

ИППОТЕРАПИЯ - УНИКАЛЬНЫЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ

**Страшнова П.А., студентка 3 курса факультета ветеринарной
медицины и биотехнологии**

**Научный руководитель – Макаров А. А., доцент ФГБОУ ВО
Ульяновский ГАУ**

Ключевые слова: инвалидность, эффект, взаимодействие, иппотерапия, лошади.

Иппотерапия зарекомендовала себя как один из лучших терапевтических методов при реабилитации.

Иппотерапия (от др. греч. ἵπλος «лошадь») – это особый вид кинезиотерапии. Это лечебная физкультура, которая основана на общении человека с лошадей. Одним из главных направлений применения иппотерапии является реабилитация при различных заболеваниях опорно-двигательного аппарата и нервной системы [1, 2, 3, 4].

Суть метода заключается в сочетании психо-эмоциональной терапии и биомеханического эффекта в сочетании с развитием мышц посредством физических нагрузок во время верховой езды [5]. При езде на лошади импульс от её тела передается телу человека. Происходит своеобразная имитация ходьбы, ритмические движения, а также тепловое воздействие, так как температура тела лошади на 1,5°C выше температуры тела человека.

Идущая шагом лошадь передает телу всадника более сотни импульсов разнообразных движений, которые тренируют его, многократно повторяясь и при этом не надоедая. Ритмичные колебательные движения – растягивающие, скручивающие, сжимающие, способствуют разрушению патологического двигательного стереотипа человека.

Пытаясь удержать равновесие, занимающиеся лучше осознают движение, учатся координировать усилия корпуса, рук и ног. Мышцы, которые в обычной жизни не могли получить адекватной нагрузки, начинают работать. Происходит не только коррекция позы, но и двигательной активности;

хорошие результаты достигаются при гиперкинезах, когда уменьшение объема и амплитуды движений происходит за счет волевых усилий.

Ритм шагов лошади в сочетании с возникающим попеременным вращением плечевого пояса человека вправо и влево при одновременно фиксированном тазе имеет особое значение для формирования правильного навыка ходьбы. Лошадь, двигаясь, разогревает и массирует мышцы всадника, что способствует уменьшению спастики, нормализует тонус мышц.

Целью иппотерапии является не обучение верховой езде, а использование лошади и ее движений для достижения конкретных целей и задач терапии. Сидя верхом, лошадь вовлекает в движение практически каждую группу мышц в теле. Также во время занятий активируются все виды сенсорной интеграции – это процесс, во время которого нервная система человека получает информацию от рецепторов всех чувств (осознание, вестибулярный аппарат, ощущения тела, обоняние, зрение, слух, вкус), затем организует их и интерпретирует так, чтобы они могли быть использованы в целенаправленной деятельности [6, 7, 8].

Таким образом, все реабилитационные программы составляются индивидуально врачом или методистом ЛФК совместно с инструктором по верховой езде. Как и в любой методике ЛФК, существуют и противопоказания: гемофилия, врожденная ломкость костей, любые заболевания в остром и подостром периодах, необратимые изменения в тазобедренных суставах.

Библиографический список:

1. Макаров, А.Л. Физическое здоровье студентов с функциональными нарушениями осанки / А.Л. Макаров, Е.В. Макарова // Материалы III международной научно-практической конференции – Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения. – Ульяновск, 27-28 октября 2011 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2011. – С. 357-359.

2. Макарова, Е.В. Исследование влияния двигательных режимов на морфологические особенности студентов (по результатам лонгитудинальных исследований) / Е.В. Макарова, А.Л. Макаров // Материалы Всероссийской научно-практической конференции – Перспективные направления в области

физической культуры, спорта и туризма аграрных вузов. – Орел, 24-26 октября 2018 г. – Орел: Орловский государственный аграрный университет имени Н.В. Парахина, 2018. – С. 208-211.

3. Макаров, А.А. Физкультурное образование студентов специального учебного отделения Ульяновской области / А.А. Макаров, Е.В. Макарова // Материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии – Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании. – Ульяновск, 11-13 октября 2011 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2011. – С. 192-196.

4. Макаров, А.А. Физическая культура студентов с отклонениями в состоянии здоровья / А.А. Макаров, Е.В. Макарова // Материалы международного научно-практического форума – Оздоровление нации средствами физической культуры и спорта. – Самара, 31 декабря 2013 г. – Самара: Самарский государственный социально-педагогический университет, 2013. – С. 179-181.

5. Макарова, Е.В. Методы исследования адаптации сердечнососудистой системы организма студентов к физическим нагрузкам / Е.В. Макарова, А.А. Макаров // Материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии – Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании. – Ульяновск, 27-28 ноября 2015 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2015. – С. 89-91.

6. Макарова, Е.В. Физкультурно-спортивная деятельность студентов / Е.В. Макарова, А.А. Макаров // Материалы международной научно-практической конференции – Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях. – Чебоксары, 20 мая 2019 г. – Чебоксары: Чувашская государственная сельскохозяйственная академия, 2019. – С. 28-32.

7. Макарова, Е.В. Объем и характер двигательной активности студентов / Е.В. Макарова, А.А. Макаров // Материалы Национальной научно-практической конференции – Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения. – Ульяновск, 20-21 июня

2019 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2019. – С. 365-368.

8. Макарова, Е.В. Исследование особенностей воздействия физических упражнений в зависимости от их объема и интенсивности / Е.В. Макарова // Материалы IV международной научно-практической конференции –Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения. – Ульяновск, 07-08 февраля 2017 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2017. – С. 237-240.

HIPPOTHERAPY – A UNIQUE METHOD OF TREATMENT

Strashnova P.A.

Key words: *disability, effect, interaction, hippotherapy, horses.*

Hippotherapy has established itself as one of the best therapeutic methods in the rehabilitation.