

**Комитет молодежной политики, физической культуры и спорта
Администрации города Иванова
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
ДЕТСКО ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 11**

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 01-08/19 от «10» июня 2019 г.

Директор Галкин М.Я.

«10» 2019 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
по иппотерапии 1-3 года обучения для лиц с ограниченными
возможностями здоровья**

Разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам утверждёнными Приказом Минспорта от 15 ноября 2018 г.

№ 939

Срок реализации 8 лет

**Программу составили
тренер-преподаватель
А.А. Груздева,
заместитель директора по УВР
И.В. Волкова**

Рецензенты

**Профессор, заведующий кафедрой
Общеобразовательных наук ФГБОУ ВО
«Ивановская государственная сельскохозяйственная
академия им. Д.К. Беляева»
А.А. Соловьев**

**Председатель
Ивановской региональной
спортивной общественной организации
«Федерация конного спорта»
Мунина Е.В.**

г. Иваново 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1. Направленность программы	3
1.2. Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на подготовку, минимальное количество обучающихся.....	8
1.3. Планируемые результаты	8
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	10
2.1. Продолжительность реализации программы	10
2.2. Распределение учебного материала группы.....	10
2.3. Календарный учебный график	12
3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....	15
3.1. Содержание учебного материала по иппотерапии 1 -2 года обучения	15
3.2. Методы работы.....	22
3.3. Требования техники безопасности в процессе реализации программы	25
4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ	26
5. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ	28
6. ПРИЛОЖЕНИЯ.....	30

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Направленность программы

Дети с ограниченными возможностями объективно являются одной из самых социально незащищенных категорий населения. Ребенок с нарушениями развития ограничен в своих связях с общественностью. Взаимодействие с окружающим миром затруднено не только и не столько вследствие ограниченных возможностей. Такие дети нередко сталкиваются со значительными барьерами на пути включения в социальное и культурное пространство. Эта вынужденная изоляция зачастую причиняет не меньше страданий, чем заболевание, приведшее к инвалидности. Возможности для физического развития, самореализации предоставляет иппотерапия - специально организованные занятия по обучению детей с проблемами здоровья верховой езде.

Метод иппотерапии замечателен тем, что создает уникальные условия одновременного и значительного позитивного воздействия на физический статус и психо - эмоциональную сферу занимающегося.

Иппотерапия оказывает уникальное биомеханическое воздействие: при движении лошадь передает всаднику двигательные импульсы, аналогичные движениям человека при ходьбе. Такая специфическая стимуляция улучшает осанку, так как облегчает нахождение и закрепление наиболее близких к норме двигательных реакций. Одновременно тренируется мускулатура, устраняется ее непропорциональность и регулируется мышечный тонус.

Биомеханическое воздействие:

Температура тела лошади выше человеческой на 1,5 градуса. Движение мышц спины, движущейся лошади, разогревают и массируют мышцы ног всадника, улучшая кровоснабжения всего организма. Занятия с детьми, имеющими тяжелые физические поражения, проводятся, как правило, без седла. При посадке на лошадь происходит естественное разведение сведенных

вследствие ДЦП ног ребенка. Размеренный ритм движений лошади также оказывает благоприятное воздействие. Все это в целом способствует улучшению общего состояния организма, в том числе нормализации мышечного и сосудистого тонуса, укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благотворно влияет на опорно-двигательный аппарат, улучшая осанку, координацию движений, балансировку; инициирует и укрепляет двигательные рефлексy; колебания, возникающие от спины движущейся лошади, идут в трех, взаимно перпендикулярных плоскостях. Эти ритмичные колебания вызывают поочередное напряжение и относительное расслабления мышц туловища, что и обуславливает удержание тела всадника на лошади во время её движения, в работу включаются все группы мышц.

Психогенное воздействие:

Большинство людей с ограниченными возможностями не осознают себя как личность, плохо адаптируются в окружающем мире. Иппотерапия и дает возможность почувствовать себя сильными, способными управлять крупным сильным животным - лошады; ребенок испытывает огромное желание сесть на лошадь, почувствовать себя всадником, преодолеть страх, обрести уверенность в своих силах.

Для детей-инвалидов нельзя провести четкую границу между лечебными процедурами и развивающими занятиями. Массаж, гимнастика, различные физические упражнения и игры дают как терапевтический, так и развивающий эффект. Иппотерапия обладает этой двойственностью в полной мере. Настоящая Программа работает на стыке между лечением заболевания и развитием, образованием ребенка-инвалида.

Оздоровительный, общеразвивающий и укрепляющий положительный результат от верховой езды и общения с животным достигается за счет следующих факторов:

- Рефлекторно развивается чувство равновесия;
- В работу включаются пораженные мышцы;

- Производится естественный тепловой и точечный массаж ног, рук и позвоночника;

- Приобретаются необходимые двигательные навыки;
- Концентрируется внимание;
- Улучшается эмоциональное состояние.

Непосредственный контакт с лошастью позволяет добиться снятия страхов у детей, развить доброжелательность и любовь, избавиться от агрессии, злости и возбудимости. Развитие мелкой моторики при помощи иппотерапии у лиц с ограниченными возможностями здоровья происходит за счет вынужденного совершения различных действий руками, пальцами рук и ногами. При верховой езде у ребенка задействованы органы чувств и практически все мышцы, связки, сухожилия и суставы.

Цель программы:

- Реабилитация детей-инвалидов и подростков с нарушением психосоциального статуса верховой ездой, формирование социально-активной жизненной позиции детей при помощи комплексной системной реабилитации.
- Реабилитация и интеграция детей с задержкой психо-речевого развития и аутизмом и подростков с нарушением психосоциального статуса верховой ездой, формирование социально-активной жизненной позиции детей при помощи комплексной системной реабилитации.

Задачи:

1 год обучения:

- Способствовать восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных занятий верховой ездой.
- Способствовать мотивации активного образа жизни детей с ограниченными возможностями.
- Оказывать воспитательно-образовательное воздействие на детей, приобщать их к живой природе при помощи лошадей (формирование

бережного отношения к живой природе, взаимопомощь; изучение окружающего мира).

2 год обучения:

- Способствовать восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных занятий иппотерапией.
- Формирование правильного мировоззрения, активизации жизненной позиции, повышению самооценки, стремления к нравственному саморазвитию.
- Развитие гармоничного психологического и эмоционального состояния обучающихся.

3 год обучения:

- Способствовать восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных занятий верховой ездой.
- Развитие гармоничного психологического и эмоционального состояния обучающихся.
- Развитие творческих способностей учащихся, проявляющих заинтересованность к занятиям верховой ездой и гимнастикой на лошади.

В настоящей Программе учитываются основные принципы лечебной физкультуры:

1. Индивидуализация в методике и дозировке нагрузки в зависимости от физических особенностей организма ребенка.
2. Регулярность воздействия, так как только регулярные занятия обеспечивают развитие функциональных возможностей организма.
3. Длительность программы, так как развитие основных систем организма возможно лишь при условии многократного повторения упражнений.
4. Постепенное нарастание нагрузки.
5. Разнообразие и новизна в проведении занятий.
6. Умеренность воздействия, т.е. умеренная, но более продолжительная или дробная нагрузка более оправдана, чем усиленная и концентрированная.

При работе с детьми с ограниченными возможностями следует учитывать, что фактический возраст не является критерием их физических или интеллектуальных возможностей. Обязательным условием для зачисления в группу является направление от лечащего врача или врача-реабилитолога. Основным критерием зачисления ребенка в группу является возможность получения им удовольствия от общения с лошадьми.

Иппотерапия как метод лечения может быть использована показана при таких заболеваниях как аутизм, последствия различных травм, синдром Дауна, ДЦП, нарушения осанки, задержка психического, умственного или физического развития.

Новизна и актуальность программы.

Новизна программы обусловлена тем, что в ней применяются специальные педагогические приемы, направленные на коррекцию недостатков физической и познавательной деятельности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Актуальность данной программы в том, что она позволяет сформировать заинтересованность к занятиям верховой ездой и гимнастикой на лошади, которые способствуют развитию:

- силы, ловкости, координированности и точности движений;
- пространственно - временной дифференцировки;
- вестибулярной устойчивости;
- произвольных процессов внимания, памяти;
- умственной работоспособности и физической выносливости.

Адресат программы:

Программа рассчитана на учащихся в возрасте от 6 до 17 лет с ограниченными возможностями здоровья без определенного уровня образования. Единственным препятствием для занятий являются медицинские противопоказания. Поэтому при зачислении в группы в обязательном порядке требуется медицинский допуск.

Иппотерапия показана при таких заболеваниях как аутизм, последствия различных травм, синдром Дауна, ДЦП, нарушения осанки, задержка психического, умственного или физического развития.

Для использования при реализации программы подбирают послушных, дружелюбных и спокойных лошадей, которые не вызывают страха, напряжения и беспокойства у больных детей.

1.2 Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на подготовку, минимальное количество обучающихся

Программа по иппотерапии предусматривает частоту посещений 2 раза в неделю, 4 академических часа. Продолжительность одного индивидуального занятия - 10-20 мин., в зависимости от тяжести двигательных нарушений и правильности выполнения предлагаемых упражнений. Минимальный возраст для зачисления на обучение - 3 года. Минимальное количество детей в группе - 5 человек. Широкий возрастной диапазон адресатов (6 – 17 лет) объясняется тем, что для таких детей фактический возраст не является критерием физических или интеллектуальных возможностей.

Таблица № 1 – Продолжительность этапов подготовки, минимальный возраст для зачисления и минимальное количество занимающихся

Этапы подготовки	Год обучения	Возраст для зачисления	Количество человек в группе	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год
Иппотерапия	1-3	6-17	5	4	184

1.3 Планируемые результаты

Результатом реализации программы должна стать физическая, психосоциальная и личностная реабилитация детей с ограниченными возможностями:

- улучшение координации движений, равновесия (особенно заметно при верховой езде), улучшение речи, улучшение "мелкой моторики", а значит, и улучшение возможностей выполнения бытовых процедур, ориентированность в пространстве;

- повышение устойчивости к физическим нагрузкам; улучшение мышечного тонуса; повышение самооценки, уверенность в своих силах, раскованность, активность, улучшение обучаемости и внимательности;

- снижение возбудимости, постепенное избавление от безучастности, страхов, замкнутости, агрессивности;

2 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2.1 Продолжительность реализации программы

Учебный план определяет содержание и организацию образовательного процесса, разработан с учетом преемственности уровня сложности подготовки, сохранения единого образовательного пространства, индивидуального развития обучающихся.

Учебный год длится 46 недели. Образовательный процесс начинается с 1 сентября в соответствии с годовым учебным планом. На обучение принимаются лица строго по направлению врача, у которого данное лицо состоит под наблюдением. Обучение проводится очно с применением дистанционных образовательных технологий.

2.2 Распределение учебного материала группы

С целью разностороннего развития личности ребенка, программа включает несколько разделов подготовки, охватывая теоретическую и практическую часть

1 года обучения

Таблица № 2 – Распределение учебного материала 1 года обучения

Содержание учебного материала	всего	теория	практика
1. Общие вопросы	10		
1.1. Понятие об иппотерапии;	1	1	
1.2. Техника безопасности	4	1	3
1.3. Знакомство с лошадью. Снаряжение для лошади. Одежда для всадника;	5	2	3
2. ОФП	5		
2.1. Разминка, общие упражнения	5		5
3. Упражнения на лошади	169		
3.1. Посадка на лошадь;	6	1	5
3.2. Упражнения на правильную осанку;	34	2	32

3.3.Упражнения на дыхание;	32	2	30
3.4.ОРУ верхом на лошади;	40	2	38
3.5.Упражнение на расслабление.	32	2	30
3.6.Упражнения с предметами (мяч, гимнастическая палка);	25	1	24
Итого:	184	14	170

2 года обучения

Таблица № 3 – Распределение учебного материала 2 года обучения

Содержание учебного материала	всего	теория	практика
1. Общие вопросы	10		
1.1. Техника безопасности		1	1
1.2. Теория		2	6
2. ОФП	11		
2.1. Разминка, общие упражнения	11	1	10
3. Упражнения на лошади	163		
3.1. Посадка на лошадь в седло;	5	1	4
3.2.Упражнения на правильную осанку сидя в седле;	29	1	28
3.3.Упражнения на дыхание, сидя в седле на шагу;	31	2	29
3.4. ОРУ верхом, сидя в седле на шагу	36	2	34
3.5. Упражнение на расслабление, сидя в седле на шагу;	28	2	26
3.6.Упражнения с предметами (мяч, гимнастическая палка);	34	2	32
Итого:	184	14	169

3 года обучения

Таблица № 4 – Распределение учебного материала 3 года обучения

Содержание учебного материала	всего	теория	практика
1. Общие вопросы	10		
1.3. Техника безопасности		1	1
1.4. Теория		1	7
2. ОФП	11		
2.1. Общеукрепляющие упражнения	11	1	10
3.Упражнения на лошади	163		
3.1. Посадка на лошадь в седло;	5	1	4
3.2. Упражнения на правильную осанку, сидя в седле в движении на шагу и рыси;	28	2	26
3.3. Упражнения на дыхание в движении на шагу;	34	2	32
3.4.ОРУ верхом на шагу и рыси. Симметричные и асимметричные позы;	32	2	30
3.5. Упражнение на расслабление в движении на шагу;	28	2	26

3.6.Упражнения с предметами (мяч, гимнастическая палка).	36	2	34
Итого:	184	14	170

2.3 Календарный учебный график

1 год занятий

Таблица № 5 - Календарный учебный график 1 года обучения

Разделы подготовки	46 недель											всего
	Месяцы											
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теория, ТБ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10
ОФП	1		1		1		1		1			5
Упражнения на лошади (№№ согласно программе)												
Посадка на лошадь упражнение № 3.1.	1	1			1		1		1		1	6
Упражнение на правильную осанку № 3.2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	34
Упражнение на дыхание № 3.3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	32
ОРУ верхом на лошади № 3.4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	40
Упражнение на расслабление № 3.5	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	32
Упражнение с предметами № 3.6.	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	25
Всего	16	18	18	16	18	16	18	16	18	16	14	184

2 год занятий

Таблица № 6 - Календарный учебный график 2 года обучения

Разделы подготовки	46 недель											всего
	Месяцы											
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теория, ТБ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10
ОФП	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
Упражнения на												

лошади (№№ согласно программе)												
Посадка на лошадь упражнение № 3.1.	1	1			1		1		1			5
Упражнение на правильную осанку № 3.2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	29
Упражнение на дыхание № 3.3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	31
ОРУ верхом на лошади № 3.4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	36
Упражнение на расслабление № 3.5	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	28
Упражнение с предметами № 3.6.	3	2	3	3	3	5	2	3	3	3	4	34
Всего	16	18	18	16	18	16	18	16	18	16	14	184

3 год занятий

Таблица № 7 - Календарный учебный график 3 года обучения

Разделы подготовки	46 недель											всего
	Месяцы											
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теория, ТБ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10
ОФП	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
Упражнения на лошади (№№ согласно программе)												
Посадка на лошадь упражнение № 3.1.	1	1			1		1		1			5
Упражнение на правильную осанку № 3.2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	28
Упражнение . на дыхание № 3.3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	34
ОРУ верхом на лошади № 3.4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	32
Упражнение на расслабление № 3.5	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	28

Упражнение с предметами № 3.6.	2	3	4	3	3	4	3	4	4	2	4	36
Всего	16	18	18	16	18	16	18	16	18	16	14	184

При составлении расписания точное время занятий в обязательном порядке согласовывается с обучающимся и его родителями (законными представителями).

3 МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

3.1 Содержание учебного материала по иппотерапии 1 -2 года обучения

В начале учебного года проводятся вводные занятия.

В это время детей знакомят с лошадьми – будущими партнерами по занятиям. У детей есть возможность выбрать наиболее понравившуюся лошадь. Обязательно называют клички и породы, масти лошадей. Знакомят с амуницией: седло, уздечка и т.п. Учат правильно подходить к лошади, обходить ее. Обязательно проведение инструктажа по технике безопасности, причем вместе с родителями. В конце занятия проходит обязательный ритуал для занимающегося – он должен поблагодарить лошадь: дать лакомство или погладить, ласково похлопать и сказать доброе слово, лошадь прекрасно понимает и отзывается на ласку.

В учебный материал входят:

1. Теория.

Знакомство с учреждением, с условиями занятий, правилами внутреннего распорядка, с содержанием образовательной программы «Иппотерапия», с формами занятий.

Общие понятия о конном спорте. Взаимосвязь человека и лошади.

Знакомство с местом обитания лошадей – конюшней. Как и чем кормят лошадей, породы лошадей, окрас лошади.

Игра – тест «Мои знания о лошади». Цель: выявить уровень знаний детей о лошади, способствовать формированию заинтересованности к лошади, подавление чувства страха перед лошастью (если существует в этом необходимость).

Техника безопасности

Ознакомление сопровождающих лиц с «Инструкцией по техники безопасности для сопровождающих лиц» с росписью в журнале. (Приложение №1).

Необходимо дать полную информацию о правилах поведения, общих правилах безопасности. Предоставляет учащимся избежать травм при общении с лошадью и езде на лошади. Обучающиеся знакомятся с правилами поведения на конюшне, в манеже, правилами противопожарной безопасности. Все это проходит в непринужденной беседе с детьми, возможно в виде игры, викторины. Правила техники безопасности должны быть не только изучены теоретически, но и неукоснительно соблюдаться в дальнейшем на практических занятиях. Потому данная тема после первичного теоретического изучения кратко повторяется и отрабатывается на каждом практическом занятии.

2. Общефизическая подготовка (ОФП)

Проводится в виде разминочных упражнений в начале каждого занятия.

Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса.

Упражнения для развития мышц туловища.

Упражнения для развития мышц нижних конечностей.

Упражнения для мышц шеи.

Упражнения для развития общей координации (в т.ч. упражнения с мячом, с гимнастической палкой).

3. Упражнения на лошади.

Цель: - ребенок должен научиться удерживать равновесие, сидя верхом на лошади

3.1. Посадка на лошадь в седло:

- посадка на лошадь с помощью педагога с подставки;

- традиционная посадка в седло, левая нога ставится в стремя, а правая перекидывается через лошадь;

- «лежачая посадка»- ребенок ложится животом на седло, после переносит правую ногу через лошадь;

- посадка осуществляется с постамента — сесть в седло боком, после перекинуть правую ногу через шею лошади.

3.2. Упражнения на правильную осанку сидя в седле:

- сидя на лошади необходимо расправить плечи и выпрямить спину, развернуть грудь:

И.п.- спина прямая, руки на пояс, подбородок поднят вверх

И.п.- спина прямая, руки за спину, подбородок вверх.

3.3. Упражнения на дыхание, сидя в седле:

на шаг — 1,2 вдох; 3,4 - выдох медленно полной грудью;

на шаг - и.п. сидя в седле, спина прямая руки на пояс, 1,2 поворот

направо, вдох, 3,4 сесть прямо выдох. 1,2 поворот налево вдох, 3,4 сесть прямо выдох.

3.4. ОРУ верхом сидя в седле на шаг:

Когда ребенок освоит, и без страха будет выполнять простые упражнения, следует ввести более сложные задания.

Сидя в седле на лошади, поднять голень на крылья седла и встать. Корпус должен быть строго вертикален, руки разведены в стороны. Упражнение выполняется сначала стоя, затем, если ребенок легко справляется, можно перейти на шаг. Оно направлено на укрепление мышц бедра, голени, таза тренировку равновесия.

Ребенок должен немного отклониться назад (45 градусов), держась руками за заднюю луку седла, прямыми ногами он должен выполнить хлопок над головой лошади, затем сесть вертикально. Упражнение выполняется 10 – 15 раз. Оно направлено на укрепление мышц живота, бедра, на увеличение активного объема движений в тазобедренных суставах.

Из исходного положения (желательно это упр. выполнять без опоры на руки) ребенок должен левую ногу перекинуть через шею лошади (сесть боком). Затем правую ногу перекинуть через круп лошади (сесть задом наперед). Далее левую ногу перекинуть через круп лошади (сесть боком на левую сторону

лошади), далее правую ногу перекинуть через шею лошади (есть в исходное положение). Упражнение должно выполняться максимально быстро, без стремян, при перекидывании ноги ребенок не должен касаться ногами ни шеи, ни крупа лошади.

Из исходного положения ребенок левой рукой должен коснуться носка правой ноги, правая рука отведена назад и вверх. Корпус ребенка максимально свешивается вниз, допускается приподнятие ноги, которой должны коснуться. Ребенок держится за лошадь ногами. Упражнение выполняется без стремян. Оно способствует развитию координации движений, укреплению мышц спины.

3.5. Упражнения на расслабление, сидя в седле на шагу:

Исходное положение – сидя прямо на лошади опустить руки вниз, сделать ими несколько «потряхиваний».

Лечь на шею лошади, руки опустить вниз, сделать ими несколько «потряхиваний».

3.6. Упражнения с предметами:

Предметы создают преимущество, если применяются целенаправленно, поскольку в высшей степени мотивируют и повышают силу восприятия; кроме того, радость от достижения той или иной цели способствует терапевтическому эффекту.

Ребенок должен прокатить мяч вокруг поясицы по часовой стрелке и против нее.

Обучающийся держит палку на вытянутых руках, при наклоне вперед прокатывает палку по шее лошади, и обратным движением возвращается в седло.

Содержание учебного материала по иппотерапии для групп 3-его года обучения

1. Теория.

Закрепление правил поведения на конюшне безопасных и приемов обращения с лошадьми. Проводиться экскурсия по конюшне с ознакомлением со всеми изменениями. Полученные ранее навыки закрепляются непосредственным общением с лошастью. Ознакомление сопровождающих лиц с «Инструкцией по технике безопасности для сопровождающих лиц» с росписью в журнале. (Приложение №1).

Знакомство с правилами кормления и поения лошадей, с инвентарем, используемым для кормления, видами основных и дополнительных кормов. На занятии используются образцы кормов,

2. Общефизическая подготовка (ОФП)

Проводится в виде разминочных упражнений в начале каждого занятия.

Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса.

Упражнения для развития мышц туловища.

Упражнения для развития мышц нижних конечностей.

Упражнения для мышц шеи.

Упражнения для развития общей координации (в т.ч. упражнения с мячом, гимнастической палкой).

3. Упражнения на лошади:

Цель: - ребенок должен научиться удерживать равновесие, сидя верхом на лошади

3.1. Посадка на лошадь в седло:

- посадка на лошадь с помощью педагога с подставки;
- традиционная посадка в седло, левая нога ставится в стремя, а правая перекидывается через лошадь;
- «лежачая посадка»- ребенок ложится животом на седло, после переносит правую ногу через лошадь;

- посадка осуществляется с постамента – сесть в седло боком, после перекинуть правую ногу через шею лошади.

3.2. Езда на правильную осанку, сидя в седле в движении на шагу и рыси:

езда на шагу поочередно отрывая руки от ручки седла;

сидя, в седле наклоны вперед и назад с помощью тренера-преподавателя;

повороты в стороны, руки на пояс без посторонней помощи;

руки в стороны, упражнение на равновесие;

повороты в стороны с разведенными руками.

исходное положение сидя в седле без дополнительной поддержки, без опоры на руки.

3.3. Упражнения на дыхание в движении на шагу:

- исходное положение - спина прямая, плечи развернуты, ноги опущены вниз.

- 1,2 – руки поднимаем вверх – вдох; 3,4 руки вниз – выдох (10 раз)

- исходное положение - спина прямая, плечи развернуты. Руки на пояс, 1,2 – вдох, 3,4 наклон вперед – выдох. 5,6 – вдох возвращаемся в прямое положение; 1,2 – вдох, 3,4 наклон назад – выдох. 5,6 – вдох возвращаемся в исходное положение

3.4. ОРУ верхом:

Асимметричные корректирующие позиции развивают чувство равновесия в положении сидя в движении вперед.

- И.п. сидя в седле прямо, левая рука внизу, а правая – на плече; правая рука внизу, а левая на плече; правая рука впереди, а левая – сзади; правая рука на поясе, а левая на голове ребенка.

Симметричные позы:

- И.п. сидя в седле прямо, руки на пояс, руки на плечи, на голову, за голову, за спину, на колени.

3.5. Упражнения на расслабление в движении на шагу:

-упражнение «мешок с картошкой», ребенок ложится животом на седло, руки опущены вниз, ноги расслаблены.

- и.п. ребенок садится на лошадь задом наперед, опускает верхнюю часть корпуса на круп лошади, руки висят расслабленно по бокам, ноги в свободном положении.

После выполнения всех заданий, проводится, упражнение на общее расслабление выполняется без седел. Ребенок сидит полностью расслабленный, держится за гриву двумя руками, закрывает глаза. Тренер-преподаватель должен водить лошадь в разных направлениях: по кругу, змейки, повороты направо – налево и т.д. Упражнение длится 10 мин. Желательно его проводить под спокойную, расслабляющую музыку. Если у ребенка кружится голова, его надо попросить лечь на шею лошади и обхватить её руками, не открывая глаз.

3.6. Приспособления для игр, игрушки используются гимнастические палки, мячи:

- ребенку дается мяч и предлагается инструкция: «Подними мяч на вытянутых руках над головой, наклонись в сторону и передай мяч инструктору».

- сложный вариант: из положения, лежа ребенок, передает мяч инструктору

- обучающийся садится задом наперед, берет в руки мяч и прокатывает его по спине лошади.

- ребенок садится задом наперед, берет мяч и бросает его педагогу, а потом ловит его.

Программа построена по принципу подачи материала «от простого к сложному». В ходе реализации программы ребенок приобретает умения и навыки по правильному обращению с лошадью, достигает оздоровительного и реабилитационного эффекта.

3.2 Методы работы

В рамках программы предусмотрена индивидуальная форма работы. Занятия по программе включают теоретическую и практическую части, которые могут быть реализованы как в ходе одного занятия, так и отдельно, на разных занятиях.

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, развивающих игр, викторин. На теоретических занятиях дети знакомятся с породами лошадей, историей их происхождения, конским снаряжением, видами конного спорта и др

Обычно на выполнение упражнений по ОФП отводится 3-5 мин. на каждом занятии. Так же ОФП рекомендуется для самостоятельных занятий.

Занятия по ОФП проводятся в присутствии родителей, если этого требует психическое или физическое состояние ребенка. Занятия проводятся в конноспортивном манеже на специальном покрытии, а в хорошую погоду на улице. На одном занятии целесообразно использовать сочетания двух из трех приведенных в учебно-тренировочном плане тем. При построении тренировочного занятия следует учитывать пониженную мотивацию детей с ограниченными способностями на активную деятельность, предлагая им выполнение тех или иных упражнений, "обыгрывать" эти упражнения, предлагая образные и сюжетные упражнения.

Верховая езда включает как непосредственное обучение занимающихся езде на лошади, так и вольтижировку – выполнение гимнастических упражнений верхом на лошади (Специальная техническая подготовка). Содержание занятия, количество упражнений и конкретные виды упражнения выбираются индивидуально в зависимости от физического состояния занимающегося в рамках предложенных в программе тем.

Рольевые игры, проводимые с детьми, помогают обогатить внутренний мир ребенка, помочь ему прожить, прочувствовать и «примерить на себя» роль

героя, волшебника, тем самым даря разнообразие жизненных переживаний и мироощущений, способствуют положительной идентификации себя в мире и обществе. В ходе игры достигается развитие коммуникативных навыков, развитие чувства товарищества, взаимопомощи, вовлеченности и заинтересованности в действиях и событиях, происходящих в игровой ситуации. Получают свое развитие когнитивные процессы последовательности и закономерности, взаимосвязи событий и действий.

Обучение ритму детей с нарушением развития позволяет им полнее включиться в нормальную детскую жизнь. Основное внимание должно быть уделено непосредственно восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных круглогодичных занятий лечебной верховой ездой, применяя элементы различных игр для большей заинтересованности занимающегося.

Практические занятия проводятся на крытом манеже при температуре окружающего воздуха не выше 28 градусов летом и не ниже -10 градусов зимой.

Выбор формы и методики занятий зависит от уровня физических и интеллектуальных возможностей пациента.

С начинающими занятия проводятся на лошади без седла с одной только страховочной подпругой с ручками. При этом лошадь выступает в качестве лечебного средства: используется благотворное воздействие ее тепла, ритмичных колебаний, возникающих при движении, массирующих движений ее спинных мышц. На индивидуальных занятиях дети учатся сидеть на лошади, управлять ею, выполняют упражнения, которые задаются психологом, тренером и контролируются инструктором.

На занятиях дети с более легкой формой заболевания, имеют возможность выбрать наиболее понравившуюся лошадь, но для более тяжелых детей лошадь подбирает тренер-преподаватель, поскольку важным фактором

влияния на спастичные мышцы является правильный подбор лошади, так как от ширины ее спины зависит степень воздействия на группу приводящих мышц.

Индивидуальные занятия преследуют цель более углубленного изучения элементов управления лошадью. В проведении занятия участвуют: коновод, ведущий лошадь, тренер-преподаватель и страхующий, если тяжесть заболевания ребенка или его поведение на лошади требует особых мер предосторожности.

Движение лошади желательно производить по кругу. Во время прохождения круга ребенок делает одно из упражнений комплекса. Интенсивность выполнения упражнений, амплитуда движений (например, наклон) могут варьироваться в зависимости от возраста ребенка и уровня выразительности двигательного дефекта. Для вовлечения ребенка в процесс обучения и для проверки его способности различать разные ритмы и звуки, осознания своего тела и хореографии движений, возможно применение музыкотерапии.

Использование дополнительного инвентаря: игрушек, мячей, посторонних предметов, рисунков, музыки помогает установлению контакта с ребенком и способствует развитию мыслительных процессов.

Условия для реализации программы:

Для успешной работы необходимо иметь материально-техническую базу:

- манеж;
- учебные лошади;
- специальная амуниция для занятий.

Необходимо обеспечить следующие обязательные условия:

- адекватность и эффективность физических нагрузок, их коррекция, в случае необходимости;
- последовательное наращивание физической активности ребенка;
- активное и сознательное участие ребенка в образовательном процессе.

Специальная форма для занимающихся включает в себя спортивную обувь с твердой подошвой, мягкие тренировочные брюки, краги и защитный шлем.

Для обеспечения безопасной езды важное значение имеет выбор лошади. При этом учитывается возраст, пол, темперамент, ход и размер животного. Предпочтение следует отдать использованию животных среднего возраста, желательно мерингов, имеющих большой опыт общения с людьми. При отборе лошадей обязательно следует обратить внимание на отсутствие у них дурных привычек. Мягкость хода, которая во многом зависит от породы, также является одним из определяющих факторов. С этой точки зрения наилучшим образом подходят животные помесного происхождения (тяжеловозы, местные породы).

Тренер-преподаватель проводит индивидуальные занятия в присутствии родителя (законного представителя) совместно с тренером лошадей, который обеспечивает подготовленность лошади, адекватность ее поведения, движение в заданном темпе по заданной траектории и фиксацию при необходимости обеспечить неподвижность. При тяжелых поражениях, когда ребенок не может самостоятельно сидеть на лошади, к учебному процессу для обеспечения физической поддержки занимающегося привлекаются родители (сопровождающие)

3.3 Требования техники безопасности в процессе реализации программы

В процессе организации занятий по оздоровительной верховой езде важно соблюдать правила техники безопасности, а также поведения детей и сопровождающих лиц на конно-спортивном манеже (Приложение № 1)

4 СИСТЕМА КОНТРОЛЯ

Для занятий по Программе набираются дети, имеющие нарушения в здоровье без предварительного отбора и предъявления требований к начальной подготовленности.

При зачислении обучающихся в ДЮСШ проводится входящий контроль. Его цель – выявить уровень подготовленности каждого обучающегося, его потенциальные возможности, сформировать индивидуальные планы подготовки в соответствии с этими данными, а так же определить «точку отсчета» для дальнейшего контроля положительной динамики развития и подготовки обучающегося.

Входящий контроль проводят перед началом освоения программы и учебных занятий в форме игр-бесед, тестов, опросов, викторин.

Входящий контроль при работе с детьми с особенностями в развитии имеет особое значение по следующей причине:

- занятия по настоящей программе доступны для детей разного возраста.

Однако при реализации программы эту разницу необходимо учитывать, в т.ч. при составлении индивидуальных планов подготовки;

- занятия предполагают большие различия в изначальных возможностях обучающихся. Уровень этих возможностей необходимо оценить и так же учитывать при составлении индивидуальных планов. То, что одни обучающиеся смогут выполнить сразу, другие, возможно, смогут достигнуть только через несколько месяцев занятий.

Текущий контроль – проводится после каждого раздела программы, в виде викторин, оценки тренером-преподавателем уровня (количества, качества) выполнения физических упражнений. Его цель – постоянный контроль успешности освоения программы, получение необходимой информации для своевременной коррекции индивидуальных планов подготовки. Осуществляется непосредственно в ходе занятий без организации специальных зачетных мероприятий.

Итоговый контроль проводится по окончании учебного года.

В основном для детей с проблемами в развитии итоговый контроль проводится в виде бесед, выполнения упражнений. Однако при организации тестирования необходимо учитывать желание обучающихся и их возможности. Итоговый контроль призван выявить положительную динамику как в освоении теоретических вопросов, затронутых в программе, так и в общем физической развитии. Важным показателем эффективности программы является улучшение состояния здоровья ребенка.

По результатам итоговой аттестации обучающимся могут быть выданы рекомендации: при низком уровне - пройти повторное обучение на данном уровне, при среднем и высоком уровне – пройти обучение по программе следующего года.

При проведении тестирования используется карта показателей уровня возможностей обучающегося (приложение № 2).

По окончании программы занимающийся должен уметь:

1. Самостоятельно, со страховкой или при помощи тренера-преподавателя (зависит от степени и локализации поражения) садиться на лошадь и спешиваться.

2. Самостоятельно или с минимальной поддержкой удерживать равновесие на спине лошади в течение 15 минут во время шага.

3. Выполнять простейшие вольтижировочные упражнения на спине лошади (держат в руках нетяжелые предметы, поворачиваться корпусом в разные стороны, бросать мяч).

4. Самостоятельно или с помощью тренера-преподавателя удерживать равновесие на спине лошади на рыси в течение 1-3 минут.

5 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Список литературы

1. Денисенков А.И., Роберт Н.С., Шпицберг И.Л. Иппотерапия: возможности и перспективы реабилитации при детском церебральном параличе. Методическое пособие. – М., 2002.
2. Максимова М.В., Денисенков А.И., Роберт Н.С. Иппотерапия: эффективный метод реабилитации лиц с умственной отсталостью. Методическое пособие. – М., 2005.
3. Иппотерапия. Программа курса специальных коррекционных занятий для детей с проблемами в развитии. Сост. Трубачева Т.П., Семенайт Н.А., Уфимцева Л.П., Венсловене Н.И. – Красноярск, 1999.
4. Опыт работы детского реабилитационного центра «Солнечный мир» Пособие по организации реабилитационных центров с опорой на иппотерапию. – М., 2002
5. Полежаева А.Б. Иппотерапия: путь к здоровью: «лечение верховой ездой». В сб. «Учебник здоровья» - Ростов на Дону, 2003.
6. Роберт Н.С. Организационная модель реабилитационного центра для пациентов с ограниченными возможностями. М., 2004.
7. Коновалова Н.Г. Влияние иппотерапии на работу внутренних органов детей, страдающих детским церебральным параличом /Н.Г Коновалова, С.А. Коваленко, О.М. Архипова // Адаптивная физическая культура. – 2006. – № 3. – С. 61–64.
8. Паначев В.Д. Управляющее воздействие адаптивной физической культуры и спорта в социализации личности детей с ограниченными жизненными возможностями / В.Д. Паначев // Лечебная физическая культура. – 2004. – № 4. – С. 32–36.

9. Шайдхакер М. О лечении расстройств на почве страха с помощью психотерапевтической верховой езды / М. Шайдхакер, Д. Фридрих, В. Бендер // Адаптивная физическая культура. – 2003. – № 1. – С. 18–19.

10. Штраус Ингрид. Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды / Пер. с нем. ДЭП «Живая нить». – М.: Московский конноспортивный клуб инвалидов, 2000. – 102 с.

Перечень интернет- ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе

1. Московский конноспортивный клуб инвалидов:
<http://www.hippotherapy.ru>
2. «Наш солнечный мир»: info@solnechnymir.ru

6 ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1

Инструкция по техники безопасности для сопровождающих лиц

Лошадь - животное сильное, умное, ласковое и вместе с тем от природы очень пугливое. Испугавшись внезапного шума, резкого движения, незнакомого предмета, она может броситься вперед или в сторону, или встать на дыбы. Некоторые лошади могут ударить ногами или схватить зубами. При неправильном обращении с лошадью, незнании или несоблюдении правил техники безопасности жизнь и здоровье могут подвергнуться опасности.

1. Общие требования безопасности.

1.1 Сопровождающему лицу необходимо пройти инструктаж по технике безопасности у тренера.

1.2 Сопровождающему лицу необходимо знать особенности поведения и физического состояния детей, посещающих занятия по иппотерапии.

1.3 В случае обнаружения отклонений в состоянии здоровья или в поведении детей – следует поставить в известность тренера и администрацию ДЮСШ.

1.4 Сопровождающему лицу необходимо знать и применять способы оказания первой (доврачебной) помощи ребенку.

1.5 Посещение территории ДЮСШ для занятий по иппотерапии производиться только в установленные дни и часы согласно расписанию занятий.

1.6 На территории ДЮСШ запрещается:

- присутствие посторонних лиц;
- курение в неустановленных местах;
- нахождение в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, в болезненном или утомленном состоянии.

2. Требования безопасности перед началом учебно-тренировочного занятия.

2.1. Перед посещением занятий сопровождающий должен проверить состояние и пригодность к занятиям одежды и обуви детей. Одежда должна соответствовать погодным условиям, быть опрятной, не иметь свободно развивающихся и свисающих концов. Обувь должна быть прочной с нескользящей подошвой.

2.2. Сопровождающий должен убедиться, что ребенок не имеет простудных заболеваний или обострений по основному заболеванию.

3. Требования безопасности во время учебно-тренировочного занятия.

3.1. Сопровождающее лицо и занимающиеся дети обязаны строго выполнять все указания и команды тренера.

3.2. Сопровождающее лицо обязано внимательно следить, чтобы ребёнок не находился в помещении конюшни или на её территории без сопровождения тренера.

3.3. Сопровождающее лицо обязано строго следить, чтобы ребёнок не бегал, не нарушал тишину, не дразнил лошадей, находящихся на территории ДЮСШ, не просовывал руки к лошади в решётку денника, не открывал двери денников и не кормил лошадей без разрешения тренера.

3.4. Занятия верховой ездой должны проводиться в специальной одежде с использованием защитного снаряжения (каска, краги, обувь с небольшим каблуком, седла, оборудованные шнеллером).

3.5. Занятия на лошади проводятся строго по одному ребёнку. Дети, с которыми не проводятся занятия в настоящий момент, должны находиться на расстоянии не ближе 6 метров от лошади.

4. Требования безопасности при аварийных ситуациях.

4.1. Если лошадь вырвалась или выбила седока – подается сигнал тревоги. Вся работа в манеже, на тренировочных площадках, на рабочих дорожках прекращается.

4.2. Не следует стоять на пути упущенной лошади. Возбужденное, неуправляемое животное легко может сбить и травмировать на пути движения людей и лошадей.

4.3. При травмировании занимающихся или ухудшении состояния здоровья следует прекратить работу, устранить или нейтрализовать источник опасности и оказать первую (доврачебную) помощь пострадавшему. Сообщить администрации школы и, при необходимости, в медицинское учреждение.

5. Требования безопасности по окончании работы.

5.1. Контролировать поведение и местонахождение ребенка до момента покидания территории ДЮСШ должны сопровождающие лица.

5.2. Доложить администрации о всех нарушениях, выявленных в ходе занятий, а также о мерах, принятых к их устранению.

**Чтобы избежать травмы - необходимо соблюдать следующие
правила:**

1. Находясь на территории конюшни нельзя:

- отпускать от себя ребенка;
- оставлять его одного;
- без разрешения инструктора позволять подходить к лошади.

2. Находясь рядом с лошадьми, соблюдать самим и обеспечить соблюдение детьми следующих правил, нельзя:

- делать резкие движения;
- прыгать, бегать, кричать, шуметь;
- открывать зонтики, шуршать пакетами;
- хватать лошадь за хвост и задние ноги.

3. Угощение лошади допускается только с разрешения тренера.

4. На конюшне ребенку нельзя находиться без взрослого. Нельзя просовывать руки в денники к лошадям.

5. Посадка на лошадь осуществляется только тренером.

6. Садиться на лошадь с жевательной резинкой или едой во рту запрещается.
7. Занятия проводятся в шлемах. С гигиенической целью с теплого время года повязывайте на голову ребенка платок или одевайте шапочку.
8. Одежда и обувь ребенка должна быть по размеру и не слететь с ноги; то же касается перчаток и варежек.
9. Родители могут присутствовать на занятиях, только если это необходимо, по мнению тренера.
10. Во время занятия нельзя отвлекать ребенка и тренера. Все вопросы, пожелания высказывать до или после занятия (посадка на лошадь, спешивание и угощение - это часть занятия).
11. Угощение лошади по окончании занятия только после спешивания всадника и только: сухарями, сушками, сахаром (рафинад), вымытой морковью, кусочками яблок (1 яблоко на 4 части). Лошадь может заболеть, если съест свежий хлеб или испорченные продукты.
12. Вы должны знать точное время своего занятия и как связаться с инструктором.
13. Если вы не можете появиться на занятии: заранее предупредите инструктора.

Карта показателей уровня возможности обучающегося

Фамилия _____
 Имя _____ возраст _____
 Диагноз _____ лошадь _____

Баллы	Сфера	Тестирование	Дата			
	Собственная активность					
0	Равновесие на шагу	Равновесие не удерживает, падает с лошади, если не страховать				
1		Выравнивается при потере равновесия				
2		Равновесие не теряет				
0	В ИП боком на лошади	Равновесие не удерживает				
1		Равновесие удерживает, корпус развернут в сторону инструктора				
2		Равновесие удерживает, корпус развернут вперед, по ходу движения лошади				
1	В ИП лицом к хвосту лошади	Ребенок ложится на живот				
2		Ребенок выходит в опору на руки, смотрит по сторонам				
3		Ребенок выходит в опору на локти				
4		Ребенок выходит в опору на вытянутые руки				
5		Ребенок сидит, держится сзади за ручки гурта				
6		Ребенок сидит, руки свободны				
0	ИП лежа на спине	Ребенок лежит, не совершая попыток подняться в положение сидя				
1		Ребенок совершает попытки, но не может без помощи подняться в положение сидя				
2		Ребенок поднимается в положение сидя, опираясь на инструктора, помощника				
3		Ребенок поднимается в положение сидя, совершая данное движение за счет спины и пресса, не используя рук				

4		Ребенок поднимается в положение сидя скручивая корпус и опираясь на локоть (руку)				
0	На рыси	Равновесие не удерживает, падает, если не страховать				
1		Равновесие удерживает, не амортизирует поясницей движения лошади				
2		Равновесие удерживает, амортизирует поясницей движения лошади				
Всего						
	Вызванные реакции					
0	Деятельность с предметами	Невозможна (предмет не удерживает или выбрасывает)				
1		На уровне удержания в руках				
2		На уровне броска руки				
3		На уровне броска в цель				
Всего						
	Заданная деятельность					
0	Действие по инструкции	Невозможно				
1		Возможно при тактильной поддержке				
2		Возможно при жестовой подсказке				
3		Возможно по имитации				
4		Возможно по речевой инструкции				
0	Выполнение алгоритмических действий	Невозможно				
1		Выполняет программу действий, состоящую из 1 элемента				
2		Выполняет программу действий, состоящую из 2 элементов				
3		Выполняет программу действий, состоящую из 3 элементов				
4		Выполняет программу действий, состоящую из 4 элементов				
Всего						
	Эмоциональная сфера					
0	Отношение с людьми	Не выделяет членов команды, которая с ним работает				
1		Выделяет инструктора				
2		Выделяет всех членов команды				
0	Отношение к лошади	Не выделяет лошадь, на которой ездит				
1		Выделяет лошадь, на которой ездит				

0	Взаимодействие с инструктором	С инструктором не взаимодействует				
1		Провоцирует инструктора на негативный аффект				
2		Относится к инструктору и его предложениям с негативизмом				
3		Пытается формировать нормальные отношения				
0	При кормлении	Ребенок при угощении лошади пассивен, инструктор поддерживает руку ребенка				
1		При угощении лошади инструктор поддерживает руку ребенка				
2		При угощении лошади ребенок испытывает страх или отказывается угощать лошадь				
3		При угощении лошади ребенок поддерживает руку инструктора				
4		Угощает лошадь сам, инструктор страхует руку ребенка				
5		Угощает лошадь самостоятельно				
1	Негативные эмоции	Выражаются в аутоагрессии				
2		Выражаются в аутостимуляции				
3		Выражаются в агрессии				
4		Выражаются в крике и плаче				
5		Выражаются в вербальной агрессии и связаны со страхами				
6		Выражаются адекватно				
Всего						
0	Навыки верховой езды	Управление невозможно				
1		Управление кратковременное на уровне посыл в шаг-остановка				
2		Управление на шаг, непродолжительная езда учебной рысью				
3		управление на шаг, езда строевой рысью на корде				
4		Управление на шаг и рыси				
5		Управление на шаг, на рыси, кратковременная езда галопом на корде				
6		Управление на шаг, на рыси, на галопе				
Всего						
Итого баллов						

Разноуровневая оценка двигательных возможностей обучающегося

0-й уровень. Равновесие не удерживает. Сидит только с тренером-преподавателем, опираясь спиной на него. Вертикализация головы отсутствует (опора на тренера-преподавателя)

- при посадке и спешивании полный перенос всадника на руках;
- повод брать не может; руками не за что не пытается удерживаться;
- езда шагом без седла большую часть занятия, лежа на лошади;
- изменение исходного положения и выполнение различных упражнений не зависимо от пациента проводятся с тренером-преподавателем вместе с помощником (полностью пассивные движения) на стоящей лошади;
- предметы не берет, вложенные в руку предметы не удерживает;
- действия с предметами невозможны.

1-й уровень Равновесие не удерживает. Сидит только с поддержкой инструктора и помощника с двух сторон, раскачиваясь всем туловищем на ходу. Вертикализация головы присутствует.

2-й уровень. Равновесие - удерживает кратковременно. Сидит только с поддержкой инструктора с одной стороны и страховкой помощника с другой, покачивая головой в такт лошади. Вертикализация головы стабильная.

3-й уровень. Равновесие - держит плохо. Сидит самостоятельно, требует жёсткой страховки с одной стороны.

4-й уровень. Равновесие держит неуверенно. Сидит самостоятельно требует периодической страховки.

5-й уровень. Равновесие держит уверенно. Сидит самостоятельно.

По окончании курса занимающийся (в зависимости от диагноза)

должен уметь:

1. Самостоятельно, со страховкой или при помощи тренера-преподавателя (зависит от степени и локализации поражения) садиться на лошадь.

2. Самостоятельно, со страховкой или при помощи тренера-преподавателя (зависит от степени и локализации поражения) спешиваться с лошади.

3. Самостоятельно или с минимальной поддержкой удерживать равновесие на спине лошади в течение 15 минут.

4. Самостоятельно или с минимальной поддержкой удерживать равновесие на спине лошади в течение 15 минут во время шага.

5. Выполнять простейшие вольтижировочные упражнения на спине лошади (держат в руках нетяжелые предметы, поворачиваться корпусом в разные стороны, бросать мяч).

6. Самостоятельно или с помощью тренера-преподавателя удерживать равновесие на спине лошади на рыси.

Оценка успешности обучающегося носит зачастую субъективный характер. Сложность организации системы мониторинга психофизиологической динамики детей с ограниченными возможностями объясняется тем, что не существует двух одинаковых клинических картин заболеваний.