

Управление по делам образования администрации Кыштымского городского округа

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
Станция детского и юношеского туризма и экскурсий (юных туристов) «Странник»

Принята на заседании
педагогического совета
от «28» 05 2018 г.
протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ:



Директор
МОУ ДО СДЮТЭ (ЮТ) «Странник»

Л.Ю. Щербаков

Приказ № 01 от 29.05.2018 г.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности

«Реабилитационная верховая езда»

Возраст обучающихся: 4 -12 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:

Щербакова Татьяна Петровна,

педагог дополнительного образования



г. Кыштым, 2018г.

Содержание

1	Информационная карта программы	3
2	Пояснительная записка	4
3	Учебный план. 1 и 2 год обучения	12
4	Содержание программы 1 года обучения	13
5	Содержание программы 2 года обучения	15
6	Прогнозируемые результаты	16
7	Календарный учебный график	17
8	Условия реализации программы	17
9	Формы аттестации и отслеживания результативности ОП	18
10	Методическое обеспечение программы	19
11	Используемая литература	20
12	Рекомендуемая литература для обучающихся	20
13	Приложения	21

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

- Тип программы **адаптированная**
- Образовательная область **многопрофильная: естествознание, социальная практика, духовная и физическая антропология**
- Направленность деятельности **социально-педагогическая**
- Способ освоения содержания образования **репродуктивный**
- Уровень освоения содержания образования **общекультурный**
- Уровень реализации программы **дошкольное, начальное образование**
- Форма реализации программы **индивидуальная**
- Продолжительность реализации программы **двухгодичная**
- Год разработки программы **2009**
- Год корректировки программы **2012, 2018**

Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Реабилитационная верховая езда» социально-педагогической направленности предназначена для детей с проблемами в развитии, в том числе с поражениями опорно-двигательного аппарата (ОДА), центральной нервной системы.

Чаще всего ребёнку с такими заболеваниями приходится прилагать огромные усилия, чтобы выполнить даже самые простые движения. Его жизнь – это постоянная борьба, и приобретение любого умения – это уже огромное достижение для него.

Реабилитационная верховая езда оказывает биомеханическое воздействие, в том числе передаёт всаднику двигательные импульсы, аналогичные движениям человека при ходьбе. Крупная лошадь переносит на всадника за минуту около 110 колебательных импульсов: вверх-вниз по длине оси тела против силы тяжести, вперёд-назад по фронтально-поперечной оси тела, из стороны в сторону вокруг сагиттально-поперечной оси тела, диагональные движения по диагонали вокруг функциональной точки центра тела. Сложные движения мышц спины лошади, состоящие из множества элементов, оказывают массирующее и разогревающее (температура тела лошади на 1,5 градуса выше, чем у человека) воздействие на мышцы ног всадника и органы малого таза, усиливают кровоток в конечностях. Движения лошади переносятся на сидящего ребенка, его тазобедренный сустав и пояснично-позвоночный столб, имитируя и стимулируя движения, которые совершает здоровый человек при ходьбе, т.е. при сидении ребенка на неоседланной лошади свободная езда верхом представляет собою типичную при ходьбе тренировку туловища. Во время движения лошади для того, чтобы сохранить правильную посадку, всадник вынужден удерживать равновесие, координировать и синхронизировать свои движения. Таким образом, в работу включаются все мышцы тела, а у больного ребёнка и те, которые, не будучи поражёнными, обычно находятся в бездействии. Кроме того, во-первых, начинают работать и укрепляются мышцы необходимые для ходьбы, во-вторых, в коре головного мозга формируется стереотип прямохождения. Тело и мозг ребёнка готовятся к тому, чтобы сделать первый самостоятельный шаг. Научившись балансировать на лошади, ребёнок постепенно переносит этот навык в обычную жизнь и более уверенно чувствует себя на земле.

Название программы «Реабилитационная верховая езда» обусловлено использованием одноимённого метода, который позволяет комплексно подойти к решению проблем физического и интеллектуального развития; психоэмоциональной и социальной реабилитации детей-инвалидов, для адаптации и интеграции их в общество. Одним из главных преимуществ этого метода является воздействие без боли, страха и насилия. Поэтому дети, в отличие от общепринятых тяжелых и болезненных процедур, приходят на занятия на лошади с удовольствием.

Положительный эффект достигается как биомеханическим воздействием сокращающихся мышц тела лошади на организм ребёнка в плане активизации его метаболических процессов, так и за счёт расширения среды обитания ребёнка-инвалида, преодолением его изоляции и расширением круга общения как с больными, так и здоровыми сверстниками, и взрослыми людьми. Не меньшее влияние реабилитационная верховая езда оказывает на психическое состояние ребёнка с ограниченными возможностями здоровья в процессе общения с лошадью: улучшается эмоциональное состояние, снижается агрессивность, преодолевается чувство ущербности. Вышеперечисленные факторы стали причиной составления настоящей программы.

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;
- вестибулярной устойчивости;
- произвольных процессов внимания и памяти;
- умственной работоспособности и физической выносливости.

Наконец, благодаря совместной работе с лошадью, коноводом и педагогом у ребёнка развиваются эмоциональные механизмы включения в групповую задачу, сопереживания другим членам группы, переживания общей радости.

Отличительные особенности программы обусловлены направленностью на реабилитацию детей с ограниченными возможностями здоровья. В процессе реализации программы для обучающихся создаются предпосылки для трудовой ориентации в плане овладения знаниями, умениями, навыками ухода за животными, общения с ними, что может оказаться полезным в самостоятельной жизни.

Адресатами программы являются обучающиеся в возрасте от 4 до 12 лет с ограниченными возможностями здоровья без определённого уровня образования. Единственным препятствием для занятий являются медицинские противопоказания. Поэтому для зачисления в объединение требуется медицинский допуск.

Объём программы составляет 72 часа по каждому году обучения (программа двухгодичная). Предусматривает частоту посещений 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия от 10 до 40 минут, в зависимости от тяжести двигательных нарушений ребёнка.

Формы и методы обучения

Форма обучения – индивидуальные занятия, чаще всего на лошади без седла с одной только страховочной подпругой с ручками. При этом лошадь выступает в качестве реабилитационного средства: используется благотворное воздействие ее тепла, ритмичных колебаний, возникающих при движении, массирующих движений ее спинных мышц.

Методы обучения:

- словесные – беседа, объяснение;
- наглядные – наблюдение за поведением лошади, показ педагогом приемов

выполнения упражнений;

– практические – выполнение упражнений и заданий по уходу за лошадью.

На занятиях возможно использование метода – «Езда вдвоём», в котором работают вместе специально подобранная лошадь и двое сидящих на ней людей – один впереди (обучающийся), другой сзади (педагог). Обязательное условие – два ассистента для страховки. «Езда вдвоём» применяется для достижения следующих целей:

1. Чтобы обеспечить чувство безопасности обучающегося и снизить его тревогу. Можно применять этот метод в том случае, если ребёнок впервые садится на лошадь или делает первые шаги в самостоятельной верховой езде.

2. Чтобы отвлечь ребёнка от самостимуляции (верчения, качания, сжимания своих рук).

3. Чтобы создать условия для применения методов сенсорной интеграции, педагог при «езде вдвоём» может точно управлять сенсорной обратной связью.

4. Чтобы оказать поддержку и обеспечить страховку обучающемуся, выполняющему наиболее сложные задания (например, стойку), которые без такой помощи были бы крайне трудны для ребёнка.

5. Чтобы педагог мог с помощью своих рук посылать нужные стимулы. Педагог может положить свои руки на руки обучающегося, который учится управлять лошадью с помощью повода. Это позволяет ему ощутить нужные качества и направление движения рук, держащий повод.

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

Теоретические занятия дают возможность познакомить обучающихся с окружающим миром, породами лошадей, историей их происхождения, конским снаряжением, видами конного спорта.

Принципы организации занятий по программе «Реабилитационная верховая езда»:

- Индивидуальный подход к каждому ребенку.
- Принцип разумного сочетания опеки и самостоятельности.
- Принцип соревновательности, где главное – соревнование с самим собой, как первичной формы самоутверждения.

Занятия реабилитационной верховой ездой (РВЕ) предполагают слаженные действия пятерых участников – ребёнка, педагога, родителя (законного представителя), коновода и лошади. Педагог руководит занятием, страхует ребёнка, дает ему задания, следит за выполнением заданий, а также руководит действиями коновода.

Родитель (законный представитель) страхует ребёнка, оказывает помощь в выполнении упражнений. Коновод отвечает за поведение лошади, по команде инструктора останавливает, посылает или поворачивает лошадь и выполняет другие его распоряжения.

Для занятий РВЕ в Муниципальном образовательном учреждении Станции детского и юношеского туризма и экскурсий «Странник» есть все необходимые условия: лошади, комплекты амуниции, прошедший специальную подготовку педагог. Занятия имеют свою специфику: наиболее эффективно они проходят в тёплое время года, поэтому, программа в основном реализуется с марта по ноябрь месяц.

Структура занятия

1. Приветствие.
2. Движение на шагу.
3. Основная часть.
4. Движение на шагу.
5. Заключительная часть.

Занятие для ребенка начинается с приветствия. Приветствие педагога, коновода, лошади.

Движение на шагу – пассивная езда на лошади для согревания и разминания мышц.

Основная часть включает комплекс упражнений, выполняемых верхом.

Движение на шагу направлено на восстановление функции дыхания и сердечно-сосудистой системы.

Заключительная часть носит психологический характер – это кормление лошади в благодарность за проведенное занятие.

Цель программы:

Создание условий для реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья посредством верховой езды.

Задачи:

Предметные

1. Расширять знания о живой природе и окружающем мире.
2. Обучать навыкам верховой езды.
3. Развивать у детей умения по уходу за лошадьми.
4. Способствовать восстановлению двигательных функций и утраченных физических навыков путем проведения регулярных занятий реабилитационной верховой езды.

Метапредметные

1. Развивать речь, память, внимание.
2. Развивать двигательные функции и мелкую моторику.

Личностные

1. Способствовать развитию навыков самостоятельности и саморегуляции.
2. Способствовать развитию общения и мотивации активного образа жизни.
3. Воспитывать у обучающихся гуманное отношение к животным и природе.
4. Содействовать интеграции и адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья в обществе.

Показания и противопоказания для организации занятий по программе «Реабилитационная верховая езда»

Как и любой другой метод, реабилитационная верховая езда имеет свои показания и противопоказания. Воздействующая многопланово и многофакторно, она может быть показана и с успехом использована при самых разных видах для детей с ОВЗ, соматических, психоэмоциональных заболеваний, а также при нарушениях общения, умственного, физического развития.

Показания, при которых применяется реабилитационная верховая езда:

- нарушения опорно-двигательной системы, возникающие вследствие параличей, полиомиелита и других поражений ЦНС;
- нарушение психоэмоциональной сферы – аутизм, неврозы;
- различные формы нарушения интеллекта;
- нарушение социальной адаптации, общее недоразвитие речи (ОНР);
- нарушение осанки у детей дошкольного возраста.

Медицинские противопоказания для использования реабилитационной верховой езды являются:

- болезнь Ломштайна – Фродика, приводящая к ломкости костей;
- гемофилия (несворачиваемость крови);
- острые инфекционные заболевания;
- любые заболевания в остром периоде и стадии обострения.

Относительными противопоказаниями при соблюдении необходимых мер предосторожности являются:

- диабет (можно заниматься при нормальном содержании сахара в крови);
- хронические заболевания почек;
- эпилепсия любого генеза;
- состояние после травматических повреждений и некоторых заболеваний в шейном и поясничном отделе позвоночника (занятия на шагу и только на облегченной рыси);
- синдром Дауна (допускаются дети при отсутствии патологии в области шейного отдела позвоночника).

Предполагаемые риски реализации программы:

- Метеорологические условия.
- Отрицательные эмоции детей к занятиям.

Общая характеристика нарушений опорно-двигательного аппарата при детском церебральном параличе (ДЦП)

Детский церебральный паралич – группа синдромов, которые являются следствием повреждений головного мозга, возникших в период беременности, родов или раннем послеродовом периоде. Характерной особенностью ДЦП является нарушение моторного развития ребенка, выраженное, прежде всего, в аномальном распределении мышечного тонуса и нарушении координации движений. Ведущим в

клинической картине является двигательный эффект (задержка формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двигательных функций). Все дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата нуждаются в особых условиях жизни, обучения и последующей трудовой деятельности. Часть детей имеют отклонения в развитии познавательной деятельности и требуют специального обучения и воспитания.

ДЦП возникает в результате недоразвития или повреждения мозга в раннем онтогенезе. При этом наиболее тяжело страдают «молодые» отделы мозга - большие полушария, которые регулируют произвольные движения, речь и другие корковые функции.

У детей с церебральным параличом задержано и нарушено формирование всех двигательных функций: с трудом и опозданием формируется функция удержания головы, навыки сидения, стояния, ходьбы, манипулятивной деятельности. У большинства больных имеются речевые нарушения: задержка речевого развития, характеризующаяся поздним формированием моторной речи, и дизартрия, проявляющаяся в нарушении звукопроизношения. Разнообразие двигательных нарушений у детей с церебральными параличами обусловлено действием ряда факторов, непосредственно связанных со спецификой самого заболевания.

Важнейшими из них являются: нарушение мышечного тонуса (по типу спастичности, ригидности, гипотонии, дистонии); ограничение или невозможность произвольных движений (парезы и параличи); наличие насильственных движений, характерно для многих форм ДЦП, они проявляются в виде гиперкинезов и тремора; нарушения равновесия и координации движений (атаксия).

Двигательные нарушения у детей с церебральным параличом могут иметь различную степень выраженности. При тяжелой степени ребенок не овладевает навыками ходьбы и манипулятивной деятельностью. Он не может самостоятельно обслуживать себя. При средней степени двигательных нарушений дети овладевают ходьбой, но ходят не уверенно, иногда с помощью специальных приспособлений, навыки самообслуживания у них развиты не полностью, также, как и манипулятивная деятельность. При легкой степени двигательных нарушений дети ходят самостоятельно, уверенно как в помещении, так и за его пределами. Они полностью себя обслуживают, достаточно развита манипулятивная деятельность, однако у больных могут наблюдаться патологические позы и положения, нарушения походки, движения недостаточно ловкие, замедленные. Снижена мышечная сила.

Общая характеристика нарушений опорно-двигательного аппарата при задержке психического развития и аутизме

Задержка психического развития (ЗПР) – темповое отставание развития психических процессов и незрелость эмоционально-волевой сферы у детей, которые потенциально могут быть преодолены с помощью специально организованного обучения и воспитания. Задержка психического развития характеризуется

недостаточным уровнем развития моторики, речи, внимания, памяти, мышления, регуляции и саморегуляции поведения, примитивностью и неустойчивостью эмоций, плохой успеваемостью в школе.

Задержка темпа психического развития может быть временным явлением. Существуют и врожденные легкие формы интеллектуальной недостаточности.

Причинами задержки психического развития могут быть тяжелые инфекционные заболевания, черепно-мозговые травмы, отравления, неблагоприятные воздействия окружающей среды и т.п. Развитие психических функций ребенка происходит в определенные возрастные периоды. Если он не получает в это время необходимой информации, то его развитие замедляется.

Проявления задержки развития разнообразны. Помимо интеллектуальной недостаточности и незрелости психики, наблюдаются нарушения поведения и невротические симптомы, нарушения моторного развития ребенка, выраженные, прежде всего, в аномальном распределении мышечного тонуса и нарушении координации движений.

Аутизм – это глубокое нарушение психического развития, имеющее генетический или экзогенный характер и препятствующее нормальному формированию личности ребенка. Нарушение затрагивает все стороны психики и вызывает асинхронное развитие психических функций.

Мозг ребёнка с диагнозом аутизм иначе, чем у здорового человека, обрабатывает поступающую в него информацию. Из-за изначально пониженного психического тонуса, визуальной, слуховой, тактильной гиперчувствительности у ребенка возникают трудности в переработке сенсорной информации. Им очень сложно понять социальное поведение других людей и затем общаться с ними. В результате возникает погруженность ребёнка в мир личных переживаний, потеря контакта с окружающей средой. Таким образом, аутизм и расстройства аутистического спектра являются механизмом ухода от пугающей реальности, от трудностей взаимодействия с ней.

Детский аутизм в значительной мере отличается от других психопатологий детского возраста, и поэтому нуждается в разработке специальных коррекционных программ. В данном контексте очевидна необходимость поиска путей осуществления психолого-педагогической поддержки, связанной с выявлением особых личностных и образовательных потребностей аутичных детей и с поиском путей коррекции их развития. Одной из таких программ может являться РВЕ.

Прогнозируемые результаты

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

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

- повышение устойчивости к физическим нагрузкам; улучшение мышечного тонуса; восстановление и увеличение объема активных и пассивных движений;
- стабильное психоэмоциональное состояние ребенка, повышение самооценки, уверенность в своих силах, раскованность, активность, улучшение обучаемости и внимательности;
- снижение возбудимости, постепенное избавление от замкнутости, агрессивности;
- повышение мотивации обучающихся к активному и здоровому образу жизни;
- социализация ребёнка в обществе сверстников;
- овладение навыками ухода за лошадьми и навыками верховой езды.

Для родителей больных детей необходимо видеть, что их ребенок кому-то нужен, что в глазах других людей он обладает безусловной ценностью и правом на полноценную жизнь.

Дополнение

1. В программе раздел «Календарный учебный график» представлен в упрощённом (ином) варианте. Это обусловлено тем, что каждое занятие является индивидуальным, со своим набором форм и методов проведения занятия, комплексом упражнений и игр.
2. В программе используется специальная лексика.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
2	Проведение инструктажа по технике безопасности	1	1		Опрос
3	Проведение экскурсий с родителями и детьми-инвалидами	3		3	Опрос
4	Реабилитационная верховая езда (РВЕ)	57	5	52	Контрольное занятие, мнение родителей
5	РВЕ в форме игр – теоретических и практических	6	2	4	Контрольное занятие, мнение родителей
6	Проведение совместных мероприятий, эстафеты, игры	3		3	Опрос
	ИТОГО	72	9	63	

2 год обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
2	Проведение инструктажа по технике безопасности	1	1		Опрос
3	Проведение экскурсий с родителями и детьми-инвалидами	3		3	Опрос
4	Реабилитационная верховая езда (РВЕ)	53	5	48	Контрольное занятие, мнение родителей
5	РВЕ в форме игр – теоретических и практических	10	2	8	Контрольное занятие, мнение родителей
6	Проведение совместных мероприятий, эстафеты, игры	3		3	Опрос
	ИТОГО	72	9	63	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья

Вводное занятие (2 часа)

Вводное занятие рассчитано на 8 – 10 занятий по 10-15 минут до основного занятия. В это время детей знакомят с лошадьми – будущими партнерами по занятиям. Обязательно называют клички и породы, масти лошадей. Знакомят с амуницией: седло, уздечка, недоуздок, попона, вальтрап. В конце занятия проходит обязательный «ритуал» для обучающихся – они должны поблагодарить лошадь: дать лакомство или погладить, ласково похлопать и сказать доброе слово, лошадь прекрасно понимает и отзывается на ласку.

Проведение инструктажа по технике безопасности (1 час)

Перед началом занятий по программе обязательно проведение инструктажа по технике безопасности, причём вместе с родителями (законными представителями). Детей учат правильно подходить к лошади, обходить ее.

Проведение экскурсий с родителями (законными представителями) и детьми-инвалидами (3 часа)

Для ознакомления обучающихся с учреждением проводятся экскурсии в музей «Русская изба», живой уголок, на подворье.

Реабилитационная верховая езда (57 часов)

Учитывая характерные двигательные нарушения на одной из сторон тела занятия проводятся по следующим основным направлениям:

- снижение патологического тонуса в мышцах;
- уменьшение контрактур суставов и повышение мышечной силы;
- улучшение реакции опоры и шаговых движений;
- улучшение мелкой моторики.

Для этого подбираются такие варианты занятий:

1. Изменение скорости движения: смена аллюров (шаг, прибавленный шаг, рысь), отрабатывается посадка на лошадь и спешивание.
2. Изменение длины стремени приводит к уменьшению степени пареза и повышению мышечной силы (укорочение на стороне пареза обеспечивает дозированное напряжение паретичной подвздошно-поясничной мышцы. Укорочение на здоровой стороне обеспечивает дозированное напряжение паретичных приводящих мышц бедра).
3. Использование различных исходных положений дает возможность результативного сочетания нескольких реабилитационных направлений: на шагу и стоя (лошадь) – сидя лицом вперед (обучающийся), сидя лицом назад, сидя боком – лицом направо по движению, лицом налево по движению. Лежа на спине вдоль лошади – головой к голове лошади, головой к хвосту лошади.

Лежа на животе вдоль лошади – головой к голове лошади, головой к хвосту лошади. Лежа поперек лошади на животе – головой направо по движению, головой налево по движению. То же самое лежа поперек лошади на спине.

4. Те же упражнения п. 3, всадник сидит на лошади вместе с инструктором. Используются для детей младше 5 лет.
5. Для улучшения мелкой моторики в пораженной верхней конечности, тренировки функции опоры и захвата предметов, предлагаются традиционные упражнения, развивающие манипулятивную функцию рук (удерживание палки в вертикальном положении больной рукой и перебирание пальцами вверх-вниз, собирание рассыпанных мелких предметов, спичек и т.п., захватывая их поочередно двумя пальцами: 1-м и 2-м, 1-м и 3-м и т.д., упражнения с ручным эспандером и др.). Внимание акцентируется на симметричном выполнении движений здоровой и пораженной конечностями, обучении самоконтролю за выполняемыми действиями и согласованию их с движениями здоровых конечностей на основе зрительно-моторной координации.

На этих этапах у пациента формируется равновесие и посадка, затем подключаются дыхательные упражнения.

Во всем многообразии упражнений немаловажную роль играет изменение площади опоры из одних и тех же исходных положений, что, в свою очередь, усложняет или облегчает выполнение упражнений, существенно изменяя реабилитационное воздействие.

1. Увеличение площади опоры: в седле, опираясь ногами в стремена, держась руками за ручки специальной подпруги (гурта), или за переднюю луку седла.

2. Уменьшение площади опоры: со стременами – не держась руками. Без стремян – держась руками за седло или ручки гурты. Без стремян – не держась руками.

3. Те же упражнения п.2, только сидя на лошади без седла.

К упражнениям по изменению площади опоры добавляется глазодвигательная гимнастика.

1. На шагу по прямой: взгляд вверх, вправо, влево, вниз (не поворачивая головы). Фиксация взгляда на стабильном предмете, на движущемся предмете. Окинуть взглядом пространство вокруг себя.

2. Те же упражнения п. 1, только по кругу

Все упражнения подбираются индивидуально и могут растягиваться по времени, по ходу занятия может происходить корректировка упражнений и повторяться до закрепления результатов.

До или после занятий с детьми проводятся небольшие познавательные беседы из истории пород лошадей, их жизни, дети делятся своими знаниями, рассказывают какие книги читали о животных, какие фильмы про лошадей смотрели, старшие дети подмечают уже тонкости седловки и посадки на лошадь.

Реабилитационная верховая езда в форме игр – теоретических и практических (6 ч.)

Для более сохранных обучающихся занятия проводят в форме игры с включением посторонних предметов – мячом. Мяч бросается либо в корзину, либо инструктору – на меткость.

Проведение совместных мероприятий (3 ч.)

По мере возможности, дети принимают участие в новогоднем представлении, оздоровительных и других мероприятиях, проводимых Станцией юных туристов «Странник».

2 год обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья

Вводное занятие (2 часа)

Вводное занятие рассчитано на 8 – 10 занятий по 10-15 минут до основного занятия. На вводных занятиях повторяются правила поведения в конюшне, в деннике, на площадке.

В конце занятия проходит обязательный «ритуал» для обучающихся – они должны поблагодарить лошадь: дать лакомство или погладить, ласково похлопать и сказать доброе слово, лошадь прекрасно понимает и отзывается на ласку.

Проведение инструктажа по технике безопасности (1 час)

Перед началом занятий обязательно проведение инструктажа по технике безопасности при работе с лошадыю.

Проведение экскурсий с родителями (законными представителями) и детьми-инвалидами (3 часа)

Для дальнейшего ознакомления обучающихся с учреждением проводятся экскурсии в комнату Дружининых, живой уголок, обзорная экскурсия по объединениям учреждения.

Реабилитационная верховая езда (53 часа)

Повторяются и закрепляются упражнения по содержанию прошлого года.

Всё многообразие специализированных и общих упражнений в той или иной мере обязательно оказывает влияние на поддержание и отработку равновесия. Следовательно, весь процесс РВЕ как бы нанизан на основной стержень – сохранение правильной посадки и равновесия.

1. Изменение скорости движения: смена аллюров (шаг, прибавленный шаг, рысь), отрабатывается посадка на лошадь и спешивание.
2. Неожиданные для всадника изменения скорости движения лошади (быстрая смена аллюров). Смена аллюров с остановкой.
3. Упражнения с постоянно изменяющимся маршрутом движения: движение по серпантину шагом, рысью, с изменением площади опоры. Отработка

- вольта (движение по кругу) с изменением площади опоры.
4. Упражнения для маленьких детей для формирования вертикального положения головы (без седла, с инструктором).
 5. Упражнения для преодоления стигбательно-приводящих установок верхних конечностей.
 6. Подготовка к соревнованиям.

Реабилитационная верховая езда в форме игр – теоретических и практических (10 ч.).

На проведение занятий такой формы отводится несколько больше времени, чем в прошлом году, вовлекая новичков и добавляя элементы из разных конных игр. Используется и практический просмотр таких игр со здоровыми всадниками и инструкторами. Ближе к лету и летом проводятся небольшие эстафеты на шагу и на рыси, игры «Догони-ка» на шагу и на рыси.

Проведение совместных мероприятий (3 ч.)

По мере возможности, обучающиеся принимают участие в новогоднем представлении, оздоровительных и других мероприятиях, проводимых Станцией юных туристов «Странник» (показательные выступления объединения «Юные коневоды», День защитника Отечества, Ледовое побоище, Масленица, мероприятие, посвящённое Победе в Великой Отечественной войне «То майский день, что длится и поныне...»).

Прогнозируемые результаты

Знания, умения, навыки	Личностные качества и компетенции
<p>В результате обучения по программе обучающийся будет:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ знать особенности строения лошади и её повадки, амуницию лошади и способы ухода за лошастью; ➤ уметь выполнять физические и умственные упражнения и задания, ухаживать за лошастью; ➤ иметь представление о профессии тренера-наездника; ➤ будет стремиться к активному и здоровому образу жизни; ➤ получит навыки верховой езды; ➤ расширит представления об окружающем мире и обществе; ➤ научится общаться и верить в свои возможности и силы. 	<p>В результате обучения по программе у обучающегося будет:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ сформирована устойчивая потребность в общении со сверстниками и педагогом, в занятиях верховой езды; ➤ воспитаны морально-волевые и нравственные качества; ➤ будет развита устойчивая потребность к самосовершенствованию, саморазвитию и самоутверждению; ➤ будет сформирована активная жизненная позиция.

Календарный учебный график МОУ ДО СДиЮТиЭ (ЮТ) «Странник»

Начало учебного года – 1 / 15 сентября 2018 г.
Продолжительность учебной недели – 6 дней
Подведение итогов учебного года – с 15 по 31 мая 2019 г.
Окончание учебного года – 31 мая 2019 г.

Осенние каникулы – не предусмотрены
Зимние каникулы – с 30 декабря 2018 г. по 12 января 2019 г.
Весенние каникулы – не предусмотрены
Летние каникулы – с 1 июня 2019 г.

Календарный учебный график объединения «Реабилитационная верховая езда»

Начало учебного года – 1 / 15 сентября 2018 г.
Продолжительность учебной недели – 6 дней
Подведение итогов учебного года – с 15 по 31 августа 2019 г.
Окончание учебного года – 31 августа 2019 г.

Осенние каникулы – не предусмотрены
Зимние каникулы – с 1 декабря по 28 февраля 2019 г.
Весенние каникулы – не предусмотрены
Летние каникулы – не предусмотрены

Условия реализации программы

Для занятий по реабилитационной верховой езде необходимо наличие следующих слагаемых:

1. Квалифицированный педагог

Педагог дополнительного образования, реализующий программу «Реабилитационная верховая езда», прошла обучение в Институте повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров РГУ ФКСиТ (г. Москва) по адаптивной физической культуре (иппотерапия, реабилитационная верховая езда).

2. Лошадь

При подборе лошади учитывается возраст, пол, темперамент, ход и размер животного. Не следует использовать молодых лошадей высококровных пород. Предпочтение следует отдавать использованию животных среднего возраста,

имеющих большой опыт общения с людьми, без опасных привычек (склонность к кусанию, взбрыкиванию и т.д.)

3. Место для занятий

Огороженная площадка с мягким или травянистым грунтом.

4. Обычное и специальное снаряжение и оборудование

К специальному оборудованию относятся пандус или лесенка для посадки на лошадь. Специальное снаряжение — специальная подпруга с ручками – гурта, безопасные стремена, многоступенчатые поводья, развязки, предотвращающие резкий наклон головы лошади. Обычное строевое или спортивное седло. Дополнительный инструментарий: мячи, игрушки, обручи, корзины и другое.

5. Экипировка для обучающихся

Верхняя одежда должна соответствовать времени года и погоде, не должна стеснять движений. На занятиях используется спортивная обувь с твердой подошвой, защитный шлем.

Формы аттестации и отслеживания результативности реализации образовательной программы

Формой аттестации обучающихся является итоговое мероприятие – показательные выступления обучающихся, которые проводятся в конце учебного года.

Для отслеживания (мониторинга) результатов используется следующие формы подведения итогов:

✓ **Ведение журнала результативности**, в котором отражается индивидуальная траектория достижений каждого обучающегося по следующим направлениям:

— изменения в физическом статусе (увеличение объёма движений в суставах, снижение количества и уменьшение амплитуды гиперкинезов, снижение патологического тонуса мышц, проявлений атаксии, улучшение равновесия и улучшение походки);

— сдвиги в психоэмоциональной и личностной сферах (улучшение общего состояния и настроения, появление уверенности в своих возможностях, повышение самооценки, появление раскованности, активности, снижение излишней возбудимости, избавление от страхов, вялости, безучастности, улучшение коммуникабельности, проявление интереса к общению с окружающими, в т.ч. с лошадью и др.);

— изменение в определенном направлении (речь, социализация, логика и т.д.).

Для этого педагогом разработаны диагностические карты (Приложение

✓ **Отзывы родителей** о результатах занятий их детей реабилитационной верховой ездой.

Методами отслеживания результативности реализации образовательной программы являются:

1. Педагогическое наблюдение за изменениями в физическом и психоэмоциональном состоянии обучающихся;
2. Анализ результатов диагностики индивидуальных достижений обучающихся;
3. Анализ опросов и отзывов родителей о результатах занятий РВЕ

Методическое обеспечение программы

Для реализации образовательной программы используются следующие виды методической продукции:

1. Дидактические материалы:

наглядные пособия (карточки «Предметы ухода за лошастью», карточки «Части уздечки», карточки «Правильная посадка всадника», раздаточный материал «Части тела лошади», живые объекты и амуниция лошади);

2. Игры, упражнения (настольная игра «Логическое домино», игра «Русский лес», игра «Домашние животные», игра «Дикие животные», игра «Насекомые», игры с элементами фольклорных игр, упражнения с использованием предметов, упражнения, направленные на конкретные цели (приложение № 5)

3. Методические материалы и разработки (презентации «Амуниция лошади», «Масти лошадей», «Язык лошадей», сценарий праздника «Рождественская елочка», сценарий праздника «День матери»)

4. Видеоматериалы («Происхождение лошади», «Породы лошадей», «Виды конного спорта»)

Список литературы для педагога

№	Автор, наименование, место издания, издательство, год издания учебной литературы	Количество
1	Адаптивная (реабилитационная) верховая езда. Учебное пособие университета Paris-Nord – М: Московский конноспортивный клуб инвалидов, 2003. – 200 с.: ил.	1
2	Джосвик Френ. Вопросы и ответы. Пособие по терапевтической верховой езде. – М.: МККИ, 2000. – 232 с.: ил.	1
3	Крессе В. Лошади. Содержание, уход и лечение. – М.: «Аквариум», 2007. – 319 с.	1
4	Спинк Джен. Развивающая лечебная верховая езда. - М.: Московский конноспортивный клуб инвалидов, 2001. – 198 с.: ил.	1
5	Лошадь в психотерапии, иппотерапии и лечебной педагогике. Учебные материалы и исследования Немецкого кураториума по терапевтической верховой езде. В трех частях. Ч. 1. – М.: МККИ, 2003. – 216 с.: ил.	1
6	Лошадь в психотерапии, иппотерапии и лечебной педагогике. Учебные материалы и исследования Немецкого кураториума по терапевтической верховой езде. В трех частях. Ч. 2. – М.: МККИ, 2004. – 192 с.: ил.	1
7	Харчук Юрий. Иппотерапия и коневодство: лошади и пони. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – 212 с.: ил.	1
8	Хести С., Шарплз Джен. Полный справочник по уходу за лошадьми. – М.: ООО «Аквариум- Принт», 2007. – 384 с.: ил.	1
9	Частные методики адаптивной физической культуры. Учебник под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой.. – М.: Советский спорт, 2007. – 608 с.: ил.	1
10	Штраус Ингрид. Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды. – М.: МККИ, 2000. – 102 с.: ил.	1

Электронные источники

1. file:///J:/Иппотерапия/ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ%20программа%20Уфа.html
2. <http://zoovet.info/o-loshadyakh/1-ippoterapiya/igry-v-ippoterapii>

Рекомендуемая литература для обучающихся

№	Автор, наименование, место издания, издательство, год издания учебной литературы	Количество
1	Баран Мериам. «100 легендарных лошадей», М.: АСТ: «Астрель», 2008. – 132 с.: ил.	1
2	Парфёнов В.А. «Лошади», М.: издательство «Народное творчество», 2000. – 112 с.: ил.	1
3	Хермсен Джози. «Лошади. Иллюстрированная энциклопедия», И.: «Лабиринт-Пресс», 2001г. – 307 с.: ил.	1

Диагностические карты индивидуальных достижений обучающихся

Протокол оценки обучающегося

Обучающийся: _____ ходит самостоятельно/ пользуется коляской

Возраст: _____

Диагноз: _____

Характеристики:		Данные оценки			Данные повторной оценки		
		остановка	шаг	рысь	остановка	шаг	рысь
1	Необходимая помощь						
2	Контроль над выполнением задания						
3	Поведение						
4	Постуральный контроль (на лошади)	Голова					
		Плечевой пояс					
		Туловище					
		Таз					
		Ноги					
5	Поза и осанка						

Для оценки вставить нужный шифр в соответствующую графу выше.

Шифры 1. Необходимая помощь	Шифры 2. Контроль над выполнением задания	Шифры 3. Поведение
евп: «езда вдвоём» страховка в полном объёме	нск/0: отсутствие контроля	0 – полностью неадекватное
и: страховка в полном объёме	мск/1: минимальная степень контроля	1 – неадекватное большую часть времени
с: страховка в среднем объёме	уск/2: умеренная степень контроля	2 – большей частью колеблющееся
м: страховка в минимальном объёме	хск/3: хорошая степень контроля	3 – сотрудничество при ободрении
н: независим	оск/4: отличная степень контроля	4 – охотное сотрудничество

Шифр 4. Регуляция положения тела в пространстве (постуральный контроль)

Голова	Плечевой пояс	Туловище	Таз	Ноги
гш: гиперэкстензия (перерастяжение) шеи	ппв: втягивание плечевого пояса	л: лордоз	тн: таз в нейтральном положении	нвв-п: впереди вертикали (правая)
пп: прижатый подбородок	ппр: разгибание плечевого пояса	к: кифоз	тнп: таз наклонен вперёд	нвв-л: впереди вертикали (левая)
гв: голова наклонена вперёд	ппэ: элевация плечевого пояса	с: сколиоз	тнз: таз наклонен назад	нпв-п: позади вертикали (правая)
гп: голова наклонена вправо		лсп: латеральное сгибание вправо	тр: таз развёрнут	нпв-л: позади вертикали (левая)
гл: голова наклонена влево		лсл: латеральное сгибание влево		нв: вертикально
гс: голова по средней линии				

Шифр 5. Поза и осанка

в: по вертикали	пв: впереди вертикали	зв: позади вертикали
-----------------	-----------------------	----------------------

Контроль сенсорно-моторных и перцептуально-моторных навыков обучающегося

Сенсорно-моторные навыки				
	Наименование параметра	Дата проведения		
1	Контроль над одной конечностью			
2	Односторонний контроль			
3	Билатеральный (двусторонний) контроль			
4	Контроль противоположащих сторон			
5	Умение дотянуться, схватить, отпустить			
6	Манипуляции пальцами			
7	Сенсорная оценка			
8	Образ своего тела и различие между частями тела			
9	Статистическое и динамическое равновесие			
10	Моторное планирование			
11	Латеральность (использование рук)			
12	Ощущение направления			
13	Интеграция правой и левой сторон			
Перцептуально-моторные навыки				
1	Глазодвигательный контроль и визуальное отслеживание			
2	Визуальное восприятие и визуальные пространственные представления			
3	Представление о расположении в пространстве и изменение позиции			
4	Пересечение средней линии			
5	Умение различать звуковые сигналы			
6	Тактильное восприятие			
7	Подражание чужим движениям			
8	Манипуляции объектами в пространстве (умение хватать и бросать)			
9	Ориентация в окружающей среде			

Н – неудовлетворительно, У – удовлетворительно, Х – хорошо, О – отлично

Отчет о достижениях обучающегося

Фамилия _____ Заболевание _____ Возраст _____

Начало занятий _____

Нужна помощь ведущего _____ Нужна помощь страхующего _____

Дата составления отчёта _____

Способ (да, нет)	Посадка	Спешивание
С помоста с помощником		
С земли с помощником		
С земли без помощника		
Самостоятельно		
На землю с помощником		
На землю без помощника		



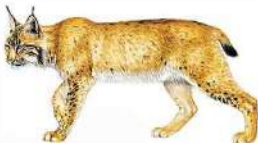





Упражнение	На стоящей лошади	На лошади, идущей шагом
Руки над головой		
Руки в стороны		
Повороты из стороны в сторону		
Дотянуться до ушей лошади		
Дотянуться до хвоста лошади		
Вращение руками назад		
Вращение руками вперёд		
Вращение кистями		
Дотянуться до правого носка левой рукой		
Дотянуться до обоих носков		
Отвести ноги назад		
Покачать ногами		
Наклониться, подняв ступни		
Наклониться, опустив ступни		
Вращение ступнями		
Лечь спиной на круп лошади		

	П	Н	У	Х	О
Равновесие					
Координация					
Выполнение упражнений					
Понимание					
Уверенность					
Внимание					
Расслабление					

Шифр оценок:

П – плохо	Х – хорошо
Н – неудовлетворительно	О – отлично
У – удовлетворительно	

Дидактический материал
Логическое домино

	СОСНА		БАРСУК
	ВОРОБЕЙ		ЛОПУХ
	ГОЛУБЬ		РЫСЬ
	СОРОКА		РОМАШКА
	СНЕГИРЬ		БОБЁР
	РЯБИНА		КАБАН

	ЖУРАВЛЬ		ЧЕРНИКА
	БЕРЁЗА		ЛОСЬ
	КЛЁН		КРАПИВА
	ДУБ		КОСУЛЯ
	ЁЛКА		ПОДО- РОЖНИК
	ГЛУХАРЬ		ПОДСОЛ- НУХ

Карточки разрезаются и используются как домино:



Избранные задания и упражнения, направленные на конкретные цели

1. Части тела

Обучающийся, следуя указаниям педагога, правой или левой рукой касается частей тела («Потрогай свой нос правой рукой» или «Потрогай мой нос своей левой рукой»). Могут быть даны как общие, так и детальные указания («Потрогай свой левый локоть большим пальцем правой руки»).

Цель упражнения: различие между частями тела, моторное планирование, пересечение средней линии.

2. Ничком на лошади

Обучающегося подсаживают на лошадь, но он не закидывает ногу и не садится. Вместо этого он ложится животом вниз на спину лошади, удобно устраиваясь на вальтрапе, укрепленном вольтижировочной подпругой. Лошадь может стоять неподвижно или медленно двигаться. Страховка ребёнка с обеих сторон.

Цель упражнения: размещение своего тела в пространстве.

3. Какой рукой?

Ребёнок тянется к предложенному ему предмету. Педагог наблюдает, какой рукой он пользуется. Педагог также смотрит, как ребёнок гладит лошадь с обеих сторон, и замечает, насколько постоянно всадник использует одну и ту же руку.

Цель упражнения: латеральность при использовании рук, пересечение средней линии.

4. Дотянись двумя руками

Ребёнок тянется за каким-то предметом, пересекая среднюю линию своего тела или тела лошади. Педагог, держа предмет, просит ребёнка взять его, пользуясь обеими руками. Предмет может быть внизу у ноги лошади или у её плеча, рядом с ушами или над крестцом.

Цель упражнения: пересечение средней линии, интеграция правого и левого, визуальное пространственное восприятие.

5. Подражание движениям

Обучающийся наблюдает за движениями педагога и затем их повторяет. Действия педагога могут быть от самых простых до крайне сложных, например, *рука-самолёт* (руки вытянуты в стороны) или руки описывают в воздухе круги (вперёд или назад). Более сложные движения могут быть, например, такими: одна рука трогает голову, в то время как другая рука ложится на пояс.

Цель упражнения: моторное планирование. Визуальное пространственное восприятие, положение тела в пространстве.

6. Упражнение с палкой

Ребёнок держит обеими руками палку в горизонтальном положении. Руки вытянуты вперёд и находятся на ширине плеч. Ребёнок на счёт четыре поднимает палку вверх, так что она оказывается над его головой, затем на счёт четыре её опускает в исходное положение. Важно, чтобы при выполнении упражнения – как

при подъёме, так и при опускании палки – ребёнок сохранял правильную осанку.

Цель упражнения: контроль левой и правой сторон.

7. Перемещение цветных колец

Ребёнок держит в каждой руке по палочке длиной 30-35 см. На одну из них педагог надевает от 3 до 6 легких пластмассовых раскрашенных колец. Ребёнок перемещает кольца по одному на другую палочку, пока все они там не окажутся.

Цель упражнения: интеграция левой и правой сторон, визуальное восприятие пространства.

8. Круг из конусов: игра

Педагог расставляет пластмассовые конусы так, что они образуют большой круг. Лошадь ходит внутри этого круга. Ребёнок кидает в конусы мячики или другие мягкие предметы, пытаясь в них попасть. Подсчитывается количество прямых попаданий. Лошадь идёт шагом или легкой рысью.

Цель упражнения: перемещение объекта в пространстве (умение ловить и бросать), визуальное восприятие пространства, моторное планирование.

9. Вспомни с закрытыми глазами

С помощью липкой ленты педагог прикрепляет к лошади кусочки пластмассы бумаги или ткани различных форм. Ребёнок изучает расположение этих предметов, после чего закрывает глаза. Педагог описывает размер, форму и цвет каждого предмета и из чего он сделан, а ребёнок должен указать, где он находится. Можно предложить ребёнку потрогать предмет, чтобы исправить свою ошибку.

Цель упражнения: визуальное восприятие, тактильное восприятие.