

курсовая РАБОТА

на тему: «Иппотерапия - помощь при реабилитации детей с особенностями развития»

Москва 2013

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

ГЛАВА I

1.1 Развитие иппотерапии

1.2 Иппотерапия в России

ГЛАВА II

2.1 Уникальность иппотерапии

2.2 Влияние иппотерапии на организм человека

ГЛАВА III

3.1 Цели и задачи применения иппотерапии при особенностях развития

3.2 Методологические подходы и этапы проведения занятий по иппотерапии

ВЫВОДЫ

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ВВЕДЕНИЕ

Вы когда-нибудь общались с лошадьми? Ездили верхом?

Если ответы на эти вопросы отрицательные, то попробуйте.

Многие приходят на конюшню с вопросом, а что даёт верховая езда? Да и за чем занятия, лучше сесть верхом и «поскакать» в полях пытаться еле удержатся в седле. Меняются вопросы, когда приходят родители с маленькими детьми, с детьми с проблемами, с детьми с ограниченными возможностями.

У родителей с детьми у которых разная степень ДЦП задают вопросы про снижение спастичности, улучшение координации, равновесие, ответы на все эти вопросы заключаются в том, что лечебная верховая езда в целом оказывает биомеханическое воздействие на организм человека, укрепляя его.

Например, она передает всаднику двигательные импульсы, аналогичные движениям человека при ходьбе. Движения мышц спины лошади, состоящие из множества элементов, оказывают массирующее и мягкое разогревающее (температура лошади на 1,5 градуса выше, чем у человека) воздействие на мышцы ног всадника и органы малого таза, что усиливают кровоток в конечностях. На шагу лошади - основном аллюре, применяющемся в иппотерапии - лошадь совершает около 110 разнонаправленных колебательных движений, которые в свою очередь передаются всаднику. Для того чтобы сохранить правильную посадку во время верховой езды всадник должен удерживать равновесие, координировать и синхронизировать свои движения. Таким образом, у всадника с ДЦП в работу включаются мышцы, находящиеся в бездействии в обычной жизни. Кроме того, верховая езда стимулирует развитие мелкой моторики, усидчивость и улучшает гармоничное восприятие окружающего мира у всадника, в том числе с нарушением психики различной тяжести.

Важно, что в процессе реабилитации происходит последовательный перенос приобретенных физических, коммуникативных и прочих навыков из ситуации верховой езды в повседневную жизнь.

В этой работе будет произведен краткий экскурс в историю иппотерапии (лечебной верховой езды), развитие и применение иппотерапии в России, рассмотрены методологические подходы к реабилитации лиц с ограниченными возможностями, которые позволяют развивать и совершенствовать интеллект таким необычным и в месте с тем весьма эффективным способом как верховая езда. Эти подходы опираются на современные знания о формировании и протекании психических процессов и взаимозависимости психических функций.

верховая езда иппотерапия реабилитация

ГЛАВА I

1.1 Развитие иппотерапии

Иппотерапия (от др. - греч. ??? «лошадь») -- метод реабилитации посредством лечебной верховой езды.

Концепция иппотерапии находит свое раннее письменное упоминание со времен Древней Греции в трудах Гиппократов. В середине XVIII века энциклопедист Дени Дидро в трактате «О верховой езде и её значении для того, чтобы сохранить здоровье и снова его обрести» писал: «Среди физических упражнений первое место принадлежит верховой езде. С её помощью можно лечить много болезней, но возможно также и их предупреждать, как только они проявляются». Но только в конце XIX столетия началось научное изучение влияния верховой езды на организм человека и её целенаправленное использование в лечебных целях.

Тем не менее, иппотерапия как формализованная дисциплина не была разработана до 1960 года, когда она начала использоваться в Германии, Австрии и Швейцарии в качестве дополнения к традиционной физической терапии. В Германии иппотерапия начиналась как лечение с применением физиотерапевта, специально обученной лошади и коновода. Теория физиотерапии была применена на практике: физиотерапевт давал инструкции коноводу. Движения лошади были тщательно модулированы таким образом, чтобы они оказывали лечебное воздействие на нервно-мышечные импульсы в организме всадника.

Первая стандартизированная программа в сфере иппотерапии сформулирована в конце 1980-х годов группой канадских и американских терапевтов, которые ездили в Германию, чтобы перенести знания о новом методе в Северную Америку. Метод был формализован в США в 1992 году вместе с созданием Американской Иппотерапевтической Ассоциации (АИА).

В России иппотерапией начали заниматься с 1991 года в Москве. Сегодня центры иппотерапии (их уже более восьмидесяти) работают по всей стране. Первый центр в Санкт-Петербурге - Оздоровительный конный центр «Солнечный остров», начал работу в 1996 году. Также иппоцентры открыты в Воронеже, Красноярске, Ярославле, Пензе, Самаре, Волгограде, Ханты-Мансийске и других городах. На Западе и в некоторых странах СНГ иппотерапия - официально признанный вид медицинской реабилитации наряду с лечебной физкультурой. В России же она пока не имеет

официального статуса. Поэтому обеспечивать свое существование иппотерапевтическим центрам приходится самостоятельно.

Как отмечает Вице-президент российской Национальной Федерации лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта и руководитель Оздоровительного конного центра «Солнечный остров» Владислав Самарский: «Некоторые центры живут за счет грантов или государственной поддержки, но в основном это средства родителей или благотворительные пожертвования. Помимо этого, для финансирования благотворительных программ в нашем Центре есть занятия для здоровых детей и взрослых -- обучение верховой езде, детские туристические лагеря, экскурсии». Реализация благотворительных программ в таких организациях, как «Солнечный остров», немыслима без волонтеров. При этом от добровольного работника требуется только активное желание помогать в проведении конных занятий и праздников, а остальному его научат. Взамен же он получит возможность приобрести навыки ухода за лошадью, верховой езды и общения с этими благородными животными, а также радость от возможности помогать другим.

1.2 Иппотерапия в России

В России основное влияние в продвижении иппотерапии оказывает Некоммерческое Партнерство Национальная Федерация лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта. Оно оказывает поддержку центрам иппотерапии, проводит обучение специалистов и организует соревнования.

Некоммерческое Партнёрство Национальная Федерация лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта (НФ ЛВЕ ИКС) учреждена 8 ноября 1997 года участниками II-ой Международной, Всероссийской Иппотерапевтической конференции и официально зарегистрирована 4 марта 1999 года Московской регистрационной палатой, свидетельство № 076.797?. Первым президентом НФ ЛВЕ ИКС была избрана Н.С.Роберт, врач по образованию, кандидат медицинских наук, в прошлом член сборной команды Грузии по конному спорту, судья республиканской категории по конному спорту. Согласно Уставу НФ ЛВЕ ИКС, главной целью деятельности Федерации является обеспечение методу иппотерапии -- лечебной верховой езде (ЛВЕ) с инвалидным конным спортом заслуженного признания в России и достойного места среди других лечебно-реабилитационных, и физкультурно-оздоровительных методов и создание условий для самого широкого использования этого метода, развития и широкого распространения по России конного спорта для инвалидов. Впервые Россия была представлена на IX-м Международном Иппотерапевтическом Конгрессе FRDI в 1997 г., в Денвере (США), где доклады представителей России привлекли к себе особое внимание. Затем на 3-ей Европейской иппотерапевтической Конференции в 1998 г. в Мюнхене (Германия) и особенно на X-ом Юбилейном Международном Конгрессе FRDI в 2000 г. в г. Анжере (Франция) выступления представителей России имели огромный успех в связи со своей новизной и научным обоснованием. В 2003 г. В Венгрии прошел 11 Международный конгресс, на котором от Национальной Федерации были представлены 8 докладов. Все докладчики -- члены НП «НФ ЛВЕ ИКС» и сотрудники базового Центра «Наш Солнечный Мир». Однако сами докладчики не смогли

участвовать в конгрессе в связи с финансовыми затруднениями. Правление НФ ЛВЕ ИКС особое внимание уделяет обеспечению членам Федерации на местах, поддержки, возможной защиты и помощи: -- письмами поддержки в официальные инстанции с разъяснениями по поводу роли и значимости использования иппотерапии в реабилитационном процессе; -- обеспечением специальной литературой, видеоматериалами; -- обучением специалистов по ЛВЕ, как на семинарах в Москве, так и на выездных семинарах; -- в создании реабилитационных центров с опорой на иппотерапию на местах; -- в развитии и распространении инвалидного конного спорта, участия в соревнованиях по программе «Специальной Олимпиады» и «Паралимпийской программе», в масштабах чемпионатов Москвы и Российской Федерации. С 2003 Национальная Федерация совместно с Кафедрой Профилактической Медицины ФПК МР РУДН проводит новые обучающие циклы «Актуальные проблемы комплексной реабилитации пациентов с ограниченными возможностями на базе ЛВЕ с ИКС» За неполные три года подготовлено 92 специалиста по ЛВЕ и ИКС в рамках нового цикла. В декабре 2005 года прошла очередная IV -- международная Всероссийская иппотерапевтическая конференция, которая показала огромную значимость Федерации в деле укрепления позиций метода иппотерапии в рамках реабилитационных направлений страны. Подводя итоги прошедшей конференции, можно смело утверждать, что интерес к иппотерапии в нашей стране постоянно растет. Особенно радует возросший профессионализм и стремление к серьезному подходу в изучении и применении иппотерапевтических методик, совершенствованию практических навыков, а также желание поделиться накопленным опытом.

ГЛАВА II

2.1 Уникальность иппотерапии

Уникальность иппотерапии заключается не только в гармоничном сочетании телесно-ориентированных и когнитивных приемов воздействия на психику всадника, но и созданием специфической среды (всадник-лошадь).

Каждая лошадь - это индивидуальность и уникальность, у каждой лошади свой характер и своё биополе. Лошадь воспринимает всадника не только физически но и психологически, тем самым создавая неповторимый контакт.

Когда всадник взаимодействует с лошадью между ними происходит общение непосредственное вербально, благодаря этому всадник с ограниченными возможностями (частичная парализация, тонические нарушения, глухота, слепота, и т.д.) общается с лошадью на тактильном уровне. Особенно это важно для детей с проблемами со слухом, зрением, немых детей. С каждым занятием они всё больше воспринимают окружающий мир через лошадь, которая со временем становится для них полноправным партнером. Не раз всадники с частичной парализацией нижних конечностей говорили, что на лошади чувствуют, что снова могут ходить.

Лошадь в иппотерапии - это не снаряд, это не машина для проведения зарядки, у лошади есть своё настроение, самочувствие и поэтому выбор лошади в иппотерапию это очень ответственный момент и основа успешной работы.

На данный момент подбор лошадей для иппотерапии происходит по следующим

критериям:

Непугливость

Уравновешенность.

Терпеливость.

Правильный шаг.

Самым главным критерием отбора является темперамент лошади. Для занятий требуются спокойные, терпеливые и уравновешенные животные. При этом лошадь оставалась энергичной, так как только такая лошадь может обладать подходящим терапевтическим шагом. Само собой разумеется, что кусающиеся, бьющие задом и проявляющие по отношению к людям агрессию лошади не могут использоваться для занятий.

Шаг должен быть ритмичным (должна отсутствовать хромота), широким (следы от задних ног должны попадать в следы от передних или перекрывать их), лошадь должна «брать на спину» (не зажимать мышцы спины) и работать от зада (подводить ноги под корпус и толкаться задом). Важно, чтобы лошадь хорошо сохраняла равновесие и была гибкой.

Контакт между всадником и лошадью является основным условием для получения психологического эффекта от занятий. И у людей и у лошадей разные характеры и поэтому следует подбирать лошадь под каждого конкретного человека.

Для иппотерапии можно подготовить почти любую лошадь при должном тренинге и подходе к тренингу.

Одним из важных условий является место (площадка) проведения самого занятия. Это должно быть место, в котором лошадь чувствует себя комфортно и безопасно, если лошадь чувствует себя в безопасности, то именно этот посыл она передает всаднику. Так же это относится к отношению к коноводу и иппотерапевту, только при условии доверия лошади к коноводу и иппотерапевту лошадь будет расслаблена и спокойна.

2.2 Влияние иппотерапии на организм человека

Лечебная верховая езда даёт иппотерапевту (инструктору) использовать следующие возможности:

Специфические возможности (биомеханические, психогенные факторы);

Лечебная верховая езда в целом оказывает биомеханическое воздействие на организм человека, укрепляя его. Например, она передает всаднику двигательные импульсы, аналогичные движениям человека при ходьбе. Движения мышц спины лошади, состоящие из множества элементов, оказывают массирующее и мягкое разогревающее (температура лошади на 1,5 градуса выше, чем у человека) воздействие на мышцы ног всадника и органы малого таза, что усиливают кровоток в конечностях. На шагу лошади - основном аллюре, применяющемся в иппотерапии - лошадь совершает около 110 разнонаправленных колебательных движений, которые в свою очередь передаются всаднику. Для того чтобы сохранить правильную посадку во время верховой езды всадник должен удерживать равновесие, координировать и синхронизировать свои движения. Таким образом, у пациента с ДЦП в работу включаются мышцы, находящиеся в бездействии в обычной жизни. Кроме того,

верховая езда стимулирует развитие мелкой моторики, усидчивость и улучшает гармоничное восприятие окружающего мира у всадников, в том числе с нарушением психики различной тяжести. Важно, что в процессе реабилитации происходит последовательный перенос приобретенных физических, коммуникативных и прочих навыков из ситуации верховой езды в повседневную жизнь.

Например, при ускорении шага лошади активизируются мышцы - мышцы сгибатели, а при сокращении шага - мышцы разгибатели.

Еще один важный фактор занятия иппотерапией - это ритмическая организация двигательной активности. Известный отечественный физиолог М.М. Кольцова, определила, что физическая роль ритмических движений заключается в их неспецифическом активирующем влиянии на кору головного мозга и ближайшие подкорковые образования. Этот фактор особо важен при работе с умственно отсталыми, так как основной причиной их низких познавательных возможностей является слабость замыкательной функции коры головного мозга (трудности образования связей, их крайняя лимитивность и неустойчивость).

Наиболее доступным во всех видах деятельности для умственно отсталых является ритм повторности. Этот ритм воспроизводится движениями лошади и является важным подкреплением (помогающим и активизирующим фактором) в выполнении различных двигательных заданий. Ритмическая организация любого вида деятельность всегда доставляет радость и удовольствия ребенку.

Занятия по иппотерапии чрезвычайно насыщены сенсорной информацией. Во время верховой езды, особенно без седла, движущееся тело лошади оказывает на тело всадника термическое и массирующее ощущение, формирует новые тактильные и мышечно-суставные ощущения, оказывая влияние и на другие чувства:

Вестибулярная чувствительность, непосредственно связанная с формированием и развитием равновесия;

Зрительные ощущения, связаны с необычным ракурсом, который открывается всаднику с высоты лошади;

Слуховое восприятие, обогащается за счет ритмичных звуковых сигналов исходящих из копыт лошади и её фыркания;

Обонятельные ощущения, наиболее остры на конюшне поэтому уход за лошастью - это отдельный терапевтический процесс.

Психогенным фактором является воздействие одновременно двух высокоценных мотиваций - желание оказаться верхом на лошади, управлять ею и воздействие инстинкта самосохранения, активизированного боязнью падения, страхом перед этим большим и сильным животным. Эти мотивации помогают раскрыть потенциальные возможности всадника, активно вовлекая его в процесс овладения навыками верховой езды, с преодолением страха и неуверенности и помогает вести борьбу с имеющимися нарушениями с помощью эмоционально стимулирующего животного - лошади.

Специальные возможности:

Последовательность предъявления специальных упражнений должна опираться на знания об онтогенетическом становлении психических функций. Применение

упражнений в соответствии с порядком и особенностями становления активизируемых функции и механизмов в онтогенезе способствует правильному выстраиванию связей внутри развиваемых функций и функциональных систем, а так же является гарантом более полной реализации всех потенциальных коррекционных возможностей предлагаемых упражнений.

Применение специального конского снаряжения и дополнительного оборудования существенно расширяет возможности коррекционных мероприятий. Наряду с применением обычного конского снаряжения (седла, уздечки, стремян и т.п.), серьезное значение придается роли вспомогательных средств, разработанных специально для иппотерапии. Это вольтижировочная подпруга с ручками (гурта), отдельный повод, монтуар (лесенка с тремя-четырьмя ступеньками для посадки на лошадь), специальные стремяна и т.д., а так же разнообразные предметы, применяемые как в различных областях реабилитационной практики, так и сугубо в практике проведения иппотерапевтических занятий.

Помимо последовательности применения упражнений на лошади и специального снаряжения в иппотерапии важно и то, что этот метод предоставляет широкие возможности использования средовых факторов воздействия, которые так легко привлечь с помощью лошади.

ГЛАВА III

3.1 Цели и задачи применения иппотерапии при особенностях развития

Иппотерапия должна отвечать следующим целям:

Коррекционного развития;

Социальной реабилитации и адаптации.

Здоровый человек, особенно ребенок способен при любых условиях извлечь возможности для благоприятного хода своего развития. Таким образом, для развития и социализации ребенка в норме достаточно его нахождения в социуме.

Если изначально возможности ребенка не позволяют ему самостоятельно нормально развиваться, то такому ребенку, ребенку с ограниченными возможностями, необходима помощь со стороны, создание специальных условий, в которых он сможет развиваться, и которые обеспечат необходимую мотивацию для этого развития. Создание таких условий и является «коррекционным развитием».

Суть коррекционного развивающего обучения составляет создание специальных обучающих ситуаций, которые, в свою очередь, создают предпосылки для социальной адаптации ребенка, то есть обучению его жизни в обществе.

Социальная адаптация является необходимым условием социальной реабилитации ребенка в обществе. Человек - социальное существо. Потребность в эмоциональном сопереживании появляется уже в младенчестве, и ее удовлетворение жизненно важно. Под социальной реабилитацией мы понимаем нахождение определенной ниши в общественном укладе, позволяющей индивиду проявлять его лучшие качества и быть полезным для общества, обеспечивающего ему при этом максимально комфортные условия существования.

В соответствии с указанными целями в ходе иппотерапевтических занятий решаются следующие задачи:

1. Коррекция эмоционально-волевой (аффективной) сферы:

1.1 Активизация всех уровней аффективной регуляции (полевой реактивности, аффективных стереотипов, аффективной экспансии и эмоционального контроля);

1.2 Обучение целенаправленной регуляции поведения, вызванного потребностями того или иного уровня, и удовлетворению этих потребностей в социально приемлемой форме;

2. Обучения навыкам управления собственным телом, распознаванию его потребностей и установлению контроля над ними (развитие соматогностических функций), коррекция и развитие двигательной (моторной) сферы;

3. Расширение представлений об окружающем мире;

4. Развитие психических функций (восприятие, внимание, память, мышление, речь):

4.1 насыщение сенсорными стимулами, обучение их распознаванию и дифференциации;

4.2 коррекция и развитие пространственных представлений;

4.3 обучение сосредоточению, переключению и распределению внимания;

4.4 обучение рациональному управлению мнестическими процессами (памятью), последовательная активизация всех форм запоминания, воспроизведение полученной информации с постепенным увеличением доли произвольности, включение в работу всех видов памяти (оперативной, кратковременной и долговременной, зрительной, слуховой, тактильной и т.д.);

4.5 активизация всех форм мышления, начиная от иерархически нижележащих (наглядно-действенного и наглядно-образного) до словесно-логического и продуктивного;

4.6 обучение невербальным и вербальным способам коммуникации (безречевому и речевому общению).

Эти задачи решаются с помощью специально разработанной реабилитационной программы, базирующейся на иппотерапии.

3.2 Методологические подходы и этапы проведения занятий по иппотерапии

Выделяется семь основных этапов. По мере их прохождения активизируются более онтогенетические поздние (иерархически вышестоящие, сложнее организованные) уровни психической организации, опирающиеся на предшествующие им, задействованные и отработанные на предыдущих этапах. Скорость прохождения каждого этапа очень индивидуальна, поэтому план занятия, предлагаемый к каждому этапу, по сути, является лишь примером организации занятий на текущем этапе работы.

Этап - Адаптационный;

Этап - Создание общего функционального базиса;

Этап - Расширение функциональных базисных возможностей;

Этап - Накопление навыков и автоматизмов;

Этап - Активизация экспансии;

Этап - Произвольное управление аффектом и движением;

Этап - Верховая езда как источник целенаправленного познания себя и окружающего мира;

I Этап.

Условия: Инструктор, лошадь, коновод, при необходимости помощник.

Оборудование:

Пандус или ступеньки (монуар) для посадки на лошадь.

Занятие:

· Знакомство - многовариативное действие, которое зависит от всадника, его возможностей и интересов.

В знакомство может быть включена, как и экскурсия по конюшне, знакомство с некоторыми лошадьми, историями о них, так и может быть направлено только на лошадь, на которой будет происходить занятие. Инструктор так же представляется. Одно из важных действий в знакомстве это угощение лошади, это связано с тем, что данным действием мы напоминаем всаднику, что лошадь - это живое существо, помимо этого, угощение лошади с руки является сильным сенсорными переживаниями.;

· Посадка;

Выбор способа посадки зависит от клинического состояния всадника, его веса.

Два основных способа посадки на лошадь:

о Перенос всадника с земли на лошадь на руках

о Посадка со ступенек или пандуса

Ш Самостоятельная

Ш С частичной помощью (страховка)

Ш С помощью (без помощи не возможна).

· Спешивание

о Перенос всадника с лошади на землю на руках

о Спешивание на землю с переносом ноги через круп лошади:

Ш Самостоятельная

Ш С частичной помощью (страховка)

Ш С помощью (без помощи не возможна).

о Спешивание со ступенек или пандуса

Ш Самостоятельная

Ш С частичной помощью (страховка)

Ш С помощью (без помощи не возможна);

· Угощение лошади

Ритуальное угощение лошади способствует выработке полезных поведенческих стереотипов в общении с живыми существами: хочешь общаться - сделай общение приятным для того, с кем общаешься, а после - поблагодари. На более поздних этапах угощение становится средством развития эмоционального самоконтроля у ребенка, способствуя формированию у него возможности учета потребностей лошади при взаимодействии с ней;

· Окончание занятия на конюшне.

Инструктор спрашивает у всадника, что понравилось, какие упражнения, отвечает на вопросы всадника или родителей, друзей. Если всадник проявляет интерес, то возможно кормление лошади в деннике сеном.

II Этап.

На этом этапе, в основном используются специфические возможности иппотерапии (биоритмы, ритмическая организация двигательной активности, сенсорная насыщенность занятия), не включаясь активно, в сам процесс, а лишь организуя его. Это даёт возможность задействовать непроизвольные механизмы психики.

Всадник, впервые оказывающийся верхом на лошади, испытывает непривычные ощущения «плавающей» точки опоры. Внешне это выражается в том, что всадник постоянно съезжает на бок. Действия инструктора в данной ситуации ограничиваются бессловесной механической помощью. Словесная инструкция в данном случае может отвлечь ребенка от сложных переживаний, вызванных новой для него ситуацией, необходимых для активного включения непроизвольной двигательной активности, направленной на поиск равновесия, и восприятия потребностей и возможностей собственного тела (соматогнозиса). Эмоциональная поддержка так же оказывается по возможности без слов.

Стимулом на этом этапе служит борьба инстинкта самосохранения, питаемого страхом высоты и потери равновесия, и притягательного воздействия биополя лошади. Реализация стимульных механизмов осуществляется с помощью непроизвольной двигательной активности, направленной на поиск и удержание равновесия. А результаты этой активности запечатлеваются в виде вестибуло-моторных переживаний, ощущений возникновения комфортного состояния в результате биоритмизации вегетативных функций организма (изменение частоты сердечных сокращений и баланса основных нервных процессов - возбуждения, торможения, температурных ощущений, мышечно-суставных ощущений).

Условия занятия:

Те же, что и на первом этапе; в исключительных случаях применение вольтижировочной подпруги с ручками.

Занятие:

- Приветствие;
- Посадка;
- Начало движения

После полного расслабления и без управления.;

- Езда

Внимание всадника акцентируется на поиске равновесия, удержании прямой спины как необходимого условия наиболее полного восприятия движений лошади и удержания равновесия;

- Окончание занятия.

III Этап.

На этом этапе происходит активное пополнение запаса навыков и автоматизмов всадника. При этом базовые уровни продолжают играть важную роль в приобретении новых навыков.

На этом этапе возможно большую часть времени задействовать непроизвольные познавательные функции (внимание и запоминание, пространственные представления на уровне тела и взаимоотношения тела и внешних объектов). Это

осуществляется благодаря тому, что инструктор не спрашивает у всадника о его ощущениях, переживаниях и наблюдениях, а рассказывает ему о них: «Потрогай лошадку, тебе тепло. У нее такая шелковая шерсть и густая грива, тебе мягко, приятно ее трогать. Поставь руки ей на плечи. Почувствуй, как двигаются твои ладони, руки, плечи и спина. Она так здорово тебя покачивает!» Инструктор намеренно не актуализирует дистантные анализаторы (слуховой, зрительный и обонятельный), так как вначале важно сформировать образ лошади на уровне «как я ее ощущаю». Таким образом, мы задействуем на этом этапе те формы познания мира, которые доступны всаднику в онтогенезе внутриутробно.

Так же расширяется пассивный словарный запас, связанный с осознанием ощущений, получаемых всадником «от тела» при верховой езде. Это способствует развитию восприятия, дифференциации, уточнению, анализу и синтезу воспринимаемой сенсорной (чувственное) информации и закреплению ее на уровне сознания.

Занятие:

Приветствие;

Посадка;

Свободная езда.

Езда шагом со страховкой и без самостоятельного управления.

Активизация произвольных познавательных функций.

Всаднику рассказывается о его ощущениях (проприоцептивные - от сидения на двигающейся лошади, тактильные и температурные - от прикосновений к ней).

Пополнение уровня двигательных навыков и автоматизмов.

Освоение различных исходных положений в рамках фронтального движения.

Предложить всаднику лечь животом на шею лошади, обхватив её руками, а затем спиной на круп. В конце предыдущего упражнения кода всадник уже в значительной мере расслаблен и свободно опирается ладонями на шею и круп лошади, предложить ему самостоятельно или с помощью поровести руками вдоль шеи (или крупа) лошади, планомерно переместившись в новое исходное положение.

Окончание занятия.

IV Этап.

Особенность этапа заключается в актуализации работы дистантных анализаторов (обонятельного, зрительного и слухового) и пространственного восприятия на материале изучения строения тела лошади (выделение его частей). Начинается работа над уточнением и расширением пространственных представлений.

Этап включает в себя задачи закрепления моторного навыка поиска равновесия в новых исходных положениях. Осваиваются новые исходные положения.

За счет разнообразия исходных положений дети начинают проще соглашаться на изменения условий езды, приобретают необходимый навык работы с собственным телом.

Формируется целостный образ лошади с помощью всех видов восприятия (тактильного, вестибуло-моторного, термического, мышечно-суставного, обонятельного, слухового и зрительного).

Занятие:

Приветствие;

Посадка;

Свободная езда;

Актуализация моторной и аффективной регуляции.

Езда в различных положениях относительно вертикали (сидя и лежа), направление движения (лицом, спиной или боком по направлению движения), с изменением точек опоры (с опорой на ладони, на локти).

Активизация познавательных функций.

Актуализируется сенсорный опыт прошлых занятий (тактильные, термические и другие ощущения от прикосновения к лошади). Далее предлагается езда с закрытыми глазами по разному виду грунта. Всадник закрывает глаза самостоятельно или с помощью повязки, после чего инструктор акцентирует внимание всадника на слуховых ощущениях - стук копыт по разному виду грунта, звуки издаваемые лошадью. Наблюдаются также другие лошади, проходящие мимо или гуляющие в левадах. После снятия повязок проводится сравнительный анализ зрительных ощущений: сравниваются размеры и взаиморасположение частей тела лошади, масти лошадей. Акцентируется внимание всадника на эту информацию после езды в условиях зрительной сенсорной депривации (ограничения) в целях обострения зрительной информации, что способствует активации реакции на новизну.

Актуализация самотогностических представлений.

Показ всадником частей своего тела.

Закрепление познавательных навыков.

Демонстрация всаднику частей тела лошади, наблюдение за движением из разных исходных положений. По просьбе инструктора всадник на лошади старается дотянуться до различных частей ее тела.

Окончание занятия.

V Этап.

На этом этапе всадник побуждается к формированию потребности «самораспространения» во все сферы жизни, преодоления запретов и границ. Отногенетически он соответствует началу освоения пространства в младенчестве.

На этом этапе движения выводятся на произвольный уровень. Предлагаются упражнения на произвольное управление собственным телом.

Становится важной задача активизации дистантных анализаторных систем (зрение, слух, обоняние) и пространственных представлений, связанных с освоением пространства за пределами собственного тела. Развивается способность к вербализации пространственных представлений на уровне тела.

На этом этапе работы можно вводить дополнительное оборудование (кегли, стойки, мячи, звучащие предметы и т.д.).

Акцент в развивающей работе такого компонента когнитивной регуляции, как пространственных представлений, смещается с объектов явлений, находящихся в непосредственной близости от тела, к находящимся на расстоянии.

Осваивается новый аллюр - рысь. Езда рысью сочетает в себе сильные переживания

страха и восторга одновременно. Так как всадник может кричать от страха во время езды рысью, а после перехода на шаг, просить еще. Выработка возможностей самоконтроля во время езды рысью является важным условием насыщения аффективной экспансии и развития возможности эмоционального контроля. Но это, в свою очередь, приводит к необходимости введения релаксации, так как езда рысью может стать причиной сильного перевозбуждения всадника. Данный аллюр осваивается только если клинические возможности всадника это позволяют.

Занятие:

Приветствие;

Посадка;

Свободная езда;

Актуализация и пополнение прошлого образа;

Актуализация пространственных представлений и развитие возможностей их вербализации.

Упражнения двумя руками статичные и динамичные.

Активизация уровня экспансии аффективной регуляции.

Езда рысью с опорой (гурта).

Расширение зрительного перцептивного поля.

Игра с воздушным шаром или мячом по секторам (начиная со стороны, не ведущей руки спереди). В целях активизации максимального количества сенсорных систем рекомендуется использование различных по размеру и тактильному ощущению мячей.

Расширение слухового перцептивного поля.

Слежение за изменением местоположения под музыкальное сопровождение.

Окончание занятия.

VI Этап.

Этап характеризуется направлением основных сил на развитие возможностей всадника произвольно управлять движением и аффектом. На этом этапе хорошо инициировать совместное выполнение заданий всадниками в малых группах, так как теперь всаднику необходимо соотносить свое поведение с действиями окружающих. Всадник приобретает новый опыт езды - езды в седле и обучается самостоятельной посадке с земли или низкой подставки.

Продолжается вербализация пространственных представлений и осуществляется развитие мышления и импрессивной речи (введение двухступенчатых инструкций).

Если на предыдущем этапе работы упражнение можно было продемонстрировать всаднику, и, таким же образом он выполнял его по подобию, то на этом этапе становится важным выполнение всадником упражнения только по вербальной инструкции. Продолжается работа по коррекции аффективной экспансии за счет езды рысью (при этом седло и стремяна способствуют переживанию новых ощущений), а так же дальнейшее развитие пространственных представлений на уровне взаимоотношения тела и внешних объектов. В данном случае используются баллистические упражнения (метание, толчки, броски).

Условия занятия: Лошадь с седлом, управляемая коноводом. Низкая подставка.

Занятие:

Приветствие;

Посадка;

Самостоятельно с земли или маленькой подставки.

Свободная езда;

Актуализация и пополнение прошлого опыта;

Коррекция аффективной экспансии;

Развитие пространственных представлений на уровне взаимоотношения тела и внешних объектов;

Задание на нахождение частей тела лошади относительно собственных из разных исходных положений: «Что у лошади спереди от твоей правой ноги?».

Игра с мячом на меткость броска на шаг.

Вербализация пространственных представлений на уровне тела.

Упражнение на выделение сторон право/лево: «Подними правую руку вверх». За тем двухступенчатые инструкции: «Подними правую руку вверх, а левую вперед».

Развитие возможностей эмоционального контроля;

Слежение за изменением местоположения звучащего предмета в малой группе (один всадник находит другого по звуку) без самостоятельного управления лошастью.

Всадник с закрытыми глазами показывает где другой всадник.

Релаксация;

Езда с закрытыми глазами в удобном исходном положении под музыкальное сопровождение.

Окончание занятия.

VII Этап.

Завершающий этап иппотерапевтических занятий, когда вводится управление лошастью. Этап направлен на приобретение новых навыков, связанных с управлением лошастью и характеризуется значительной затребованностью всех видов произвольности.

На завершающих занятиях этапа, когда навыки управления уже автоматизированы, можно предложить всаднику управление из разных исходных положений.

На этом этапе продолжается развитие эмоционального контроля. Всадник обучается сотрудничеству с лошастью и другими всадниками (езда в смене). Игры эстафеты.

Развиваются словесные обозначения пространственных представлений, речь и мышление. Важнейшей задачей этапа является активизация произвольной познавательной деятельности, включающей анализ и синтез собственных представлений, сопоставление их с представлениями других, введение сложных, в грамматическом плане инструкций, установление причинно-следственных событий зависимостей путем логических рассуждений.

Занятие:

Приветствие;

Посадка;

Свободная езда;

Обучение управлению;

Вербализация пространственных представлений;

Всаднику предлагается серия квазипространственных (сложных в плане лексоко-грамматических соотношений) инструкций. Такие инструкции широко применяются в конном спорте: «Налево назад, сменой марш». (каждый всадник при этом должен повернуть назад, сделать полувольт(полукруг) и поехать в противоположную сторону одновременно с остальными).

Обучению сотрудничеству (развитие возможностей эмоционального контроля);

Следование за звуковым сигналом малой группе (один всадник находит другого по звуку). Всадник при этом самостоятельно управляет лошадью.

Обучению езде облегченной рысью;

Приобретение этого навыка требует от всадника значительного уровня произвольности всех компонентов психической регуляции и особенно благоприятно сказывается на развитии уровней эмоционального контроля (высший уровень аффективной регуляции).

Окончание занятия.

ВЫВОДЫ

Иппотерапия является уникальной реабилитационной техникой, которая имеет широкое применение.

Уникальность иппотерапии заключается не только в гармоничном сочетании телесно-ориентированных и когнитивных приемов воздействия на психику всадника но и созданием специфической среды (всадник-лошадь).

В основном иппотерапия воздействует на организм человека, укрепляя его, улучшая обмен веществ, нормализуя психо-эмоциональное состояние всадника.

Когда всадник взаимодействует с лошадью между ними происходит общение непосредственное вербально, благодаря этому всадник с ограниченными возможностями (частичная парализация, тонические нарушения, глухота, слепота, и т.д.) общается с лошадью на тактильном уровне. Особенно это важно для детей с проблемами со слухом, зрением, немых детей. С каждым занятием они всё больше воспринимают окружающий мир через лошадь, которая со временем становится для них полноправным партнером. Не раз всадники с частичной парализацией нижних конечностей говорили, что на лошади чувствуют, что снова могут ходить.

Иппотерапия ставит перед собой следующие цели:

Коррекционного развития;

Социальной реабилитации и адаптации.

Путем решения следующих задач:

1.Коррекция эмоционально-волевой (аффективной) сферы:

1.1 Активизация всех уровней аффективной регуляции (полевой реактивности, аффективных стереотипов, аффективной экспансии и эмоционального контроля);

1.2 Обучение целенаправленной регуляции поведения, вызванного потребностями того или иного уровня, и удовлетворению этих потребностей в социально приемлемой форме;

2. Обучения навыкам управления собственным телом, распознаванию его потребностей и установлению контроля над ними (развитие соматогностических

функций), коррекция и развитие двигательной (моторной) сферы;

3. Расширение представлений об окружающем мире;

4. Развитие психических функций (восприятие, внимание, память, мышление, речь):

4.1 насыщение сенсорными стимулами, обучение их распознаванию и дифференциации;

4.2 коррекция и развитие пространственных представлений;

4.3 обучение сосредоточению, переключению и распределению внимания;

4.4 обучение рациональному управлению мнестическими процессами (памятью), последовательная активизация всех форм запоминания, воспроизведение полученной информации с постепенным увеличением доли произвольности, включение в работу всех видов памяти (оперативной, кратковременной и долговременной, зрительной, слуховой, тактильной и т.д.);

4.5 активизация всех форм мышления, начиная от иерархически нижележащих (наглядно-действенного и наглядно-образного) до словесно-логического и продуктивного;

4.6 обучение невербальным и вербальным способам коммуникации (безречевому и речевому общению).

Эти задачи решаются с помощью специально разработанной реабилитационной программы, базирующейся на иппотерапии и включающей в себя 7 этапов:

Этап - Адаптационный;

Этап - Создание общего функционального базиса;

Этап - Расширение функциональных базисных возможностей;

Этап - Накопление навыков и автоматизмов;

Этап - Активизация экспансии;

Этап - Произвольное управление аффектом и движением;

Этап - Верховая езда как источник целенаправленного познания себя и окружающего мира;

По мере их прохождения активизируются более онтогенетические поздние (иерархически вышестоящие, сложнее организованные) уровни психической организации, опирающиеся на предшествующие им, задействованные и отработанные на предыдущих этапах. Скорость прохождения каждого этапа очень индивидуальна, так же как и индивидуальный результаты.

После прохождения всех этапов иппотерапии не редки случаи когда всадник не только продолжает заниматься Лечебной Верховой Ездой, но и начинает пробовать себя в инвалидном конном спорте, а значит является адаптированным и социализированным в социуме.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В этой работе был произведен краткий экскурс в историю иппотерапии (лечебной верховой езды), развитие и применение иппотерапии в России, рассмотрены методологические подходы к реабилитации лиц с ограниченными возможностями, которые позволяют развивать и совершенствовать интеллект таким необычным и в месте с тем весьма эффективным способом как верховая езда. Эти подходы опираются на современные знания о формировании и протекании психических

процессов и взаимозависимости психических функций.

Предложенная методика позволит повысить эффективность применения иппотерапии там, где она уже используется в работе.

Применение иппотерапии имеет широкие границы и не ограничивается непосредственными заболеваниями, но так же она может применяться при депрессии, для снижения уровня стресса, преодолении комплексов и повышения самооценки.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Бикнел Джоан, Хелен Хенн, Джун Вебб. Знакомьтесь: иппотерапия. Верховая езда как средство реабилитации детей-инвалидов (практическое руководство)./ Пер. с англ. Детский экологический центр «Живая нить» - М.,1999,24с.

Вайзман Н.П. Психомоторика умственно отсталых детей. - М., «Аграф»,1997,122с.

Висенс Михаил. Подражая кентавру. - М., 2002, 80 с.

Выготский Л.С. Вопросы детской (возрастной) психологии. Собр. Соч.: В 6 т. - М., Педагогика, 1982-1985, Т.4., с. 385

Герне М., Кауне В., Урбат Х.Ф. Наблюдение за развитием детей с интеллектуальными поражениями в связи с их занятиями ЛВЕ и вольтижировкой./ Материал 8-го международного конгресса по терапевтической верховой езде. - Левин, 1994

Грачев Л.К., Казаченко И.Ю., Роберт Н.С. Об опыте деятельности детского экологического центра «Живая нить». - М., 1997, 80 с.

Гурвич П.Т., Самородский А.А., Терентьева И.Ю., Шпицберг И.Л. Экосистемная реабилитация с опорой на лечебную верховую езду (ЛВЕ) в летних интеграционных лагерях./ Педагогическая и психологическая реабилитация детей с ограниченными возможностями.// Генеративное здоровье и социальные гарантии. Часть III под ред. И.В. Саноцкого. - М., 1998, 51 с., с.41

Гуровец Г.В. Методика реабилитации психомоторных нарушений у умственно отсталых школьников на занятиях ЛФК./ Дефектология №1, 1999, с.31

Денисенков А.И., Роберт Н.С., Шпицберг И.Л. Иппотерапия: возможности и перспективы реабилитации при детском церебральном параличе. Методические пособия. - М., 2002, 56 с.

Джосвик Фрэн, Киттредж Марджори, Макковен Лайда, Макпарлэнд Крис, Вудз Стефания. Вопросы и ответы: Пособие по терапевтической верховой езде./ Пер. с англ. Московский конноспортивный клуб инвалидов. - М., 2000, 285 с.

Дремова Г.В. Социальная интеграция и реабилитация лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата на основе иппотерапии. Дисс. На соиск. Степ. К.п.н. (специальность - 13.00.04) - М., 1996, 143 с.

Ермаков А.В. Иппотерапия в коррекции состояния детей, больных детским церебральным параличом, гипердинамическим синдромом и логонервизмом. Автореф. дисс. на соискание степ. К.м.н. (специальность 14.00.18), Нижегородская государственная медицинская академия - М., 2001.

Опыт работы детского реабилитационного центра «Солнечный мир». Пособие по организации реабилитационных центров с опорой на иппотерапию. - М.,2002

Полежаева А.Б. Иппотерапия: путь к здоровью: Лечение верховой ездой./в сб.

«Учебник здоровья» - Ростов на Дону, 2003, 155 с.

Штраус Ингрид. Иппотерапия./ Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды.// Пер с нем. - ДЕЦ «Живая нить». - МККИ 2000.