

Научно-исследовательская работа

Окружающий мир

ИШПОТЕРАПИЯ – ЛУЧШЕЕ ЛЕКАРСТВО

Выполнила:

Чиркова Александра Сергеевна

учащаяся 3 класса

МБОУ школа №7, Россия, г. Дзержинск

Руководитель:

Константинова Виктория Владимировна

Учитель начальных классов,

высшей категории

МБОУ школа №7, Россия, г. Дзержинск

ВВЕДЕНИЕ

Моя работа посвящена лошадям и их необыкновенным качествам, благодаря которым эти благородные животные могут лечить и даже исцелять людей.

Красота и стать лошади восхищает меня с тех самых пор, когда я впервые ее увидела. В 3 года папа посадил меня на коня. Это одно из самых ярких воспоминаний раннего детства, которое мне уже не забыть.

Однажды я услышала слово «иппотерапия», а что оно обозначает я не знала. «Иппо» - это лошадь, «терапия» - лечение. Какие удивительные качества есть у лошадей? Как занятия верховой ездой влияют на организм? Все эти вопросы вызвали мой интерес и определили тему моего исследования.

Объект исследования – иппотерапия как лучшее лекарство для человека.

Цель исследования – изучение влияния лошади на человеческий организм.

Задачи исследования:

- изучить историю происхождения лошади;
- определить какие бывают породы и масти лошадей;
- выяснить какие удивительные качества присуще лошади;
- узнать, что такое *иппотерапия* и какое влияние она оказывает на здоровье человека.

Методы исследования:

- сбор данных и теоретический анализ информации из различных источников;
- пробное личное занятие иппотерапией в конном клубе «Город спорта», г. Дзержинск;
- анкетирование;
- обобщение знаний.

В ходе исследования мы должны подтвердить или опровергнуть гипотезу: иппотерапия оказывает позитивное влияние на здоровье человека и является безвредным методом лечения различных заболеваний.

Свое исследование я начала с анкетирования учеников 3-4 классов нашей школы. Анализ анкет дал интересный результат:

1. 58% опрошенных не знают, что такое иппотерапия;
2. при этом большая часть ребят осведомлены, что занятия с лошадью помогают не только укрепить мышцы опорно-двигательного аппарата и улучшить осанку, а также способствуют улучшению памяти и внимания;
3. назвать масть лошади не сумел ни один из отвечающих, но все хотят прокатиться на лошади.

Это анкетирование еще раз подтвердило актуальность выбранной мной темы.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. История происхождения лошади

1.1. Эволюция лошади

Век за веком с человеком

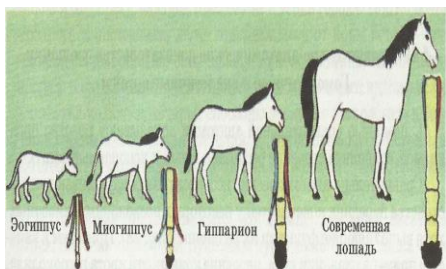
То в узде, то без подпруг,

То в упряжке, то на пашне,

Человеку лошадь – друг.

Л.Радул

Союз человека и лошади был и остается одним из самых главных из всех союзов, заключенных с животными. Посмотрите на лошадь! Ее вогнутая спина за холкой специально создана для седла, ее удлиненная морда и плечи – для хомута, и только у нее во рту возможны удила. Ноги - для быстрого бега, а ее неутомимость в работе выше, чем у такого силача, как слон.



Оказывается, предок современной лошади был ростом с кошку. Пятьдесят миллионов лет назад и планета наша выглядела по-другому. Суша имела иные очертания, а климат был теплый и влажный. Везде росли тропические болотистые леса. По этим лесам и бродило маленькое неуклюжее существо – эогиппус.

По этим лесам и бродило маленькое неуклюжее существо – эогиппус.

Размеры этого животного были не больше 35 см, а вес до 5,5 кг. Был горбат, полосат и имел на передних ногах по три пальца, а на задних – по четыре.

Менялся климат, а вместе с ним и животный мир. Чтобы выжить в суровом мире – нужно было тренироваться в беге, то есть приспособливаться к изменившейся окружающей среде. Долго тянулось это приспособление, миновало несколько стадий развития, прежде чем появился грациозный гиппарион. Ноги у него были трехпалые, но бегал он на одном пальце. Прошли миллионы лет и гиппарионы вымерли.



Считается, что один из предков современной лошади – тарпан. Тарпан – дикая лошадь. Она почти повсеместно водилась в Европе, последние табуны тарпанов еще в середине XIX века паслись в степях России. Европейский тарпан был распространен до Урала, а за Уралом жил его ближайший родственник – джунгарский тарпан, или, как его называют, лошадь Пржевальского.

1.2. Масти и породы лошадей

При описании лошади всегда называют почти всегда сначала масть, а затем и другие отличительные черты, если таковые имеются (отметины на голове и ногах, окрас гривы, хвоста и копыт). Масть лошади определяется сочетанием многочисленных генов, от которых зависят разнообразные типы пигментации.



Породы лошадей очень разнообразны и многочисленны: арабская, фризская, ирландский пони, орловский рысак, английская чистокровная и многие другие.

Путем выведения новых пород пытался получить качества, нужные ему. У одних пород это были размер и сила (некоторые кони тяжеловесы могут везти груз до 25 тонн!), у других – скорость (английские чистокровные

скакуны, выведенные в Англии специально для участия в скачках, достигают скорости до 63 км/ч!).

Порода – категория лошадей, на которую есть племенная книга с



родословной. В племенные книги вносятся родители с наиболее подходящими, по мнению коневодов, характеристиками.



Породы и виды лошадей и пони выводились обычно в пределах сравнительно небольших географических районов, и характеристики животных приспособлялись к определенным потребностям местного населения.

2. Особенности лошадей

Лошадь имеет удивительную память на места и предметы. С лошадью невозможно заблудиться, она всегда привезет к дому.

Наиболее чуткие у лошади губы и копыта. Поэтому говоря, что кони «видят» дорогу ногами.

Лошадь очень выносливое и трудолюбивое животное. Проработав двадцать часов в сутки, лошадь только немного поспит, и даже стоя, и снова может приняться за работу.

Лошадь нетрудно прокормить - два килограмма овса в день – и она сыта. А в трудные военные годы лошади и вовсе обходились соломенной сечкой, чуть присыпанной мукой. Они везли, пахали, бороновали, собирали урожай для пользы фронта.

У лошадей великолепный слух. Поэтому кони так пугливы – они просто ощущают опасность. Лошади улавливают малейшие шорохи, хорошо различают звук шагов хозяина и узнает его еще до его появления в дверях конюшни.

Раньше если бы крестьянину предложили выбрать из двух несчастий: дом сгорит или лошадь падет, он, не сомневаясь, выбрал бы пожар. Потеря лошади-

кормилицы была для простого мужика любой страны хуже собственной смерти. Поэтому с такой жестокостью повсюду и всегда казнили конокрадов.

3. Лошадь и медицина

3.1 Лошадь-донор

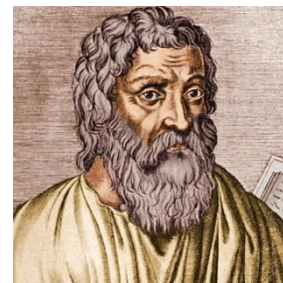
Сейчас в XXI веке лошадей заменили машины, но пользу лошади человек не забыл. Конь спасает человека и сейчас.

Есть в нашей стране Институт вакцин и сывороток. Там в специальных конюшнях стоят кони-доноры. Это самые лучшие, здоровые во всех отношениях животные. Врачи вводят им в кровь возбудителей таких страшных болезней, как столбняк, гангрена, дифтерия, ботулизм (консервный яд) и многих других. И когда в крови коней вырабатываются защитные антитела, иммунитет против этих болезней, у них берут кровь для приготовления сыворотки. Одна лошадь дает за свою жизнь 16-20 тысяч доз сыворотки.

В России туберкулез, дистрофию и другие болезни издавна лечили кумысом. Это напиток, изготавливаемый из конского молока, - целебный препарат, созданный природой. Лев Толстой в молодости заболел чахоткой. Но он поехал в Казахстан, жил возле табуна кобылиц, пил кумыс, и вернулся домой здоровым.

3.2. Иппотерапия

Иппотерапия (от греческого слова *hippo* – лошадь) – это «лечение с помощью лошади». Воздействие на организм больного оказывают тренировки езды на лошади и «биополе» лошади.



С давних времен люди, наблюдая целебное воздействие верховой езды на организм человека, полагали, что лошадь «забирает плохую энергию» у человека и дает хорошую.

Первые упоминания об оздоравливающем эффекте верховой езды содержатся в трудах древнегреческого врача Гиппократа (IV в. до н.э.). Он

рассматривал верховую езду как часть гимнастики, которая помогает организму быстрее восстанавливаться после болезни.

О благоприятном воздействии верховой езды на больных и раненых свидетельствуют записи в трудах, как античных медиков, так и врачей в средние века и в более поздние времена. Но настоящий интерес к этому феномену стал проявляться лишь в середине XX века, почти одновременно во многих странах мира.



Точкой отсчёта начала истории развития иппотерапии или лечебной верховой езды, следует считать 1952 год. Год XV Олимпийских игр в Хельсинки.

Именно там произошло событие, потрясшее весь конный мир: второе место было завоёвано датчанкой Лиз Хартелл на Джубили. Все бы ничего, кроме одного: в то время Лиз уже была тяжело больна полиомиелитом.



Но каким образом человек, прикованный к инвалидной коляске смог показать такой высокий результат?

Оказывается, 9 лет Лиз занималась верховой ездой под руководством норвежского врача Элизабет Бодикер.

В 1953 году в Норвегии был создан первый в мире специальный Центр лечебной верховой езды (иппотерапии) для детей-инвалидов. Затем Центры по иппотерапии стали открываться во многих странах мира, в том числе и в России.

Лечебная верховая езда предназначена для детей и взрослых, нуждающихся в физической, психосоциальной и личностной реабилитации и адаптации. Вот только некоторые из заболеваний, по которым проводится реабилитация посредством верховой езды:

1. нарушения опорно-двигательного аппарата, возникших в результате поражения центральной нервной системы (в частности, детском

церебральном параличе), полиомиелита, в результате травм, а также нарушения осанки (сколиозах 1 - 2 степени, кифозах);

2. остеохондрозы, радикулиты;
3. нарушения психо-эмоциональной сферы;
4. нарушения умственного развития различной этимологии (задержка психического развития, олигофрения, синдром Дауна и др.);
5. психические заболевания (шизофрения, аутизм, поведенческие расстройства и др.);
6. сердечно-сосудистые заболевания;
7. комплексные нарушения развития и др. заболевания.

Общение с лошастью и верховая езда позволяет снять стресс и минимизировать его последствия, дает нагрузку на все мышцы тела и поддерживает всадника в хорошей форме.

Иппотерапия способствует развитию памяти, внимания, мышления. Необходимость постоянной концентрации внимания при верховой езде, сосредоточенности, максимально возможной собранности и самоорганизации, потребность запоминать и планировать последовательность действий активизирует психические процессы.

Еще одна из возможностей, предоставляемых иппотерапией - это возможность практиковаться в социальном взаимодействии. Контакт с лошастью используются для социализации, адаптации, особенно замкнутых, стеснительных и аутичных детей.

4. Занятия иппотерапией в конном клубе «Территория спорта»



Конноспортивный комплекс «Территория спорта» - это необычное место. Здесь проводятся занятия по адаптивной верховой езде для детей с различными заболеваниями.

Для того, чтобы понять, насколько полезны

занятия иппотерапией, я посетила несколько занятий в конном клубе в городе Дзержинске (Желнинское шоссе, д. 4).

4.1. Лошадь Ванилька

Мои занятия проходили с лошастью по кличке Ванилька. Ванилька – лошадь серой масти в яблоках. Она специально подготовлена для иппотерапии: спокойная, небоязливая, послушная и доверчива. Возраст лошади 6 лет. Она невысокого роста, очень умная и добрая, является любимицей многих воспитанников конюшни.

Сведения о Ванильке я свела в таблицу.

Таблица 1.

Признаки состояния здоровья лошади	
Шерсть	Блестящая шерсть без потертостей и залысин.
Упитанность	У лошади хороший аппетит. Если лошадь ест неохотно, у нее угнетенный вид, значит, она плохо себя чувствует.
Характер	Добрый, спокойный.
Походка	Лошадь не хромает, шаг равномерный.
Ухоженность	Лошадь чисто вычищена, без резкого, неприятного запаха. Хвост расчесанный, красивый и чистый.
Интерес к окружающему миру.	Ванильке все интересно.

Вывод: лошадь Ванилька здорова, что является одним из условий для иппотерапии.

4.2. Условия содержания лошади

Рассмотрим, в каких **условиях** содержится и как работает иппотерапевтическая лошадь:

Стойла чистые. В них достаточно места для движения, иначе любая лошадь станет раздражительной, если ее долго содержать в тесноте.

Лошадь, используемая в занятиях по иппотерапии, занимается в день не более 4 часов с перерывом - 2 часа, перерыв, 2 часа работы, отдых, выгул.

Не допускается проведение лечебной верховой езды, без предварительной подготовки лошади к занятиям, если она стояла в течение двух-трех дней.

Перед началом занятий проводится урок по соблюдению техники безопасности. Меня попросили одеть каску, иначе несоблюдение ставит под угрозу мое здоровье и безопасность. Занятия проводились в удаленном от городского шума месте, манеж был огражден, с мягким грунтом, чистый. Индивидуальное занятие для меня проводила Наталья Валерьевна Белка.



4.3. Иппотерапевтическое занятие

Иппотерапевтическое занятие разбито на части, где есть разминка, основная часть, игры и завершающая часть. Ванильку вел инструктор, а я выполняла упражнения, сидя верхом на лошади.

Различают три основных типа аллюров (тип движения) лошадей. Это шаг – скорость до 7 км/ч, рысь – до 16 км/ч и галоп – до 60 км/ч. Поскольку это было мое первое занятие, лошадь двигалась только шагом и рысью. Движение



галопом требует долгих тренировок, такой тип движения мы не практиковали.

Мне очень понравилось ехать на лошади верхом. Ванилька - очень чуткая и добрая лошадь, она послушно выполняла все команды инструктора и у нас с ней сложились доверительные отношения – я не боялась, что она сбросит меня или будет капризничать при натяжении поводьев. После занятия я ощутила прилив сил, мы вместе с инструктором

покормили Ванильку и она благодарно кивнула мне головой. Я обязательно повторю этот ценный опыт и расширю свои умения управлять лошадью в будущем.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе своего исследования я изучала влияние лошади на человеческий организм.

Для этого изучила историю происхождения лошади. Первые предки лошади появились 50 млн. лет назад и в процессе эволюции из 35-сантиметрового эогиппуса превратились в статного грациозного гиппариона – предка современной лошади.

Научилась определять по таблице породы и масти лошадей.

Выяснила, какие удивительные качества присущи лошади. Лошади трудолюбивы, имеют тонкое обоняние и слух. Они до сих пор помогают человеку. Даже лечат его.

В ходе исследования узнала, что такое *иппотерапия* и какое влияние она оказывает на здоровье человека. Оказывается, занятия иппотерапией восстанавливают организм человека физически и психически. На себе я испробовала несколько таких занятий и почувствовала нагрузку на мышцы всего опорно-двигательного аппарата, а также рада была пообщаться с лошадью, сидя на ней верхом, и покормить ее.

Список литературы

1. Акимушкин И.И. На коне через века /Акимушкин И. И. – М.: Издательство Детская литература, 1981.
2. Алмазов Б. Прощайте и здравствуйте, кони! Алмазов Б. – С-Петербург: Детская литература, 1978.
3. Лошади // Познавательный журнал – М.: Аргументы и факты, 2002.
4. Травина И.В. Лошади / Травина И. В. – М.: «РОСМЭН- ПРЕСС», 2013.

Интернет-источник

<https://happy-horses.ru/ippoterapiya-loshadi-lechat-lyudej/>