



VIII МЕЖДУНАРОДНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ

ИППОТЕРАПИЯ

ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

25–27

АВГУСТА

2017

Национальная Федерация Иппотерапии
и Адаптивного конного спорта

Абилита́ция - лечебные и/или социальные мероприятия, направленные на **формирование и развитие** нарушенных функций организма и психики человека, улучшение физического и психологического состояния человека и адаптацию к жизни в социуме.

Реабилитация – комплекс медицинских, психологических, педагогических, профессиональных и юридических мер по **восстановлению** нарушенных или утраченных функций организма и психики человека, улучшение физического и психологического состояния человека и адаптацию к жизни в социуме.

МЕТОДЫ РЕАБИЛИТАЦИИ И АБИЛИТАЦИИ С ПОМОЩЬЮ ЛОШАДИ



ПСИХОФИЗИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ АБИЛИТАЦИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ С ПОМОЩЬЮ ЛОШАДИ

АДАПТИВНАЯ ВЕРХОВАЯ
ЕЗДА (АВЕ)

АДАПТИВНЫЙ КОННЫЙ
СПОРТ (АКС)

ИППОТЕРАПИЯ

Развивающая
верховая езда

Оздоровительная
верховая езда

Спорт ЛИН

Паралимпиада

Специальная олимпиада

ИППОТЕРАПИЯ

Нейрофизиологически ориентированная терапия с помощью лошади. Идущая шагом лошадь служит терапевтическим средством воспроизведения двигательной активности. Когда всадник сидит верхом, его осанка вырабатывается благодаря специфике движений лошади, идущей шагом, а с помощью слабых координационных реакций вырабатываются и тренируются удержание равновесия и компенсаторные мышечные сокращения. Сенсомоторная стимуляция, осуществляемая по проводящим путям проприоцептивной чувствительности, улучшает осанку, так как облегчает нахождение и закрепление наиболее близких к норме двигательных реакций, доступных всаднику. Одновременно такая двигательная коррекция тренирует мускулатуру, устраняя её непропорциональность, и регулирует мышечный тонус, что также максимально увеличивает объём двигательной активности в суставах. Увеличение подвижности в системе таз-позвоночник-череп (кранио-сакральной) позволяет усилить и стабилизировать гемо-ликворо- и лимфо- динамику (движение крови, спинномозговой жидкости и лимфы), что в свою очередь положительно влияет на когнитивную, эмоциональную сферу и на состояние общего иммунитета. Исходные положения всадника лежа на спине и животе являются подготовительными к правильной посадке, вертикализации и выстраиванию центральной оси. Верховая езда пассивна, всадник не управляет лошадью.

Цель Иппотерапии

Помочь всаднику принимать и обрабатывать сенсорную информацию таким образом, чтобы это приводило к более эффективному двигательному ответу. Иппотерапия использует конкретные движения лошади для того, чтобы стимулировать постуральный контроль и соответствующие двигательные реакции. Когда инструктор контролирует характер движений лошади и их направление, всаднику приходится реагировать на них или к ним приспособляться, пользуясь, скорее, АВТОМАТИЧЕСКИМИ, нежели КОГНИТИВНЫМИ механизмами. Всадник реагирует на подкорковом уровне, не пользуясь сознательным восприятием или мышлением. Терапевтическая команда тщательно определяет, какой тип стимуляции должна давать лошадь, чтобы всадник реагировал на неё АКТИВНО, но БЕССОЗНАТЕЛЬНО. Возможность научиться автоматическим реакциям в функциональных позициях резко отличает иппотерапию от других методов реабилитации с помощью лошади.

Необходимые условия для занятий иппотерапией

- ❑ Наличие терапевтической лошади.
- ❑ Наличие подготовленной, огороженной площадки или крытого манежа с размером 20 на 40 метров.
- ❑ Коновод, работающий в иппотерапии, имеет высокий уровень профессиональной подготовки работы лошади «в руках».
- ❑ Инструктор по иппотерапии имеет базовое образование в области медицины, педагогики, психологии и дополнительное образование или повышение квалификации в области физической реабилитации (кинезиотерапия, АФК, ЛФК и проч.) владеет навыками верховой езды.
- ❑ Наличие ассистента инструктора для страховки и помощи инструктору в создании симметричных положений всадника

ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛОШАДЬ

- ❑ Абсолютно здоровая физически и психически лошадь верховой породы от 120 см в холке
- ❑ Сформированный центр тяжести лошади находится непосредственно под центром тяжести всадника на одной вертикальной оси.
- ❑ Движения плавные, ритмичные, амплитудные
- ❑ Сбалансированные вектора движения: вверх-вниз, вперёд-назад, влево-вправо
- ❑ Не моложе 6 лет.

РАЗВИВАЮЩАЯ ВЕРХОВАЯ ЕЗДА

Психофизический метод абилитации и реабилитации с помощью лошади, направленный на развитие перцептивно-двигательных, психоэмоциональных и когнитивных навыков. Верховая езда пассивна, всадник не управляет лошастью, основной аллюр – шаг.

Цель РВЕ

Заложить основы психосоматической целостности, где мышление, эмоции и тело находятся в гармоничном взаимодействии.

В отличие от ИППОТЕРАПИИ, в РВЕ формирование двигательных навыков происходит с использованием когнитивной сферы всадника, т.е. всадника обучают управлять собственным телом за счёт сознательного использования всех типов восприятия, внимания и мышления. Но развитие двигательных навыков в РВЕ строится на базе тех навыков, которые появились в процессе работы в ИППОТЕРАПИИ.

Необходимые условия для РВЕ

- ❑ Инструктор, имеющий базовое образование в сфере педагогики, психологии, физической культуры и физической реабилитации, постоянно повышающий свой профессиональный уровень, исходя из выбранного направления работы в РВЕ.
- ❑ Терапевтическая или учебная лошадь.
- ❑ Огороженная площадка или крытый манеж со сторонами не менее 20 м.
- ❑ Коновод имеет опыт работы с лошадьми.
- ❑ Наличие ассистента инструктора для страховки по требованию инструктора.

УЧЕБНАЯ ЛОШАДЬ

- Здоровая лошадь любой породы, без патологий и аритмий.
- Возможны небольшие недочёты здоровья, в компенсированном виде не доставляющие лошади и всаднику неудобств.
- Не моложе 6 лет.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ВЕРХОВАЯ ЕЗДА

(то, что раньше называлось АВЕ)

Метод психофизической реабилитации и абилитации с помощью лошади, направленный на развитие, совершенствование и коррекцию двигательных навыков; развитие мотивации, самоконтроля; коррекцию и расширение социальных взаимодействий и взаимоотношений посредством обучения самостоятельной, активной (всадник управляет сам) верховой езды на аллюрах, которые возможны для овладения всадником, исходя из его физических и психоэмоциональных возможностей.

Переход к занятиям АВЕ от ИППОТЕРАПИИ или РВЕ возможен только тогда, когда психомоторное развитие всадника позволяет ему переключиться с контроля над своим телом к попытке контролировать что-то вне себя, в данном случае лошадь.

Возможны индивидуальные и групповые занятия, а также занятия на корде. К этому методу можно отнести и АДАПТИВНУЮ (ИНТЕРАКТИВНУЮ) ВОЛЬТИЖИРОВКУ.

Необходимые условия для проведения занятий

- Инструктор является тренером по верховой езде, прошедшим курсы повышения квалификации по работе со всадниками с ОВЗ.
- Учебная лошадь.
- Огороженная площадка или крытый манеж для занятий верховой ездой.

АДАПТИВНЫЙ КОННЫЙ СПОРТ

- ❑ Спорт высоких достижений:
 - Паралимпийская выездка (для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата).
 - Паралимпийский драйвинг (в России нет).
 - Спорт ЛИН (для лиц с интеллектуальной недостаточностью с интеллектуальным коэффициентом 60-70. Выездка, конкур, пробеги).

Необходимые условия для занятий адаптивным конным спортом.

- ❑ Тренер по конному спорту, прошедший повышение квалификации по работе со всадниками с ОВЗ.
- ❑ Учебные лошади. Специально подготовленные лошади для паралимпийской выездки и спорта ЛИН.
- ❑ Огороженная открытая площадка или крытый манеж не менее 60 на 20 метров.

МЕТОДЫ АБИЛИТАЦИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЛОШАДИ БЕЗ ПОСАДКИ

- Управление повозками
- ИППОВЕНЦИЯ (трудотерпия ,арттерапия
- Подготовка лиц с ОВЗ к профессиональной деятельности в конюшне

ТРУДОТЕРАПИЯ

(уход за лошадью, работа в конюшне)

Метод психоэмоциональной, социальной и поведенческой адаптации и реабилитации через взаимодействия с лошадью, не связанные с верховой ездой. Этот метод применяется для детей и подростков с нарушением интеллекта, РАС, девиантным поведением, педагогической запущенностью и др. для формирования таких черт личности как ответственность, внимательность по отношению к животным и партнёрам по работе, терпение, трудолюбие, дисциплинированность. Данный вид терапии используется и для людей, находящихся в сложных психоэмоциональных состояниях, депрессии.

Занятия проводят различные специалисты: социальные работники, психологи, психотерапевты.

ИППОВЕНЦИЯ

Метод достижения психологического терапевтического эффекта в процессе специально организованного специалистом (психологом, психотерапевтом) общения с лошадью. Термин ввел Х-ДЖ. Барайсс. Психотерапевтическим основанием ипповенции является то, что во время контакта с лошадью происходит осознание глубинных процессов, в момент переживания которых человек может восстановить связь со своим подлинным «я». Лошадь является своеобразным «зеркалом», непредвзято и честно отражая поведение и эмоции контактирующего с ней человека. Согласно этим утверждениям, тренинг на основе общения с этим мощным животным благотворно воздействует на процесс преодоления психологических травм, помогает справиться с тревожностью и побороть страхи; развивает лидерские навыки и эмпатию. Акцент делается на различных вариантах контакта «человек-лошадь»: наблюдение, чистка, кормление, вождение и т.п

АРТТЕРАПИЯ

Человек, общаясь с лошадью, и испытывая весь комплекс эмоций, потом, в перерывах между общением и ездой, рисуя лошадь (или создавая объёмные фигуры из глины и других материалов, сюжетные сценки), активизирует в себе всё то, что при непосредственном общении происходит с ним. То есть, и в отсутствии лошади происходит активизация. Таким образом человек может активизировать себя сам так часто, как сам этого хочет.