

ГБСУСО МО «Семейный центр имени А.И.Мещерякова»

**Программа
по оздоровительной адаптивной верховой езде.**

Сергиев Посад

2024 – 2025 уч.год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана для детей с ограниченными возможностями и детей-инвалидов. Такие дети не редко сталкиваются со значительными барьерами на пути включения в социальное и культурное пространство. Эта вынужденная изоляция зачастую причиняет не меньше страданий, чем заболевание, приведшее к инвалидности. Поэтому наряду с медицинской, профессиональной и другими традиционными видами реабилитации так важна работа по восстановлению социально-культурных связей. Интеграция в общество детей и молодёжи с ограниченными возможностями эффективна, когда она опирается на способности инвалидов, на поддержание их достоинства. Такие возможности для развития, самореализации, взаимодействия в коллективе предоставляет иппотерапия – специально организованные занятия по обучению детей с проблемами здоровья верховой езде.

«ИППОС» по-гречески означает лошадь. Слово «терапия» указывает на то, что это лечение в медицинском смысле этого слова. Иппотерапия и есть «лечение с помощью лошади», лечение болезней и улучшение психического и физического состояния пациента. Как в этом может помочь лошадь? Даже если не рассматривать психологическое воздействие, которое тоже играет огромную роль, можно найти несколько соматических или физических факторов, благотворительно влияющих на состояние пациента. В основном, на него воздействуют движения лошади. Влияние движения лошади на тело пациента (на его таз, позвоночник, суставы и мышцы, на внутренние органы, особенно желудочно-кишечный тракт, сердечно-сосудистую систему)- это самый важный терапевтический фактор.

Иппотерапия или лечебная верховая езда (ЛВЕ) - это одна из методик комплексной реабилитации, осуществляемой при помощи верховой езды. Лечебная верховая езда включает в себя комплекс упражнений, направленных на коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата нарушений вертикализации, тренировку вестибулярного аппарата, а также на развитие эмоционально-волевой сферы.

Лечебная верховая езда в комплексе с занятиями лечебной физкультурой, является наиболее эффективным восстановительным мероприятием и даёт более стойкий и быстрый благоприятный результат, нежели чем отдельно взятые традиционные методы лечения ребенка с ограниченными возможностями.

При использовании иппотерапии отмечаются позитивные изменения в физическом и психологическом состоянии инвалидов с ДЦП: улучшения двигательных возможностей за счет снижения патологического тонуса мышц, улучшения походки, более качественного выполнения физических упражнений.

Занятия иппотерапией оказывает гармонизирующее воздействие на эмоциональное и физическое состояние ребёнка – инвалида. При лечебной верховой езде возникает побудительный мотив, направленный на преодоление своего недуга, стимулирующий самостоятельные активные действия.

При помощи иппотерапии (лечебной верховой езды) у ребёнка расширяется контакт с внешним миром, а так же расширяем его коммуникативную сферу. Ребёнок, сидя верхом, вынужден постоянно общаться с педагогом, выполнять его задания. Тем самым, обеспечивая себе, безопасное положение и выход из затруднительных ситуаций, следовательно.

Данная программа включает в себя следующие направления иппотерапии в лечебных, оздоровительных и социально-педагогических целях:

1. Иппотерапия для коррекции различных двигательных нарушений, таких, как парезы, параличи верхних и нижних конечностей, расстройства координации движений, насильственные движения и т.п. В ортопедической практике были попытки применения данного метода при коррекции деформаций позвоночника и иных дефектов осанки
2. Лечебная верховая езда и вольтижировка (упражнения на лошади) как метод педагогического воздействия, показана детям и подросткам, в том числе и с нарушениями интеллектуального развития, детям с нарушениями в поведении, затруднениями в обучении с целью педагогической коррекции.

Методика и программа занятий по иппотерапии с детьми с ограниченными возможностями включает в себя комплекс мероприятий, направленных на решение соответствующих лечебно-оздоровительных и социально-педагогических задач.

При этом ставилась задача обеспечить:

- *целостное воздействие* занятий на ребёнка: кинезотерапевтическое, социально-психологическое и активацию чувствительных систем головного мозга;
- *дифференцирование нагрузки* в зависимости от степени выраженности двигательных расстройств у детей и их психологических особенностей;
- *закрепление* положительных сдвигов в физическом и психическом состоянии, достигнутых с помощью иппотерапии.

Программ по иппотерапии предусматривает 10 занятий на курс. Программа рассчитана на занятия с детьми, имеющими различные отклонения в физическом и психическом развитии.

Широкий возрастной диапазон адресатов (2 – 18 лет) объясняется тем, что для таких детей фактический возраст не является критерием физических или интеллектуальных возможностей. Продолжительность занятия – 20-30 минут, в зависимости от тяжести двигательных нарушений и правильности выполнения предлагаемых упражнений. Подбор упражнений зависит от диагноза занимающихся детей.

Количество курсов обусловлено только желанием и возможностями обучающегося. В идеальном варианте, однажды занявшись верховой ездой, человек остается на всю жизнь рядом с прекрасным животным и великолепным видом спорта

При желании возможно подключение к занятиям и родителей, а также при положительной динамике физического состояния занимающегося возможно повторное прохождение курса.

Целью занятий является физическая, психосоциальная и личностная реабилитация, адаптация и интеграция детей, подростков и молодых людей с ограниченными возможностями, детей «группы риска» посредством лечебной верховой езды.

Задачи:

1. Коррекция порочных установок опорно – двигательного аппарата; -увеличение подвижности в суставах верхних и нижних конечностей; - нормализация мышечного тонуса;

-нормализация силы мышц;

-развитие мышечно-суставного чувства и мышечно-сенсорных координаций;

-формирование вестибулярных реакций, равновесия и ориентировки в пространстве; -формирование опороспособности нижних конечностей;

-развитие манипулятивной функции рук;

-улучшение деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма;

-адаптация организма к физическим нагрузкам;

-формирование необходимых двигательных навыков;

-развитие речи, памяти, внимания, мышления;

-снижение тревожности; -стабилизация эмоциональной сферы;

-воспитание самостоятельности, независимости, социальная и бытовая реабилитация;

-преодоление зоофобии и иппофобии.

2. Научить самостоятельно управлять лошадью, научить ребенка самостоятельно удерживать равновесие без помощи педагога;

3. Научить ориентироваться в пространстве или на площадке где проходят занятия.

4. Коррекция эмоционально-волевой сферы.

5. Обучение навыкам управления собственным телом, коррекция и развитие двигательной (моторной) сферы.
6. Расширение представлений об окружающем мире.
7. Развитие психических функций (восприятие, внимание, память, мышление, речь).

Данная программа предусматривает определенную последовательность лечебно-оздоровительных и социально-педагогических мероприятий в три этапа.

Первый этап - подготовительный. Он включает в себя лечебные физические упражнения, предлагаемые с учетом особенностей двигательных нарушений при отдельных формах ДЦП, а также психолого-педагогические мероприятия, направленные на психологическую адаптацию инвалидов к условиям проведения занятий.

Второй этап - верховая езда на манеже под контролем инструктора.

Третий этап - закрепление достигнутых положительных результатов, нового двигательного стереотипа (его автоматизацию) путем продолжения систематической тренировки по индивидуальному плану.

Противопоказания к занятиям иппотерапией:

1. Врожденная ломкость костей.
2. Гемофилия.
3. Острые инфекционные заболевания.
4. Эписиндром органического генеза.
5. Острые травмы шейного и поясничного отдела позвоночника.
7. Соматические заболевания в остром периоде, при тяжелой степени заболевания или в стадии декомпенсации.

Распределение занятий 1 курса

1. Теория:

- 1.1. Понятие об иппотерапии;
- 1.2. Снаряжение для лошади;
- 1.3. Одежда для всадника;
- 1.4. Знакомство с лошастью.

2. Практика:

- 2.1. Посадка на лошадь;
- 2.2. Упражнения на правильную осанку;
- 2.3. Упражнения на дыхание;
- 2.4. ОРУ верхом на лошади;
- 2.5. Упражнение на расслабление.

Содержание учебного материала

1. Теория.

1.1. Понятие об иппотерапии: лечебная верховая езда, лошадь в медицине, образовании и спорте. Принципы использования лошади в физиотерапии.

1.2. Снаряжение для лошади: тренировочные или спортивные седла (глубокие), или гурта для иппотерапии с вольтрапом.

1.3. Одежда для всадника: на голову надеть защитный шлем (если возможно), обувь без каблука, желательно эластичные брюки.

1.4. Знакомство с лошастью: наблюдение со стороны, непосредственное общение с лошастью.

2. Практика:

2.1. Посадка на лошадь. Осуществляется при помощи инструктора.

Правильное исходное положение в седле: ребенок должен ровно держать голову, плечи должны быть расправлены, спина - прямая, поясница слегка прогнута. Руки согнуты в локтях и слегка прижаты к корпусу, для подстраховки ребенок может держаться за гриву. Ноги опущены вниз и слегка согнуты в коленях, плотно прижаты к

седлу (или к корпусу лошади если на ней нет седла), даже если нет стремян, стопы находятся в том же положении, что и с ними. Стопы должны быть параллельно корпусу лошади.

2.2. Упражнения на правильную осанку:

- Сидя на лошади необходимо расправить плечи, выпрямить спину и развернуть грудь.

2.3. Упражнения на дыхание:

- диафрагмальное дыхание. Стоя на месте и в движении на шагу.
- Грудное дыхание. Стоя на месте и в движении на шагу.
- Полное дыхание. Стоя на месте и в движении на шагу.

2.4. ОРУ верхом на лошади. На лошади, стоя на месте (первые занятия – на гимнастическом коне), в движении шагом:

- Руки расслабить и положить на колени. После двух кругов развести прямые руки в стороны; педагог должен постоянно следить за осанкой ребенка, за напряжением ног и правильным положением стоп.
- В том же положении ребенку нужно выполнить повороты корпуса влево-вправо, не опуская рук. Повороты должны быть резкие и максимально быстрые, ребенок должен как бы вышибать себя корпусом из седла, держась при этом коленями за седло. Упражнение направлено на укрепление мышц рук, спины и живота, на тренировку равновесия.
- Наклоны вперед и назад с обхватом шеи лошади. Это упражнение начинаем выполнять, когда лошадь стоит. Ребенку дается такая инструкция: нагнись вперед низко-низко, обхвати лошадь за шею так, чтобы пальцы обеих рук соединились. Затем ребенок должен поднять корпус и лечь назад, чтобы голова коснулась крупа лошади. Руки при этом разведены в стороны и расслаблены. Наклон назад выполняется без помощи рук. Когда ребенок свободно освоил эти движения, не боится наклона назад, это упражнение следует повторить на шагу 10 – 12 раз. Упражнение направлено на укрепление мышц спины и живота, на тренировку равновесия. Это упражнение делается со стремянами. Ребенок должен опереться на стремяна, (носок вверх, пятка вниз), и встать на них. Ноги разогнуты в коленях, руки – в стороны, затем свести вперед к ушам лошади. Упражнение выполняется на шагу и тренирует координацию, равновесие,

укрепляет икроножные мышцы, мышцы рук и спины. Это же упражнение можно выполнять в облегченном варианте для маленьких детей. В этом случае ребенку предлагается чуть-чуть наклонить корпус вперед и потянуться руками к ушам лошади, пытаясь достать их.

2.5. Упражнение на расслабление. Ребенок должен принять положение лежа на шее лошади (голова лежит спокойно, руки свободно свисают).

Распределение занятий 2 курса

- **1.Теория;**
- 1.1. Посадка на лошадь в седло
- **2.Практика:**
- 2.1. Посадка на лошадь в седло;
- 2.2.Упражнения на правильную осанку сидя в седле;
- 2.3.Упражнения на дыхание, сидя в седле на шагу;
- 2.4.Способы общения, (вербальное и невербальное);
- 2.5. ОРУ верхом, сидя в седле на шагу;
- 2.6.Упражнения с предметами (мяч, гимнастическая палка);
- 2.7.Упражнение на расслабление, сидя в седле на шагу;

Содержание учебного материала.

1. Теория.

1.1. Посадка на лошадь в седло.

- Подбор лошади для воспитанника;
- нрав и характер лошади;
- экстерьер (внешний вид).

2. Практика.

2.1. Посадка на лошадь в седло:

- Посадка на лошадь с помощью педагога с подставки;

Традиционная посадка в седло, левая нога ставится в стремя, а правая перекидывается

через лошадь;

-«лежачая посадка»- ребенок ложится животом на седло, после переносит правую ногу

через лошадь;

-Посадка осуществляется с постамента – сесть в седло боком, после перекинуть правую ногу через шею лошади.

2.2. Упражнения на правильную осанку сидя в седле:

- Сидя на лошади необходимо расправить плечи и выпрямить спину, развернуть грудь: И.п.- спина прямая, руки на пояс, подбородок поднят вверх И.п.- спина прямая, руки за спину, подбородок вверх.

2.3. Упражнения на дыхание, сидя в седле:

На шаг – 1,2 вдох; 3,4 - выдох медленно полной грудью;

На шаг - и.п. сидя в седле, спина прямая руки на пояс, 1,2 поворот направо, вдох, 3,4 сесть прямо выдох. 1,2 поворот налево вдох, 3,4 сесть прямо выдох.

2.4. Способы общения - вербальное и невербальное.

Общаться означает поддерживать отношения с кем-либо. Общение – это основа способности самоидентификации (самоотождествления) и отождествления других лиц. Это в самом глубоком смысле социальный акт и акт культуры. Общением можно также назвать любые взаимоотношения между живыми существами.

- Невербальное общение. Прежде речевого общения нужно понимать и испытывать ощущение. Понимание – это не только понимание слов, но и Ребенок, познав свое тело и его ощущение, научается тому, как использовать его в качестве средства общения.

- Словесное (вербальное) общение. Встреча с лошадью в лечебной структуре может стимулировать эмоции, воображение, мотивацию.

2.5. ОРУ верхом сидя в седле на шагу:

Когда ребенок освоит, и без страха будет выполнять простые упражнения, следует ввести более сложные задания.

Сидя в седле на лошади, поднять голень на крылья седла и встать.

Корпус должен быть строго вертикален, руки разведены в стороны. Упражнение выполняется сначала стоя, затем, если ребенок легко справляется, можно перейти на шаг. Оно направлено на укрепление мышц бедра, голени, таза тренировку равновесия.

Ребенок должен немного отклониться назад (45 градусов), держась руками за заднюю луку седла, прямыми ногами он должен выполнить хлопок над головой лошади, затем сесть вертикально. Упражнение выполняется 10 – 15 раз. Оно направлено на укрепление мышц живота, бедра, на увеличение активного объема движений в тазобедренных суставах.

Из исходного положения (желательно это упр. выполнять без опоры на руки) ребенок должен левую ногу перекинуть через шею лошади (сесть боком). Затем правую ногу перекинуть через круп лошади (сесть задом на перед). Далее левую ногу перекинуть через круп лошади (сесть боком на левую сторону лошади), далее правую ногу перекинуть через шею лошади (есть в исходное положение). Упражнение должно выполняться максимально быстро, без стремян, при перекидывании ноги ребенок не должен касаться ногами ни шеи, ни крупа лошади.

Из исходного положения ребенок левой рукой должен коснуться носка правой ноги, правая рука отведена назад и вверх. Корпус ребенка максимально свешивается вниз, допускается приподнятия ноги, которой должны коснуться. Ребенок держится за лошадь ногами. Упражнение выполняется без стремян. Оно способствует развитию координации движений, укреплению мышц спины.

2.6. Упражнения с предметами:

-Они создают преимущество, если применяются целенаправленно, поскольку в высшей степени мотивируют и повышают силу восприятия; кроме того, радость от достижения той или иной цели способствует терапевтическому эффекту.

Ребенок должен прокатить мяч вокруг поясницы по часовой стрелке и против нее. Ребенок держит палку на вытянутых руках, при наклоне вперед прокатывает палку по шее лошади, и обратным движением возвращается в седло.

2.7. Упражнения на расслабление, сидя в седле на шагу:

И.п. – сидя прямо на лошади опустить руки вниз, сделать ими несколько «потряхиваний».

Лечь на шею лошади, руки опустить вниз, сделать ими несколько «потряхиваний».

Распределение материала 3 курса

1. Упражнения на правильную осанку, сидя в седле в движении на шаг и рыси (если возможно);
2. Упражнения на дыхание в движении на шаг;
- 3.ОРУ верхом на шаг и рыси. Симметричные и асимметричные позы;
4. Упражнение на расслабление в движении на шаг;
5. Приспособление для игр, игры;
6. Самостоятельная езда (если возможно);

Содержание учебного материала

Теория.

1. Упражнения на правильную осанку в движении на лошади:

Удерживаться в седле за счет плотно прижатых коленей. Наклоны вперед и назад, повороты в стороны.

2. Упражнения на дыхание на шаг

на лошади: Дыхание свободное, ровное.

Практика.

1. Езда на правильную осанку, сидя в седле в движении на шаг и рыси:

- Езда на шаг поочередно отрывая руки от ручки седла; -Сидя, в седле наклоны вперед и назад с помощью педагога; -Повороты в стороны, руки на пояс без посторонней помощи; - Руки в стороны, упражнение на равновесие; - Повороты в стороны с разведенными руками.

-И.п. сидя в седле без дополнительной поддержки, без опоры на руки.

2. Упражнения на дыхание в движении на шаг:

- И.п. спина прямая, плечи развернуты, ноги опущены вниз.

1,2 – руки поднимаем вверх – вдох, 3,4 руки вниз – выдох (10 раз)

-И.п.- спина прямая, плечи развернуты. Руки на пояс, 1,2 – вдох, 3,4 наклон вперед – выдох. 5,6 – вдох возвращаемся в прямое положение; 1,2 – вдох, 3,4 наклон назад – выдох. 5,6 – вдох возвращаемся в И.п.

3. ОРУ верхом:

-Асимметричные корректирующие позиции развивают чувство равновесия в положении сидя в движении вперед.

– И.п. сидя в седле прямо, левая рука внизу, а правая – на плече; правая рука внизу, а левая на плече; правая рука впереди, а левая – сзади; правая рука на поясе, а левая на голове ребенка.

-Симметричные позы:

- И.п. сидя в седле прямо, руки на пояс, руки на плечи, на голову, за голову, за спину, на колени.

4. Упражнения на расслабление в движении на шагу:

-Упражнение «мешок с картошкой», ребенок ложится животом на седло, руки опущены вниз, ноги расслаблены.

- И.п. ребенок садится на лошадь задом на перед, опускает верхнюю часть корпуса на круп лошади, руки висят расслабленно по бокам, ноги в свободном положении.

После выполнения всех заданий, проводится, упражнение на общее расслабление выполняется без седел. Ребенок сидит полностью расслабленный, Держится за гриву двумя руками, закрывает глаза. Педагог должен водить лошадь в разных направлениях: по кругу, змейки, повороты направо – налево и т.д. Упражнение длится 10 мин. Желательно его проводить под спокойную, расслабляющую музыку. Если у ребенка кружится голова, его надо попросить лечь на шею лошади и обхватить ее руками, не открывая глаз.

5. Приспособления для игр, игрушки:

Используются гимнастические палки, мячи.

- Ребенку дается мяч и предлагается инструкция: «Подними мяч на

вытянутых руках над головой, наклонись в сторону и передай мяч инструктору».

- Сложный вариант: из положения, лежа ребенок, передает мяч инструктору

- Ребенок садится задом наперед, берет в руки мяч и прокатывает его по спине лошади. - Ребенок садится задом наперед, берет мяч и бросает его педагогу, а потом ловит его.

6. Самостоятельная езда.

Когда ребенок освоил все упражнения и плотно сидит в седле, можно приступить к самостоятельной езде.

-Чтобы остановить лошадь, необходимо немного натянуть повод и слегка откинуть корпус назад.

-Чтобы повернуть лошадь налево, надо левый повод взять чуть короче и толкнуть ее шенкелем правой ноги; направо – правый повод короче, шенкель левой ноги.

-Ребенку предлагается сесть глубже в седло, максимально зажать лошадь коленями и послать ее в рысь.

-Для наименьшей тряскости в седле ребенок должен амортизировать поясницей в такт хода лошади.

-Ребенок не должен задирать руки вверх, не дергал за повод, не поднимал колени, что может выбить его из седла. Для помощи ребенок может первое время придерживаться за гриву, не бросая повод.

-Ребенка необходимо научить ездить по кругу, делать перемены направления, через центр

и по диагонали (дойдя до угла, лошадь должна пройти по диагонали плац и сменить направление в противоположную сторону).

-Переходя в рысь, ребенок должен немного подобрать повод, сработать одновременно двумя шенкелями.

По окончании 3 –х курсов занимающийся (в зависимости от диагноза) должен уметь:

1. Самостоятельно, со страховкой или при помощи инструктора (зависит от степени и локализации поражения) садиться на лошадь.

2. Самостоятельно, со страховкой или при помощи

инструктора (зависит от степени и локализации поражения) спешиваться с лошади.

3. Самостоятельно или с минимальной поддержкой удерживать равновесие на спине лошади в течение 15 минут.

4. Самостоятельно или с минимальной поддержкой удерживать равновесие на спине лошади в течение 15 минут во время шага.

5. Выполнять простейшие вольтижировочные упражнения на спине лошади (держат в руках нетяжелые предметы, поворачиваться корпусом в разные стороны, бросать мяч).

6. Самостоятельно или с помощью инструктора удерживать равновесие на спине лошади на рыси.

Основные результаты занятий по иппотерапии:

1. Увеличение подвижности и объема движений, снижение спастичности, улучшение координации движений, равновесия (особенно заметно при верховой езде), улучшение речи, улучшение мелкой моторики (работы мышц кистей и пальцев), а значит, и улучшение возможностей выполнения бытовых процедур, повышение устойчивости к физическим нагрузкам;

2. Улучшение мышечного тонуса;

3. Появление уверенности в своих силах, активности, улучшение обучаемости и внимательности;

4. Снижение возбудимости, постепенное избавление от безучастности, страхов, агрессивности, замкнутости.

5. Расширения круга общения больных детей, переключение спектра внимания и переживания с себя ("я больной, обо мне все должны заботиться") на лошадь, о которой с помощью коновода может заботиться сам ребенок, научение новым умениям и навыкам (уход за лошадью, верховая езда).

Необходимые требования к инвентарю

Проведение занятий иппотерапией требует определенного **снаряжения и оборудования**: наличия крытого конно-спортивного манежа, специально отобранного конного состава.

Всё специальное снаряжение разрабатывается на базе основного и используется при необходимости как дополнительное. К специальному оборудованию относятся:

пандус или лесенка для посадки больного на лошадь, безопасные стремяна, седелка со специальными поручнями для езды без седла, ремень на шею лошади для дополнительной опоры пациента, мягкие сёдла для пациентов со спастической диплегией, многоступенчатые поводья, значительно облегчающие управление лошадью пациентам с выраженными двигательными расстройствами в верхних конечностях. Используется также специальное приспособление в виде развязок или шпрунта, предотвращающее резкий наклон головы лошади (в ряде случаев влекущий за собой падение пациента через голову животного). Специальная форма для пациентов достаточно проста и включает в себя спортивную обувь с твердой подошвой, мягкие тренировочные брюки, не стесняющие движения, и защитный шлем.

Для обеспечения безопасной езды в закрытом манеже с мягким покрытием при индивидуальной работе особенно важное значение имеет **выбор лошади**. При этом учитывается возраст, пол, темперамент, ход и размер животного. Не следует использовать молодых лошадей высококровных пород. Предпочтение следует отдать использованию животных среднего возраста, желательно мерингов, имеющих большой опыт общения с людьми (спорт, прокат). При отборе лошадей обязательно следует обратить внимание на отсутствие у них дурных привычек (склонность к кусанию, взбрыкиванию и т.д.). Мягкость хода, которая во многом зависит от породы, также является одним из определяющих факторов. С этой точки зрения наилучшим образом подходят животные помесного происхождения (тяжеловозы, местные породы). По размеру лошадь подбирается строго индивидуально с учетом возраста и веса пациента.

В процессе организации занятий по иппотерапии важно соблюдать правила техники безопасности, а также **поведения** занимающихся и сопровождающих лиц на конноспортивном манеже. Большое значение для обеспечения безопасности занятий имеет правильный выбор лошади, экипировки всадника и наличие описанных выше вспомогательных приспособлений.

Ознакомление занимающегося с лошадью.

Прежде чем посадить ребенка на лошадь, его надо подвести к ней, дать ей рассмотреть, погладить, объяснить правила поведения с животными, дать покормить, рассказать о ее характере, силе и возможностях.

Основным положением является техника безопасности. Занимающимся необходимо объяснить, что лошадь является большим, сильным и пугливым животным, которое реагирует на громкие звуки, размахивание рук и на резкие движения. Дети не должны окружать лошадь со всех сторон, находиться около неё только с взрослыми, сзади лошади не подходить. Подходить к лошади надо с левой стороны. Кормить лошадь надо на развернутой ладони, чтобы она не прикусила пальцы ребёнку. Поглаживать и похлопывать лошадь можно по шее, т.к. для неё это является наибольшим поощрением. После ознакомления ребёнка с лошадью, можно посадить его верхом на лошадь. Нужно подойти к лошади с левой стороны, встать на уровне плеча лошади, взять в левую руку оба поводья вместе с гривой таким образом, чтобы правый повод был чуть короче, это делается, для того чтобы лошадь не наступила на ногу всадника вовремя посадки на лошадь. Правой рукой нужно держаться за заднюю луку седла. Левая нога согнута в колене: педагог поддерживает ребёнка под колено рукой под голень и подкидывает ребёнка. При подсаживании ребёнок перекидывает правую ногу через лошадь.

Для самостоятельной посадки, воспитанник, выполняет всё точно также, только ребёнок сам вставляет левую ногу в стремя, подтягивается руками, опираясь, в стремя ногой и садится в седло.

Если лошадь под седлом, то ребёнку необходимо разъяснить, как пользоваться стремянами. Путлище (ремень на котором висит стремя) не должно быть перекручено. Стремя должно находиться на широкой части стопы, носок должен быть поднят вверх, пятка опущена вниз.

Оценка успешности занимающегося носит зачастую субъективный характер. Сложность организации системы мониторинга психофизиологической динамики детей с ограниченными возможностями объясняется тем, что не существует двух одинаковых клинических картин заболеваний.

Список литературы

1. Денисенков А.И., Роберт Н.С., Шпицберг И.А. Иппотерапия: возможности и перспективы реабилитации при детском церебральном параличе. Методическое пособие. – М., 2002.
2. Максимова М.В., Денисенков А.И., Роберт Н.С. Иппотерапия: эффективный метод реабилитации лиц с умственной отсталостью. Методическое пособие. – М., 2005.
3. Иппотерапия. Программа курса специальных коррекционных занятий для детей с проблемами в развитии. Сост. Трубачева Т.П., Семенайт Н.А., Уфимцева Л.П., Венсловене Н.И. – Красноярск, 1999.
4. Опыт работы детского реабилитационного центра «Солнечный мир» Пособие для организаторов реабилитационных центров с опорой на иппотерапию. – М., 2002
5. Полежаева А.Б. Иппотерапия путь к здоровью «лечение верховой ездой». В сб. «Учебник здоровья» - Ростов на Дону, 2003.
6. Роберт Н.С. Организационная модель реабилитационного центра для пациентов с ограниченными возможностями. М., 2004.