

Каждый урок должен отвечать определенным требованиям, соблюдение которых повышает его эффективность, ведет к прочному овладению учащимися знаниями, умениями и навыками. Важным условием урока является соответствие используемых методов обучения составу занимающихся, цели занятий.

### Литература

1. Амосов, Н. М. Раздумье о здоровье / Н. М. Амосов. – М.: Молодая гвардия, 1987. – 104 с.
2. Arsene Igor. Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice prin utilizarea strategiilor moderne ale învățării(jocul). Materialele conferinței științifice internaționale, Chișinău 2013, p 21–24.
3. Arsene Igor. Adaptarea psihosocială a elevilor cu reținere în dezvoltarea psihică în cadrul lecțiilor de educație fizică cu conținut adecvat. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău: ”Valinex”SRL. 2010.–192p.

## НОВЫЕ ПОДХОДЫ В КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ ТЕРАПИИ ДЕТЕЙ, СТРАДАЮЩИХ ДЦП

*Р.Н. Бергина*

Луганский государственный педагогический университет, г. Луганск,  
e-mail: bergina\_rita@mail.ru

*В статье освещается и анализируется один из методов коррекционной работы – иппотерапия. Описывается комплексное воздействие лечебной верховой езды, ее влияние на двигательное и эмоциональное развитие детей, страдающих ДЦП.*

**Ключевые слова:** детский церебральный паралич, иппотерапия, двигательная активность, реабилитация.

Реабилитация (при ДЦП) является необходимым элементом целого комплекса занятий и процедур, направленных на лечение ДЦП. А иппотерапия для детей с ДЦП является одним из наиболее эффективных методов реабилитации. Детский церебральный паралич – это сборная группа устойчивых не прогрессирующих двигательных синдромов (парезы, параличи, гиперкинезы, атаксия, другие) в сочетании с психическими, речевыми нарушениями, реже эпилептическими припадками, ликвородинамическими расстройствами или без них, которые являются следствием органического поражения центральной нервной системы в перинатальном, интранатальном и раннем неонатальном периоде.

Эпидемиологические исследования показывают, что в индустриально развитых странах частота ДЦП составляет 2,0–2,5 случая на 1000 детей. Значительные экономические затраты на лечение и социальное обеспечение этой группы населения подчеркивает важность разработки новых эффективных методов интенсивной реабилитации, направленной на максимальную социально-бытовую адаптацию и всестороннее повышение качества жизни этих детей. В настоящее время существует большое количество методов реабилитации больных ДЦП. Одна из реабилитационных программ – иппотерапия.

Цель исследования – заключается в проведении исследования по изучению влияния иппотерапии на процесс реабилитации больных детей ДЦП.

Иппотерапия – лечебная гимнастика на лошади “hippos” (греч.) – “лошадь”; буквально – “лечение лошадью”: реабилитационно-лечебный комплекс, основанный на нейрофизиологии, с применением верховой езды, который является давно известным и признанным эффективным средством реабилитации больных. Особенность ее заключается в одномоментном, максимально эффективном взаимодействии двух живых существ

с их характером, импульсивностью и индивидуальностью. Этот метод в ряде случаев более эффективен в реабилитационной практике по сравнению с другими средствами – это лечение без боли, страха, насилия и тяжело переносимых процедур [1, с.75]. Рассматривая иппотерапию как особую форму ЛФК, при ее использовании необходимо придерживаться основных принципов: раннее начало, этапность, комплексность, индивидуальный подход, ориентация на достижение конкретного конечного результата.

Лечебная верховая езда применяется не только с целью медицинской реабилитации при ДЦП, но и как средство психологической коррекции, социальной адаптации и даже как эффективный “помощник” дефектологов. Делается акцент на психологических результатах конно-терапевтических занятий, комплексность и многоплановость влияния которых осуществляет благотворное действие на формирование личности пациента и его поведение.

**Материал и методы.** Научное обоснование концепции лечебно-профилактического влияния иппотерапии на организм больного, основывается на двух основных факторах: биомеханическом и психогенном.

Биомеханический фактор, прежде всего, включает влияние колебаний, возникающих и передающихся в трех взаимно перпендикулярных плоскостях от спины лошади. Эти колебания вызывают поочередное напряжение и относительное расслабление почти всех групп мышц, особенно мышц туловища. Это вызывает частичную (а в некоторых случаях – максимально необходимую) нормализацию мышечного тонуса, уменьшение объема и амплитуды произвольных движений, улучшение координации, что в свою очередь улучшает статико-локомоторные функции пациента. Верховая езда постоянно влечет тренировку базовых рефлексов, которые требуют участия крупных мышц тела. Этот фактор наиболее важен для пациентов с нарушением функций опорно-двигательной системы и системы управления движениями. Иппотерапия уникальна тем, что нагрузка одних групп мышц и расслабление других происходит одновременно [5, с.51].

Трех проекционное движение мощной мускулатуры лошади создает иллюзию самостоятельной ходьбы, потому что темп шага лошади почти идентичны человеческому. Сидя верхом на лошади, пациент для сохранения равновесия инстинктивно включает в работу все мышцы тела, такого эффекта не наблюдается даже при самой активной нагрузке на механических тренажерах.

Психогенный фактор предусматривает наличие двух высокоценных мотиваций – желание активно становиться лучше с одномоментным преодолением страха и неуверенность в себе. Ритмичные плавные движения лошади успокаивают, снимают напряжение и возбуждение, вызванные заболеванием. На занятиях по иппотерапии пациент ощущает внутренний комфорт, который часто отсутствует при лечебном массаже и других мероприятиях в медицинском учреждении.

В наш век нервных патологий важную роль играет дефицит положительных эмоций. Непосредственное «общение» человека с лошастью в значительной степени компенсирует этот пробел. Доказано, что верховая езда активно стимулирует выделение эндорфинов – гормонов счастья. С момента заинтересованности «общением» с конем начинается процесс обучения – получение новой информации через тактильные ощущения, зрение, слух, что проявляется получением соответствующих положительных эмоций. Пациенты испытывают удовлетворение от достигнутых результатов, у них наблюдается улучшение самоконтроля, повышаются самоуважение и оценка своего физического состояния.

Таким образом, в процессе регулярных занятий тело человека «запоминает» правильные стереотипы осанки. Упражнения на лошади и верховая езда побуждают пациента к концепции внимания и воли, для того чтобы научиться самостоятельно управлять лошастью. Вместе с успехами в верховой езде к пациенту приходит вера в свои силы, активизируется интерес к жизни, стремление преодолеть ограничения, которые возникли вследствие заболевания. Постепенно у больного исчезают сомнения в своей неполноценности.

Иппотерапия уменьшает спазм, увеличивает эластичность мышц, регулирует сон, улучшает настроение, вызывает у пациента желание продолжать лечение.

Лечебная верховая езда как средство реабилитации используется также для укрепления мышц шеи и разработки хватательных функций кистей рук.

Важную роль иппотерапия играет в социально–психологической реабилитации молодых людей, которые в связи с проблемами физического, интеллектуального и эмоционального плана оказались «за бортом» общества. Просмотр пациентом видеозаписей после окончания курса занятий часто помогает закрепить достигнутый успех.

Иппотерапия наиболее эффективна у больных в возрасте 7–11 лет.

Из опыта реабилитации детей, больных ДЦП, на примере занятий иппотерапией в Луганской СДЮШОР КСК «Колос»

Отличительной чертой лечебной верховой езды является высокая эффективность и уникальность реабилитационного воздействия на физическую и психическую сферу человека.

**Результаты и их обсуждение.** В процессе иппотерапии оказалась ощутимая положительная динамика показателей спирометрии и ручной динамометрии. Различия оказались достоверными для показателей жизненной емкости легких и показателей ручной динамометрии при измерении слева.

По данным картометрии под влиянием лечения у больных увеличился объем пассивных движений в тазобедренных суставах справа и слева, активное сгибание, и разгибание, и пассивное сгибание в голеностопных суставах.

Кроме того, родители отмечают значительные психологические изменения в характерах детей. После курса иппотерапии, у больных повысилась устойчивость к стрессам, эмоциональная стабильность, уменьшилось ощущение физического дискомфорта, улучшилось настроение, появилась радость от участия в конкретной деятельности, наметились тенденции к самостоятельности у детей, находящихся под гиперопекой родителей, повысился интерес восстановительного лечения, повысился уровень социальной активности, снизилась внутренняя тревожность, появилось внутреннее спокойствие и уверенность в своих силах, необходимость в общении.

Критерии эффективности иппотерапии как инновационной технологии реабилитации и социальной адаптации людей с ограниченными возможностями можно условно разделить на две группы: медицинские и социальные.

Медицинские критерии:

- укрепление и тренировка мышц тела пациентов;
- чувство равновесия, этот эффект достигается постоянной необходимостью поддержания всадником равновесия на протяжении всего занятия;
- улучшение координации движений и ориентации в пространстве;
- улучшение психоэмоционального состояния больного, повышение уровня самооценки личности.

Социальные критерии:

- улучшаются коммуникативные функции ребенка;
- проведения соревнований и конкурсов повышают уровень самооценки;
- посредством улучшения физического, психологического и эмоционального состояния пациента иппотерапия способствует социализации личности;
- развивает трудовые навыки по уходу за животными.

**Заключение.** На основании вышеуказанного можно сделать вывод, что лечебная верховая езда является тем уникальным методом, который развивает у ребенка с ДЦП способность преодоления трудностей, чувство гордости и победы над собственным недугом, улучшает психофизическое состояние, снимает комплекс неполноценности и

освобождает от феномена замкнутости больного человека. При проведении исследования с использованием иппотерапии в реабилитации детей, больных ДЦП, выявлены объективные положительные результаты, позволяющие говорить о целесообразности применения иппотерапии, как варианта эффективного комплексного метода восстановительного лечения больных ДЦП.

### Литература

1. Белкина, А., Пиотровский С. Опыт реабилитации больных ДЦП // Врач / А. Белкина, С. Пиотровский. – № 6, 1997. – 182 с.
2. Бикнелл, Д. Знакомьтесь – иппотерапия / Д. Бикнелл. – МККИ, М., 1999.
3. Булекбаева, Ш.А. Новые подходы в комплексной реабилитационной терапии детей, страдающих ДЦП // Педиатрия / Ш.А.Булекбаева. – №2, 2002. – 95 с.
4. Вергун А.Г., Шелухова И.В. Иппотерапия: новые современные возможности реабилитации. // Практическая медицина, № 1, 2005, 36с.
5. Соколов, П.Л., Дремова Г.В., Самсонова С.В. Иппотерапия как метод комплексной реабилитации больных в поздней резидуальной стадии детского церебрального паралича // Журнал неврологии и психиатрии / П.Л. Соколов, Г.В. Дремова, С.В. Самсонова. – № 10, 2002. – 42 с.

## АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ БАЗЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

*Д.В. Березко, П.И. Новицкий*

Витебский государственный университет имени П.М. Машерова,  
Республика Беларусь, e-mail: [Berezkodv@tut.by](mailto:Berezkodv@tut.by)

*К настоящему времени в Республике Беларусь имеется достаточно весомая правовая основа по защите прав населения с особенностями психофизического развития на сохранение здоровья и занятия физической культурой и спортом. В то же время авторы выделяют ряд не до конца разработанных проблемных направлений в организации и методике адаптивной физической культуры, имеющих непосредственное отношение к практической реализации прав отдельных групп этой категории населения на охрану здоровья средствами физической культуры и спорта.*

**Ключевые слова:** законодательная база, право на охрану здоровья, адаптивная физическая культура, лица с особенностями психофизического развития.

Здоровье, конституционно признано государствами как одно из высочайших благ человека, без которого все остальное практически лишаются возможности полноценной реализации и пользования.

Укрепление здоровья населения, создание необходимых для этого условий прямая обязанность государства, закрепленная основными законодательными актами. Поэтому охрана здоровья населения – установленная законами обязанность должностных лиц, предприятий, организаций и учреждений независимо от форм собственности.

Законодательство Республики Беларусь гарантирует право каждого гражданина на охрану здоровья, которое обеспечивается соответствующим медицинским обслуживанием, а также занятием физической культурой и спортом, созданием необходимых для этого условий [1; 2; 3 и др.].

Занятия физической культурой и спортом в охране здоровья человека имеют особое значение. По данным ВОЗ, состояние здоровья человека зависит на 50 % от образа жизни, который естественно должен быть здоровым (ЗОЖ).