

ИППОТЕРАПИЯ В ЗАНЯТИЯХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ДЕТЕЙ С ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ

HIPOTHERAPY IN ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE FOR CHILDREN WITH CEREBRAL PARALYSIS

Климок С. А., Бегидова Т. П., канд. пед. наук, профессор
Воронежский государственный институт физической культуры,
г. Воронеж, Россия

АННОТАЦИЯ. Исследование посвящено определению роли занятий лечебной верховой ездой или иппотерапией в комплексной реабилитации детей с церебральным параличом. Показано влияние занятий на всестороннее развитие личности с ограниченными возможностями здоровья.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: реабилитация; пациент; двигательное развитие; конный спорт; иппотерапевт.

ABSTRACT. The study is devoted to determining the role of therapeutic horse riding or hippotherapy in the complex rehabilitation of children with cerebral palsy. The influence of classes on the all-round development of a person with disabilities is shown.

KEY WORDS: rehabilitation; patient; motor development; equestrian sports; hippotherapist.

Детский церебральный паралич (ДЦП) – неврологическое заболевание, которое вызывает повреждение центральной нервной системы в период развития и подросткового возраста ребенка.

Причина обычно связана с несколькими сопутствующими факторами, которые могут возникать в антенатальном, перинатальном и послеродовом периодах.

Факторы риска церебрального паралича включают, среди прочего:

- генетические факторы;
- перинатальная гипоксия;
- низкий вес при рождении;
- преждевременные роды.

Симптомы церебрального паралича могут быть разными, так как течение болезни зависит от того, какая часть головного мозга повреждена.

Хотя восстановить физическую форму в инфицированной области невозможно, центральная нервная система имеет способность создавать новые связи между нейронами, это называется нейропластичность.

Характерные симптомы церебрального паралича: двигательные расстройства; нарушения речи; психические расстройства; судороги и эпилепсия.

Реабилитация детей с церебральным параличом в основном заключается в двигательной стимуляции. Терапия направлена на поддержание двигательного развития ребенка и улучшение качества его жизни.

Примерно у 90 % пациентов с ДЦП наблюдается спастичность, то есть повышенный мышечный тонус, сопровождающийся ограниченной подвижностью и низким уровнем развития силовых способностей.

Большинство процедур и реабилитация направлены на снижение повышенного напряжения (гипертонус) и увеличение мышечной силы.

Силовые тренировки могут помочь облегчить боль, улучшить физическую форму и управлять повседневной деятельностью. Укрепление мышц также способствует лучшему функционированию сердечно-сосудистой системы, влияет на спортивные достижения и самооценку.

Для таких детей показаны занятия адаптивной физической культурой и, в перспективе, спортом лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Пожалуй, одними из самых популярных в реабилитационном процессе являются занятия плаванием и иппотерапией, что в последующем может перерасти в занятия адаптивным спортом.

Непосредственное отношение к занятиям иппотерапией и конным спортом имеет в России Национальная федерация иппотерапии и адаптивного конного спорта (НФ ИАКС) – содружество людей и организаций, занимающихся внедрением и развитием методов, использующих лошадь в реабилитации, абилитации и социальной адаптации детей и взрослых с ограниченными возможностями здоровья в РФ [1, 3].

За более чем 20 лет развития Национальной Федерации многое поменялось в восприятии методов, использующих лошадь в реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья. Накопление опыта и практических результатов помогло глубже понять процессы, происходящие в организме и психике всадников на занятиях иппотерапией. На основе этого опыта сформировались целые направления работы с людьми, имеющими различные проблемы со здоровьем, в которых можно применять лошадь. В связи с этим было принято решение поменять название самой Федерации и внести коррективы в существующую классификацию методов реабилитации и абилитации с помощью лошади [1, 3].

Сегодня иппотерапия все чаще используется как один из методов лечения, поддерживающих классическую реабилитацию. С каждым днем все больше и больше людей узнают о существовании этой формы помощи для больных детей, и лошадь очень хорошо помогает в терапии, благодаря способу стимуляции пациента.

Дети с церебральным параличом часто имеют ряд проблем, из-за которых нарушается их нормальная функциональность в повседневной жизни. Обычно они и их окружение борются с парезами и параличами конечностей, произвольными движениями, нарушениями мышечного напряжения, равновесия или умственной отсталостью, нарушениями зрения и слуха. Эти проблемы возникают из-за повреждения головного мозга ребенка в эмбриональном, внутриутробном или перинатальном периоде. Степень этого повреждения может быть

самой разной, поэтому состояние и функционирование пациента будут чрезвычайно индивидуальными.

Цель исследования заключались в оценке иппотерапии как одного из наиболее эффективных естественных терапевтических методов, используемых для оздоровления ребенка с церебральным параличом, как с точки зрения движений, так и с точки зрения педагогики и психологии.

Регулярные занятия иппотерапией помогают скорректировать осанку, двигательные нарушения, укрепить мышечный корсет, улучшить уровень самоконтроля деятельности конечностей и дыхания [2].

Как правило, всего после нескольких занятий пациент увеличивает мышечную силу и приобретает контроль над телом, благодаря постоянным движениям и действиям, работая над своими мышцами, чтобы удерживать равновесие на лошади. Повторяющиеся движения улучшают моторику в целом. Верховая езда помогает пациенту решать логопедические проблемы, укрепляя мышцы шеи и способствуя улучшению контроля дыхания [2, 3].

Маленькие пациенты относятся к лошади как к другу, а к терапевтическим занятиям – как к приятному времяпрепровождению. Они с большей охотой посещают занятия, выполняют заданные упражнения и часто предлагают свои собственные идеи о том, как использовать учебное время. Активное участие, положительное отношение, энтузиазм и ожидание каждого занятия, желание пациента работать над решением своих проблем можно считать одними из основных факторов успешной реабилитации.

Положительное влияние на результат реабилитации ребенка с парезами и параличом конечностей оказывает позитивный эмоциональный фон: пациент хочет прикоснуться к лошади и погладить ее, при этом он сам неосознанно тренирует свою нервную систему и улучшает передачу информации от мозга к телу, мышцам и суставам.

Дети с церебральным параличом борются, помимо прочего, с повышенным или пониженным мышечным тонусом. Это приводит к неправильным и насильственным движениям (спастика, гиперкинезы), что может привести к проблемам с ходьбой. Во время прогулки на лошади тело, мышцы и суставы человека как бы воспроизводят движения, выполняемые ими при ходьбе, создавая динамический стереотип, когда ребенок еще не ходит, и помогая улучшить ходьбу [2, 3].

У детей со сниженным мышечным тонусом при занятиях иппотерапией укрепляются мышцы спины и живота, напряжение в них усиливается, способствуя поддержанию правильного положения тела. Удержание правильного положения тела во время занятий на лошади требует концентрации внимания на работе мышечной мускулатуры всего тела, тем самым улучшая саму концентрацию внимания.

Для посещения занятий по иппотерапии обязательно требуется наличие направления лечащего врача и его дальнейшие периодические осмотры. На основании предоставленного заключения (выписки из истории болезни) пациента консультирует врач, имеющий опыт работы в иппотерапии или целая бригада специалистов (физиотерапевт, психолог, педагог, специальный педагог, логопед,

невролог, ортопед или другие специалисты, в зависимости от специфики проблемы пациента). В результате проведенной консультации упражнения подбираются индивидуально в зависимости от потребностей и работоспособности пациента [3].

Также, с учетом потребностей, подбирается модифицированное конно-спортивное и реабилитационное оборудование и способ страховки. Применяется верхняя, нижняя, двухсторонняя нижняя страховка. Во время занятий иппотерапией лошадью управляет человек, обученный и имеющий опыт обращения с ними.

В целях безопасности занятия иппотерапией, как правило, проводятся индивидуально (1 иппотерапевт = 1 пациент) [3].

Таким образом, детский церебральный паралич вызывает большие трудности в повседневной жизни человека не только из-за ограниченных двигательных возможностей, но также из-за социальных и эмоциональных ограничений. Однако потребности пациентов остаются такими же, как и потребности людей без инвалидности. Оказать помощь в их удовлетворении могут занятия иппотерапией, а в дальнейшем – адаптивным конным спортом.

Список литературы

1. Гриднева, С. С. Применение иппотерапии при физической реабилитации детей с детским церебральным параличом (ДЦП) / С. С. Гриднева, А. Д. Коптева, А. В. Климова, В. К. Посохов, М. В. Климова // Успехи современного естествознания. – 2011. – № 8. – С. 163–165.

2. Национальная федерация иппотерапии и адаптивного конного спорта: [Электронный ресурс]: <https://ippoterapia.ru/> (Дата обращения 25.09.2021)

3. Слепченко, Ю. А. Методы абилитации и реабилитации с помощью лошади в системе адаптивной физической культуры / Ю. А. Слепченко // Адаптивная физическая культура. – 2019. – № 1 (77). – С. 3–7.

УДК 796.058.2

ОРГАНИЗАЦИЯ И СТРУКТУРА ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД ПО ИГРОВЫМ ВИДАМ СПОРТА

ORGANIZATION AND STRUCTURE OF TRAINING STUDENT TEAMS IN PLAYING SPORTS

Ковель С. Г., канд. пед. наук, доцент

Белорусский национальный технический университет, г. Минск

АННОТАЦИЯ. Важнейшими для студенческих команд по различным видам спорта являются соревнования Республиканской универсиады. Постоянное