

Семинар №4: "**ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДОВ АБИЛИТАЦИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ В ГЕРОНТОЛОГИИ. ИППОТЕРАПИЯ ИЛИ ИППОВЕНЦИЯ**" в рамках обучающей программы - «Классическая иппотерапия, как основа верховой езды, несущая здоровье всаднику»!

Дата проведения: 27 марта 2023 года (10.00-17.00)

Руководитель курса: Слепченко Юлия Алексеевна, вице-президент Национальной Федерации иппотерапии и адаптивного конного спорта (НФ ИАКС), руководитель Центра развития адаптивной верховой езды «ПолиЭко», коррекционный педагог и логопед, доктор остеопатии.

Почему иппотерапия полезна в пожилом возрасте?

Слышали такое выражение: старый, что малый?

О чём оно? Чем старый человек похож на младенца? Касается или это выражение только когнитивной сферы человека? Давайте ознакомимся с определениями старости, зрелости и детства с точки зрения нейрофизиологии развития организма человека.

Старость - это патологическая активность примитивных рефлексов, которые вмешиваются в механизмы регуляции центральной нервной системы. А когда в организме человека возникают два управляющих механизма, то наступает сбой воспринимающих и эффекторных структур.

Зрелость –это интеграция безусловных рефлексов в сложно-координированные движения, адекватная оптимальная реакция на стимул нервной, гуморально-гормональной и канально-меридианной систем.

Детство- поэтапное развитие и угасание примитивных безусловных рефлексов до завершения развития нервной системы. (Васильева Л.Ф., Крашенинников В.Л.)

Когда рождается младенец , то его движения –это примитивные безусловные рефлексy, центры регуляции этих движений находятся в спинном мозге, продолговатом и среднем мозге, ядрах черепно-мозговых нервов. К году жизни регуляцию движений берет на себя кора головного мозга, при этом в норме примитивные рефлексy не исчезают, а тормозятся соответствующими отделами коры и интегрируются в двигательные акты, в сложно-координаторные движения. Так у человека появляется локомоция, способность ползать , ходить и бегать, и уже на основе этих движений развиваются более сложные произвольные и автоматизированные движения. Этап закрепления управляющей роли коры в норме продолжается до 8-летнего возраста. Затем наступает период зрелости соматической нервной системы, отвечающей за все возможные сложные движения в теле. Если по каким –то причинам кора головного мозга теряет контроль над нижележащими структурами головного и спинного мозга, то начинают проявляться примитивные рефлексy, ухудшаются моторные функции организма, происходят сбои в работе внутренних органов, нарушается гуморальная и гормональная системы. Это мы и начинаем наблюдать у людей в пожилом возрасте. Как этого не допустить? Как сохранить работу коры головного мозга?

И тут иппотерапия становится наилучшим методом восстановления тех функций мозга, которые лежат в основе локомоции. Во время верховой езды тело всадника двигается так, как будто человек пассивно идет сам, при этом движение в тазу даже более

активное, чем при ходьбе. Известно, что быстрее всего в теле начинают окостеневать крестцово-подвздошные суставы (КПС), уже в 27 лет женщина считается старородящей, и одним из факторов «старости» является сниженная подвижность в КПС. Но поработать с КПС можно и не только на лошади, есть много упражнений на полу в ЛФК, пилатосе, йоге, гимнастике цигун. А вот восстановить работу мозга, функционирование соматической и вегетативной нервных систем – задача более сложная. И лучше чем лошадь с правильной биомеханикой шага здесь никто не справится. Двигательные импульсы, исходящие от шагающей лошади, вводят тело в пассивное движение в гетеролатеральном паттерне. Рефлекс гетеролатерального коленно-локтевого ползания – это самый последний рефлекс из 26 примитивных рефлексов, который подготавливает тело к актам локомоции, которая является генетической программой движений, а следовательно, если улучшится локомоция, то улучшатся и все произвольные и автоматические движения человека. Если активизируются локомоторные корковые программы, то те безусловные примитивные рефлекс, которые активизировались, опять начинают угасать, следовательно вегетативная нервная система опять приходит в равновесие, а вместе с этим улучшается самочувствие человека.

Казалось бы, при чем тут лошадь? Ведь можно позаниматься скандинавской ходьбой и улучшить локомоцию. Да, действительно, скандинавская ходьба очень полезна, ведь она возвращает человека, вернее его мозг, практически к ходьбе на четырех конечностях, к схеме движения млекопитающих, которая, собственно и действует на уровне нейронных связей человека. Но с возрастом сам процесс ходьбы нарушается, имеется асимметрия из-за проблем в суставах таза, конечностей, мышцах и связках. А на лошади с безупречной биомеханикой тело человека помещается в идеальные условия пассивного прямохождения на уровне передачи восходящих нервных импульсов, поступающих в головной мозг. При этом снижается нагрузка собственного веса и гравитации на все суставы нижних конечностей, на позвонки и позвоночные диски, а кровоснабжение всех этих зон улучшается.

Огромным бонусом станет улучшение координации и равновесия, ведь верховая езда основывается на поддержании равновесия в движении. А как известно, одно из неврологических нарушений в возрасте – это ухудшение вестибулярного аппарата.

Но всегда встает вопрос, кому можно заниматься иппотерапией, а кому нельзя? Какие противопоказания? О каких особенностях организма пожилого человека должен знать инструктор по верховой езде?

Что делать если у человека остеохондроз, диабет, гипертоническая болезнь сердца, были инсульты, инфаркты?

Можно ли работать, и если да, то как? В чем основной акцент?

Мы разберем основной принцип работы в иппотерапии с пожилыми людьми, и опираться он будет именно на улучшение работы всей ЦНС, особенно вегетативной, чтобы снизить риски вегетативных реакций организма, таких как тахикардия или брадикардия, повышение или понижение давления, головокружение и головная боль и др.

Мы научимся тестировать основные примитивные рефлекс, которые мешают нам жить. Это рефлекс Моро, который провоцирует на необдуманные поступки, излишнюю

агрессию, стартл рефлекс (РППС), который делает нас «тормозами» по жизни. Рефлекс гомолатерального ползания – нарушает походку. Рефлекс сегментарного переворачивания не дает ночью спать. Хватательный рефлекс и рефлекс Робинзона мешает заниматься рукоделием. Сосательный и поисковый рефлекс провоцируют анорексию, булимию и курение. Применение классической иппотерапии в сочетании с определенными дыхательными упражнениями позволяет избавиться от этих рефлексов.

А если нашему пожилому клиенту нельзя садиться верхом? Например, остеопороз, при котором случайное падение, от которого никто не застрахован, грозит переломами в 100 процентах случаев.

У нас есть ипповенция! Методов с использованием лошади без применения посадки огромное количество. Их используют педагоги, психологи, психотерапевты и коучи. Мы разберем те методы, которые можно использовать в нашей работе всем, кто не является профессиональным психологом или психотерапевтом. Лошадь выступает в роли адвентора, животного, которое дарит радость клиенту. При этом у клиента нет поставленного психологического запроса.

На семинаре мы сравним видео материалы, на которых показано влияние езды на лошади и влияние общения с лошастью снизу, и продиагностировано психоэмоциональное состояние человека до и после разных занятий с помощью специальных мануально-мышечных тестов.

Численность группы ограничена – 15 человек.

Участие очное 5500 руб. Для дистанта можем предложить запись семинаров 3500 руб. Вопросы через чат.

Место проведения: Академия менеджмента и агробизнеса

Адрес: Санкт-Петербург, Шушары, ул. Пушкинская, 12

Запись и дополнительная информация:

Кураторы:

<https://vk.com/id2784534>

<https://vk.com/nastia.kr96>

e-mail: konikurs@mail.ru