**ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ИППОТЕРАПИИ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Иппотерапия – это нейрофизиологически ориентированная терапия с использованием лошади (от греческого «иппо»-лошадь и «терапия»-лечение).

Концепция иппотерапии находит свое раннее письменное упоминание со времен Древней Греции в трудах Гиппократа.

Затем, в конце 1980-х годов она начала использоваться в Германии, Австрии и Швейцарии в качестве дополнения к традиционной физической терапии.

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.

С 2011 г.- на базе нашего оздоровительного лагеря «Звездный» так же проводятся занятия по иппотерапии. 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 должна оставаться энергичной, так как только такая лошадь может обладать подходящим терапевтическим шагом.

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.

Одним из важных условий является место (площадка) проведения самого занятия. Это должно быть место, в котором лошадь чувствует себя комфортно и безопасно.

Так же это относится к отношению к коноводу и иппотерапевту, только при условии доверия лошади к коноводу и иппотерапевту лошадь будет расслабленна и спокойна.

Принципиальным отличием иппотерапии от других методик реабилитации является сочетание биомеханического и физического факторов, оказывающих одновременное тренировочное и ослабляющее воздействие на мышцы занимающегося через трехмерные колебания спины лошади .

Психогенный фактор подразумевает: во-первых, раскрытие потенциальных возможностей больного, активно вовлекая его в лечебный процесс с преодолением страха и неуверенности; во-вторых, помогает вести борьбу с имеющимися нарушениями с помощью эмоционально стимулирующего животного - лошади.

Под биомеханическим фактором подразумевается влияние колебаний, возникающих и идущих от спины движущейся лошади в трех взаимно перпендикулярных плоскостях. Эти колебания вызывают поочередное напряжение и относительное расслабление почти всех групп мышц, с большим акцентом на мышцы туловища, что обуславливает частичную нормализацию мышечного тонуса, снижение спастичности, уменьшения объема и амплитуды непроизвольных движений, улучшение координации.

В течение одной минуты реабилитанту передается от спины лошади от 95 до 110 ритмических колебаний в различных плоскостях. Кроме того, таз и нижние конечности реабилитанта при езде на лошади, идущей шагом, имитируют трехмерные движения при ходьбе здорового человека.

Иппотерапия полезна не только людям, страдающим определенными заболеваниями, но и тем, кто просто хочет уравновесить свое эмоциональное состояние или улучшить физическую форму. А к базовыми показаниям для применения иппотерапии относят:

- детский церебральный паралич;

- аутизм и другие психические заболевания;

- задержку в развитии;

- синдром Дауна;

- реабилитацию после заболевания костей и суставов, в том числе сколиоз;

- различные формы паралича;

- болевые синдромы;

- травмы мозга;

- восстановление после травм;

- заболевания нервной системы (в том числе бессонница, депрессии, последствия стресса).

Основными противопоказаниями являются:

- острая форма любого заболевания (особенно сердечно-сосудистые, психические, неврологические);

- остеопороз;

- заболевания почек;

- гемофилия;

* хрупкость и ломкость

костей.

Занятия иппотерапией проводятся на специальном открытом мини-ипподроме с коноводом и иппотерапефтом, которые на протяжении нескольких сеансов активно контролируют положение и равновесие ребенка на коне, в дальнейшем ребенок сидит самостоятельно.

Занятие включает в себя:

- знакомство с лошадью;

- упражнения на стоящей лошади;

- езда шагом;

- упражнения на идущей лошади;

- остановки, повороты, дыхательные упражнения (динамические и статические).

До занятия верхом на лошади проводится подготовительный этап в центре с проведением ЛФК, глазодвигательной и фитбол-гимнастики. Иппотерапия является уникальным реабилитационной техникой, которая имеет широкое применение.

Владение навыками верховой езды дает возможность перейти к новому качеству — качеству человека, управляющего большим животным. Человек начинает гордиться своими успехами, у него повышается самооценка, появляется уважение к себе, улучшается самоконтроль.

Успехи в верховой езде формируют личность:

- чуткость к движениям лошади тренируют реакции;

- умение управлять лошадью дает навык оценки ситуации и влияния на нее;

- доверие к лошади распространяется на доверие к людям, с которыми больной человек взаимодействует;

- уменьшает чувство тревоги;

- способствует достижению самостоятельности.