

**Классические методы
медицинской реабилитации и
их взаимосвязь с
иппотерапией.**

ЛФК

**Лечебное действие физических упражнений
проявляется в сложных процессах
протекающих в организме:**

- **психических**
- **физиологических**
- **биохимических**

**Связь всех функций и процессов
осуществляется регулируемыми
системами:**

- нервной (посредством рефлексов)
- гуморальной (посредством химических соединений)

Реабилитирующее действие проявляется в виде четырех основных механизмов:

- **тонизирующего влияния,**
- **трофического действия,**
- **формирования компенсаций,**
- **нормализации функций.**

Тонизирующее влияние.

(изменение биологических процессов в организме)

- влияние на «патологическую доминанту» и застойные очаги торможения

Тонизирующее действие физических упражнений является наиболее физически адекватным средством для повышения тонуса центральной нервной системы, активности желез внутренней секреции и уровня вегетативных функций.

Трофическое действие.

(улучшение обменных процессов и процессов регенерации в организме)

физические упражнения являются мощным стимулятором обмена веществ, а это способствует восстановлению строения опорно-двигательного аппарата, кожи, состава крови, окислительно-восстановительных процессов и т.д.

Формирование компенсаций

(временное или постоянное замещение нарушенных функций)

- влияние на «вторичную» патологию и сопутствующие заболеваний.

Физические упражнения ускоряют сигналы о нарушении функций поступающих в центральную нервную систему, которая перестраивает работу органов и систем таким образом, чтобы компенсировать изменения.

Нормализация функций.

(восстановление функций отдельного органа и всего организма)

- Решение основной задачи – социализации в активную жизнь общества

достижение с помощью различных средств реабилитации максимально возможной физической, психической, социальной, экономической и профессиональной полноценности и возможности инициировать в самом себе созидательные творческие процессы

**При применении ЛФК соблюдаются
определенные принципы**

какова взаимосвязь с ЛВБ

Индивидуализация в методике и дозировке в зависимости от особенностей заболевания и общего состояния организма.

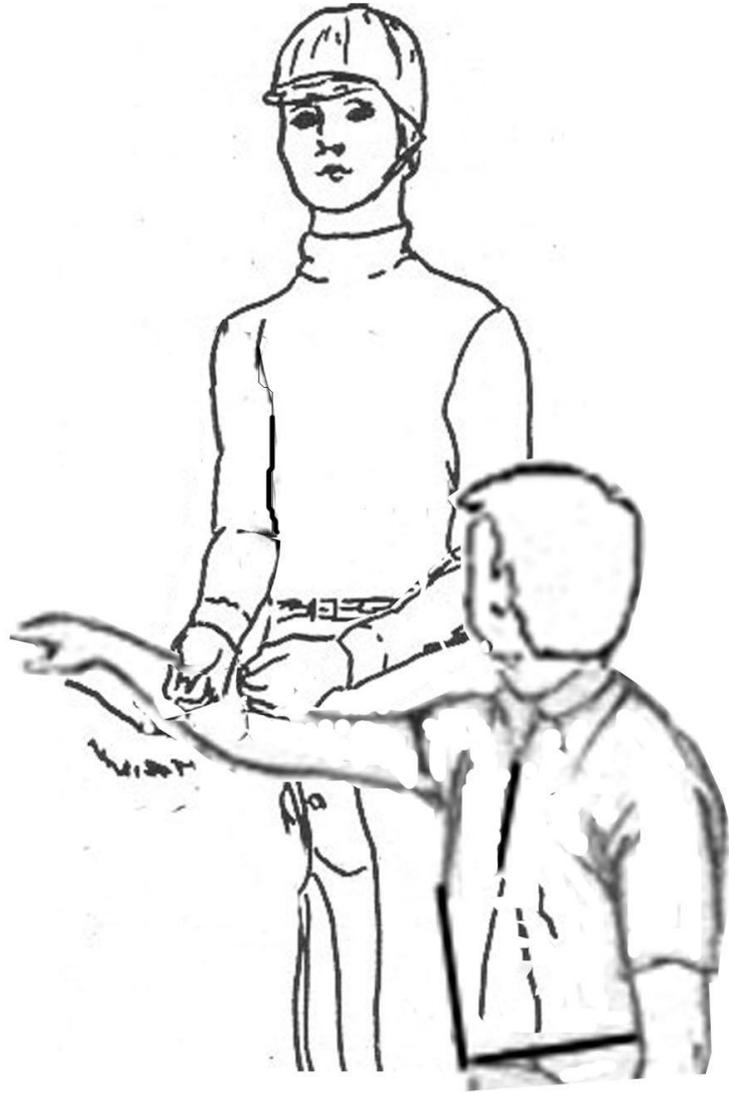
- подбор лошади;
- соответствующее специальное снаряжение;
- время занятий;
- основные направления воздействия (физическое, педагогическое);
- инструктор (дополнительная специализация).

**Системность воздействия с обеспечением
определенного подбора упражнений и
последовательности их применения.**

- получение дифференцированных напряжений и расслаблений отдельных мышц и мышечных групп;
- получение дозированных мышечных напряжений;
- расширение всей гаммы нервно-мышечной деятельности;
- противоатактические упражнения;

I. Изменение площади опоры

- Увеличение площади опоры.**
- Уменьшение площади опоры.**
- Дополнительная опора "плавающая рука"**



II. Глазодвигательная гимнастика

- фиксация взгляда на стабильном предмете;
- фиксация взгляда на движущемся предмете;

III. Упражнения сбивающего характера

- неожиданное для всадника изменение скорости движения лошади;
- воздействие со стороны инструктора;

IV. Упражнения с дефицитом афферентной информации

- **движение закрытыми глазами;**

V. Упражнения с постоянно изменяющимся маршрутом движения

- **ВОЛЬТЫ;**
- **серпантин;**
- **комбинация**

VI. Упражнения на удержание статичной позы с применением средств ограничения движений

- мячи;
- гимнастические палки;
- другие предметы

- **Упражнения на удержании статичной позы с применением средств ограничения движений:**
- удержание предметов:
- **удержание мячей:**
- удержание одного мяча двумя руками перед собой;
- удержание одного мяча двумя руками над головой;
- **характеристика мячей:**
- различного диаметра;
- различного веса;
- из различного материала:
- твердый;
- мягкий
- звучащие мячи:
- перекачивание;
- пересыпание
- со специальным покрытием:
- с шипами;
- с впадинами;
- удержание одного мяча в одной руке (другая рука имеет точку опоры):
- на раскрытой ладони:
 - рука отведена в сторону;
 - рука вытянута вперед;
- мяч зажат в кулаке:
 - рука отведена в сторону;
 - рука вытянута вперед;
 - рука поднята над головой
- удержание одного мяча в одной руке (другая рука не имеет точку опоры):
- на раскрытой ладони:
 - рука отведена в сторону;
 - рука вытянута вперед;
- мяч зажат в кулаке:
 - рука отведена в сторону;
 - рука вытянута вперед;
 - рука поднята над головой
- **характеристика мячей:**
- диаметр в соответствии с возможностями кисти ребенка;
- диаметр меньше;
- различного веса;
- из различного материала:
- твердый;
- мягкий;
- звучащие мячи:
- перекачивание;
- пересыпание;
- со специальным покрытием:
- с шипами;
- с впадинами;
- удержание мячей в каждой руке:
- на раскрытых ладонях:
 - руки отведены в сторону;
 - руки вытянуты вперед;
- - всадник удерживает одинаковые мячи:
- - всадник удерживает разные мячи:
- различного диаметра;
- различного веса;

VII. Баллистические упражнения

- броски;
- метание;

VIII. Упражнения на повышение точности (качество выполнения движения) и меткости (качество финального усилия)

- упражнения без предметов;
- упражнения с предметами

Регулярность воздействия

- 2-3 раза в неделю для ДЦП;
- для спортсменов индивидуально;
- для ментальников – строго индивидуально
1-2 раза в неделю

Длительность применения упражнений

- занятия;
- курса;

Нарастание нагрузки в процессе курса

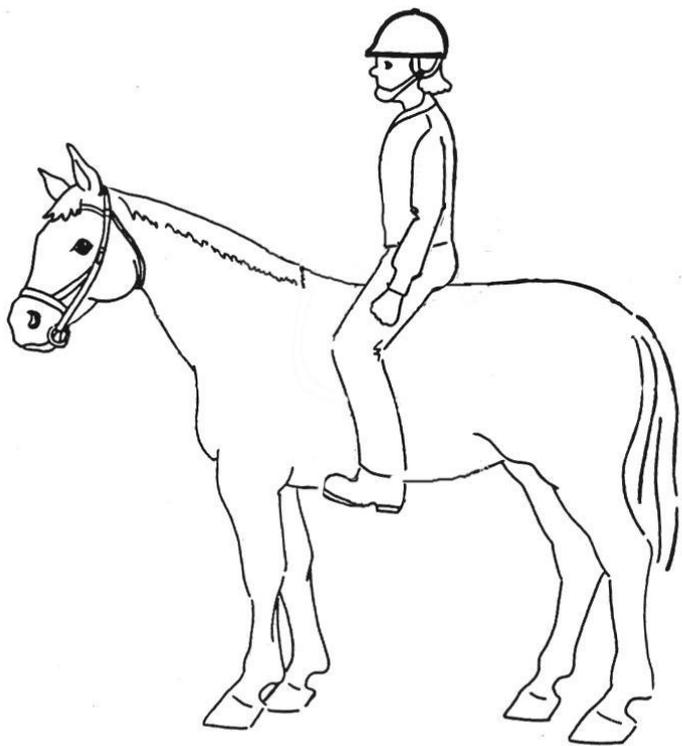
**Разнообразиие и новизна в подборе упражнений
(10-15% обновляются, а 85-90% повторяются)**

Соблюдение цикличности (чередование с отдыхом)

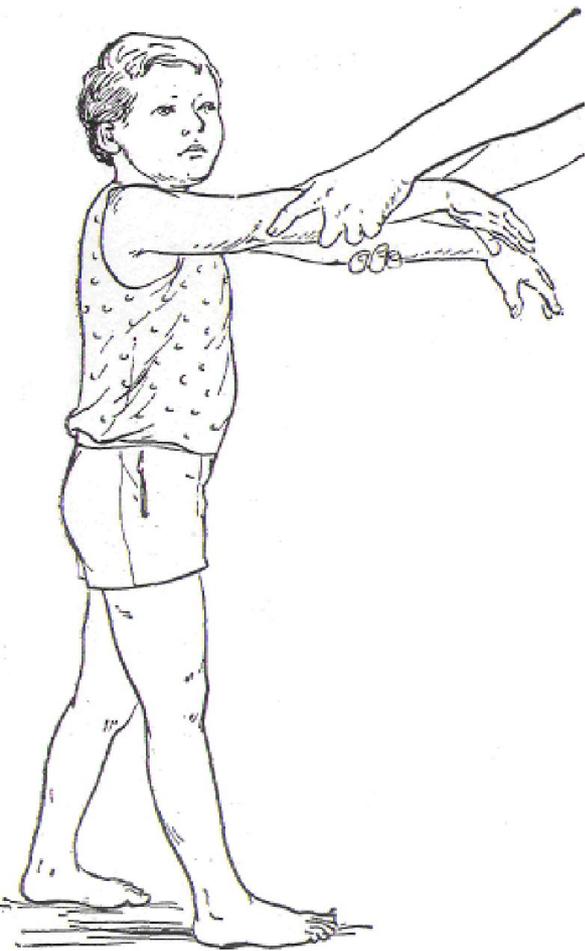
Учет возрастных особенностей

Всестороннее воздействие

Специфические ВОЗМОЖНОСТИ



формирование нормального
двигательного стереотипа
(восстановление и усиление
афферентации);

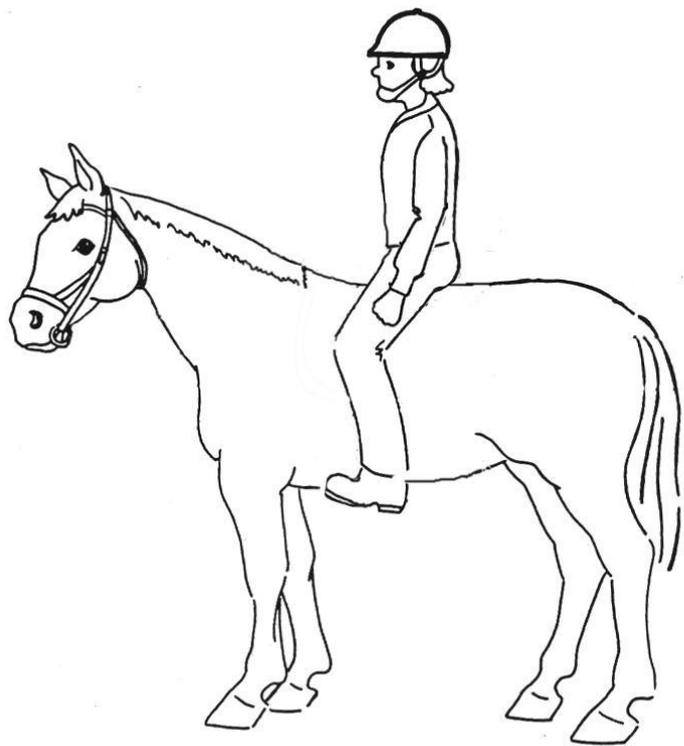


Обучение хождению с воздействием
изначально прилагаемым к плечевому
поясу

Поднятие и выдвигание вперед плеча
облегчает сгибание тазобедренного
сустава с одноименной стороны и
рефлекторное перемещение
соответствующей ноги вперед



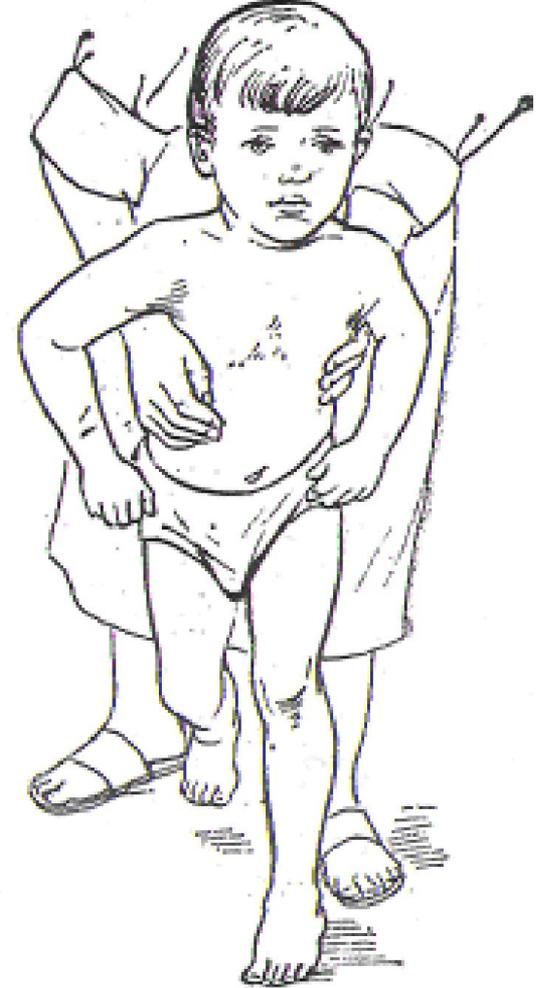
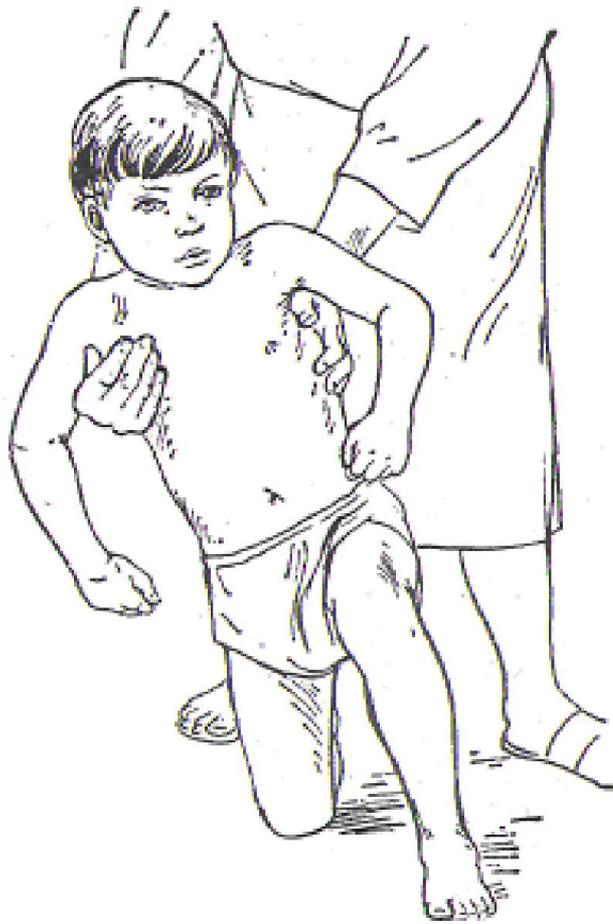
обучение умению ходить с опорой



регулирование мышечного
тонуса

– получение дифференцированных напряжений и расслаблений отдельных мышц и мышечных групп:

- удлинение или укорочение шага лошади:
 - удлинение приводит к воздействию на мышцы сгибатели пациента;
 - укорочение приводит к воздействию на мышцы разгибатели;
- переход шаг-остановка-шаг:
 - взаимодействие сгибателей и разгибателей (проприоцепция);
- широкое разведение бедер с воздействием на аддукторы



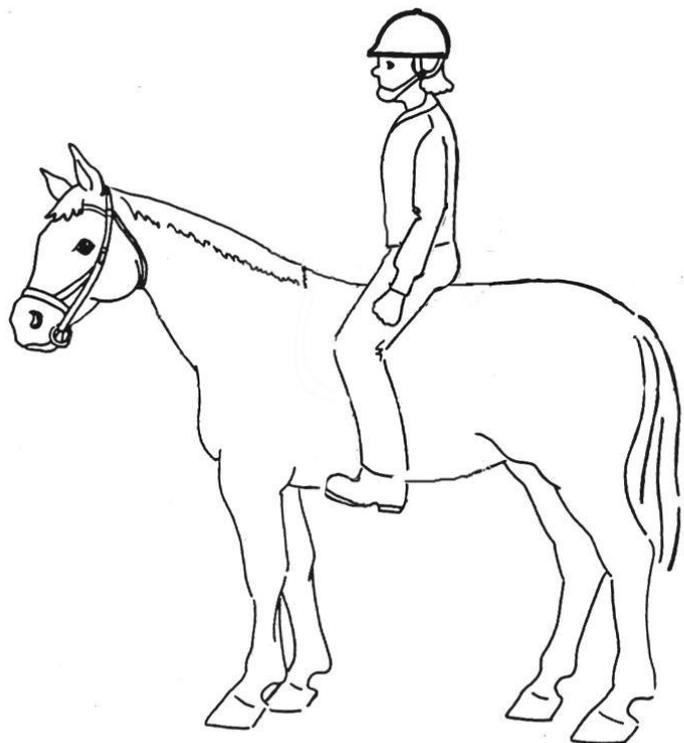
Техника перехода из одной позиции в другую



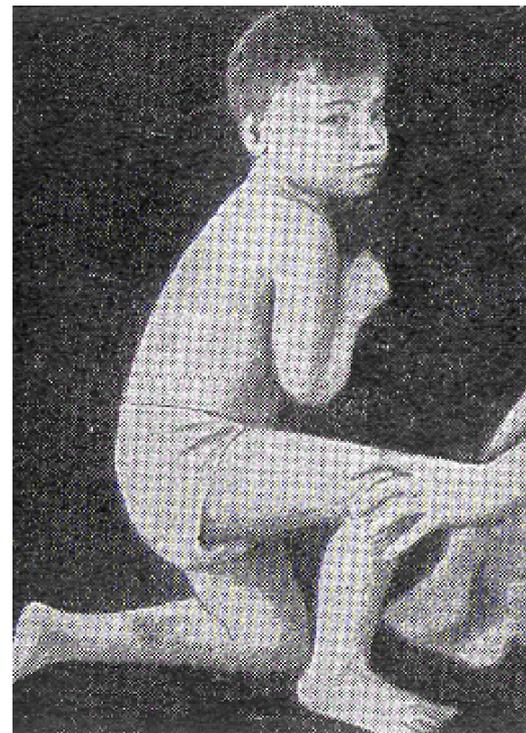
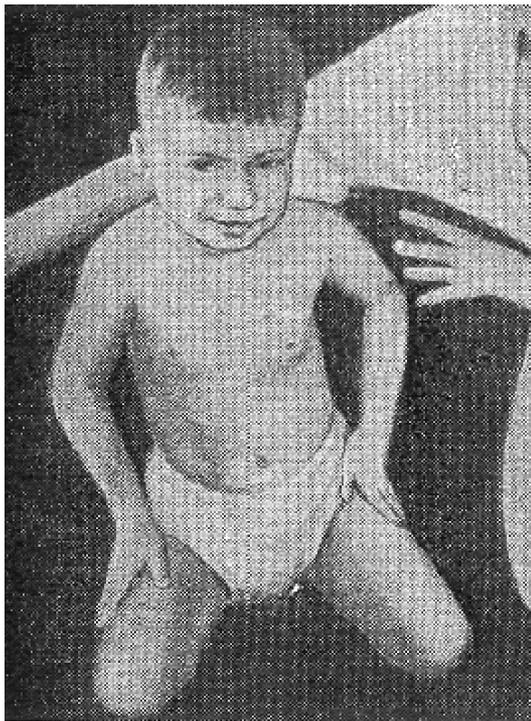
Облегчение отведение бедра путем воздействия на плечевой пояс



Позиция, сидя с расставленными ногами преодолевает патологический стереотип сгибателей и приводящих мышц



восстановление и улучшение
координации и равновесия.



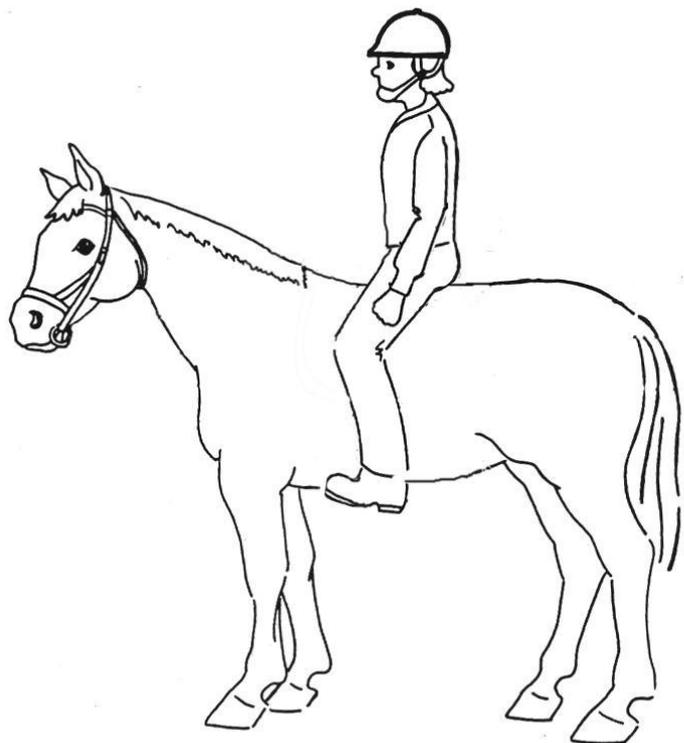
выведения из состояния равновесия:
за область плечевого пояса
за область тазового пояса



Качение шара в разных направлениях вызывает наклоны и выпрямления туловища в соответствии с реакциями равновесия



Не стабильная позиция на колене вызывает рефлекторное выпрямление туловища и головы



стимуляция реакций
выпрямления



в упражнениях на шаре объединяются элементы
реакций равновесия и выпрямления

