швидкість руху. При брудній, засніженій доріжці знижують навантаження, скорочують дистанцію й зменшують швидкість. З початку пасовищного періоду річників переводять на левадне (пасовищне) зміст. Середні добові норми годівлі молодняку чистокровної верхової породи в період заїздки, тренінгу й випробувань наведені в таблиці:

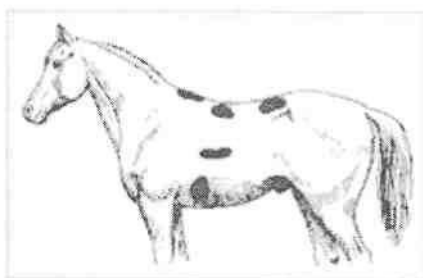
Компоненты	от
Кормовые единицы	
Переваримый протеин, кг	
Кальций, г	
Фосфор г	
Каротин, мг	
Поваренная соль	

Перехід з одного алюру на іншій супроводжується командами

При недостатній забезпеченості раціонів білками включають макухи, шроти, бобове сіно й траву; при недоліку фосфору - пшеничні відрубай, макуха, шрот і кісткове борошно.

Вітамінами багаті всі зелені корми, трав'яне борошно, червона морква, пророщене зерно. Бобове сіно містить багато кальцію, надлишок якого в раціоні небажаний, тому в раціони потрібно вводити до 30% бобового сіна й до 70% злакового; можна давати одне бобово-злакове сіно (травосуміш). Включення до складу кормів моркви, трав'яного борошна, пророщеного зерна робить раціон більше повноцінним по вітамінному складі. У віці 1,5 років коней переводять у тренувальні відділення й приступають до заїздки.

Заїздка. Заїздку верхових коней починають восени у віці 1,5 років. Спочатку лошати привчають до вуздечки, водінню в приводу, потім - до сідла (місця найголовніших механічних ушкоджень під сідлом верхового коня зображені на малюнку нижче).



Сідлають лоша перший раз у деннику: один конюх тримає лоша за повід, а інший, давши обнюхати сідло, кладе його на спину лошати, попруги зтягують так, щоб сідло тільки трималося. Коли лоша звикне до сідла, його водять у приводу (у манежі) по 20 - 30 минут протягом 3 - 4 днів. Після цього приступають до основної частини заїздки - під вершником масою не більше 50 - 55 кг.

Осідлане лоша перед посадкою ганяють клуса й галопом на корді 15 - 20 минут. Потім до кінців недоуздка пристібають лейці, за допомогою яких лошати виводять на середину маніжачи. Тренер перебуває з лівої сторони лошати й утримує його. Наїзник за допомогою тренера обережно сідає в сідло й бере повід в руки. Не можна допускати, щоб лоша скинуло із себе їздця, тому що це він може повторити й наступного разу. Після того як лоша заспокоїться, конюх змушує його йти кроком протягом 20 - 30 минут. Через 15 - 25 днів таких уроків лоша звичайно звикає до їздця й починає вільно ходити кроком і бігати клуса, після цього відстібають лейці й дозволяють вершникові їздити без сторонньої допомоги.

Індивідуальний тренінг. При індивідуальному тренінгу верхових коней підготовляють до інтенсивної й тривалої роботи на основі розвитку й зміцнення серцево-судинної системи, м'язового й сухожильно-зв'язкового апарата, розвитку силових, швидкісних якостей, загальної витривалості. Досягається це шляхом систематичної дозованої роботи під сідлом. Індивідуальний тренінг верхового молодняка виходить із систематичного повторення роботи м'язів з метою вдосконалювання вищої нервової діяльності, тобто вироблення й закріплення необхідних умовних зв'язків і рухових навичок у коня.

Індивідуальний тренінг верхових коней починають у віці 1,5 років і проводять у два етапи:

Азбука, їх чергування	Объем работы для лошадей разного возраста		
	1,5—2 года	2,5—3 года	3,5 года и старше
<i>1 этап (ноябрь—январь)</i>			
Шаг	8—10 мин	8—10 мин	8—10 мин
Рысь	15—20 мин	25—35—45 мин	30—40—50 мин
Шаг	5 мин	5 мин	5 мин
Кантер	1000—1400 м	1600—2400 м	2000—2800 м
Шаг	20—25 мин	20—25 мин	20—25 мин
Общий объем работы	7—8 км	10—12 км	11—14 км

I етап (листопад - січень) - підготовка організму коня до більше інтенсивної й тривалої роботи, зміцнення м'язового й сухожильно-зв'язкового апарата, розвиток силових якостей і загальної витривалості. При загальному обсязі роботи понад 20- 25.мін. необхідно проводити її у дві репризи, з 3-5 хвилинним інтервалом руху кроком. Наприкінці I етапу для 2-літніх коней проводять кілька тренувань інтенсивного характеру: жваві 'куприки' на 200-зоом, размашки на 500-боом для підготовки організму коня до більше інтенсивної роботи у весняний період.

II етап (лютий-квітень) - продовження розвитку силових якостей і загальної витривалості, застосування спеціальних навантажень для розвитку швидкісної витривалості. У весняно-літній період велику увагу приділяють жвавим роботам і навантаженням інтервального характеру. Сутність останніх полягає в тім, що швидкісна частина тренування проводиться у вигляді повторних навантажень із більшими інтервалами для відпочинку. Важливе значення для розвитку швидкості й швидкісної витривалості коней має сполучення робіт на відносно довгі дистанції (1500-2000м) з інтенсивними навантаженнями інтервального характеру.