

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ИППОТЕРАПИИ В
КОМПЛЕКСНЫХ ПРОГРАММАХ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С
ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ (ДЦП)**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРА

Студентки 4 курса 408 группы

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Факультет физической культуры и спорта

Лылиной Анны Анатольевны

Научный руководитель

Доцент к.м.н., доцент

подпись, дата

Н.М. Царева

Зав. кафедрой

к.м.н., доцент

подпись, дата

Т.А. Беспалова

Саратов 2025

Введение

Актуальность. Детский церебральный паралич (ДЦП) объединяет группу непрогрессирующих неврологических расстройств, возникающих из-за недоразвития или повреждения мозга в раннем онтогенезе. [1] Это сложное нарушение центральной нервной системы, ограничивающее физическую и социальную активность детей. Примерно в 57% случаев ДЦП является врожденным. Заболевание распространено по всему миру, затрагивая около 17 миллионов детей. [16]

Традиционные методы лечения (ЛФК, физиотерапия, массаж) и реабилитации не всегда дают удовлетворительные результаты, что делает поиск новых методов актуальным. Иппотерапия, основанная на лечебной верховой езде, привлекает внимание как эффективный метод реабилитации. Она сочетает физическую активность, эмоциональную поддержку и сенсорное восприятие, способствуя всестороннему развитию ребенка. Иппотерапия оказывает уникальное ритмическое и упорядоченное моторное и сенсорное воздействие через контакт с лошадью, что приводит к значительному улучшению физического состояния, мотивации и социальной адаптации детей с ДЦП.

Объект исследования: процесс физической реабилитации детей с диагнозом детский церебральный паралич с использованием иппотерапии в комплексе реабилитационных мероприятий.

Предмет исследования: эффективность применения иппотерапии как составной части реабилитационной программы для детей с ДЦП.

Цель исследования: анализ целесообразности комплексного влияния иппотерапии в комбинации с ЛФК, классическим массажем, физиотерапией на развитие и улучшение двигательных навыков и биомеханических показателей у детей с ДЦП в возрасте 10-11 лет (11 лет, 11 месяцев, 29 дней)

Задачи исследования:

1. Провести анализ современной литературы, посвященной использованию иппотерапии в реабилитации детей с ДЦП.

2. Изучить влияние иппотерапии на развитие двигательных навыков у детей с ДЦП и разработать, а затем внедрить методику занятий иппотерапией, адаптированную к потребностям детей с двигательными и координационными нарушениями.
3. Провести сравнительный анализ динамики физических показателей у контрольной и экспериментальной групп.

Гипотеза исследования: применение иппотерапии в сочетании с традиционными методами ЛФК и физиотерапии позволяет добиться более выраженного улучшения двигательных функций, координации и мышечного тонуса у детей с ДЦП по сравнению с изолированным использованием стандартной программы ЛФК.

Методология исследования: в исследовании участвовало 12 детей с диагнозом ДЦП (6 мальчиков и 6 девочек) в возрасте 10-11 лет (11 лет, 11 месяцев, 29 дней). В работе применялись методы анализа научной литературы, педагогического наблюдения, экспериментального тестирования физических показателей и математико-статистического анализа. Дети были разделены на две группы: контрольная группа проходила ЛФК, массаж, физиотерапию, а экспериментальная группа вместо массажа проходила курс иппотерапии.

Практическая значимость исследования: результаты исследования позволяют обосновать целесообразность применения иппотерапии в комплексных программах реабилитации детей с ДЦП. Разработанная методика может быть внедрена в деятельность специализированных реабилитационных центров, что способствует повышению качества жизни детей с двигательными нарушениями, их социальной интеграции и общей физической активности.

Структура и объем выпускной квалификационной работы бакалавра. Работа состоит из введения, трех глав, заключения и списка литературы, включающего 37 источников. Текст работы изложен на 58 страницах, содержит 2 таблицы и 5 рисунков.

Традиционные методы лечения (ЛФК, физиотерапия, массаж) в реабилитации не всегда дают удовлетворительные результаты, что делает поиск новых методов актуальным в настоящее время. Иппотерапия, основанная на лечебной верховой езде, привлекает внимание как эффективный метод восстановления утраченных функций. Она сочетает физическую активность, эмоциональную поддержку и сенсорное восприятие, способствуя всестороннему развитию ребенка. Иппотерапия оказывает уникальное ритмическое и упорядоченное моторное и сенсорное воздействие через контакт с лошадью, что приводит к значительному улучшению физического состояния, мотивации и социальной адаптации детей с ДЦП.

Организация исследования

Исследование проводилось в три этапа, охватывая период с сентября 2024 года по март 2025 года.

Первый этап (подготовительный, сентябрь 2024 года): На данном этапе был проведён тщательный анализ научной литературы, посвящённой методам реабилитации детей с ДЦП, и определены особенности применения иппотерапии в сочетании с ЛФК и физиотерапией. Разработана программа занятий для экспериментальной группы, включающая специфические упражнения на лошадях, направленные на улучшение координации, укрепление мышечного тонуса и коррекцию двигательных нарушений.

Также была подготовлена методика проведения контрольных испытаний, позволяющая объективно оценить реабилитационный эффект. В сентябре 2024 года проводилось тестирование детей обеих групп для фиксации их исходных физических показателей (сила хвата, подъём туловища, приседания, подъём прямых ног, подъём корпуса). На основании результатов дети были распределены на две группы (контрольную и экспериментальную) с примерно одинаковым уровнем двигательных нарушений.

Второй этап (основной, с октября 2024 года по февраль 2025 года):

На данном этапе проводились занятия в соответствии с разработанными программами.

Контрольная группа (6 человек) проходила реабилитацию, включающая ЛФК, массаж и физиотерапию, три раза в неделю в детском центре медицинской реабилитации "Ларчик".

Экспериментальная группа (6 человек) выполняла занятия по комбинированной методике: два раза в неделю — ЛФК и физиотерапию, два раза в неделю — иппотерапия и джигитовка в центре "Победный Аллюр". Упражнения на иппотерапии включали задания на укрепление мышц спины, развитие равновесия и улучшение координации движений. Все занятия проводились под наблюдением специалистов с учётом индивидуальных возможностей и состояния детей. Педагогическое наблюдение велось в обеих группах, фиксировались динамика и реакции детей на предложенные нагрузки.

Третий этап (заключительный, март 2025 года):

На заключительном этапе проводилось итоговое тестирование обеих групп, включающее те же контрольные испытания, что и на подготовительном этапе. Сравнение полученных данных с исходными показателями позволило выявить изменения в физическом состоянии детей. Результаты были обработаны с использованием методов математико-статистического анализа, включая расчёт среднего арифметического значения, стандартного отклонения и применение t-критерия Стьюдента.

Анализ данных позволил оценить эффективность комплекса иппотерапии, ЛФК и физиотерапии в сравнении с ЛФК, классическим массажем и физиотерапией. Итоги исследования легли в основу выводов о реабилитационном потенциале иппотерапии для детей с ДЦП

Подходы, использованные при разработке методики упражнений в экспериментальной группе:

1. Индивидуально-ориентированный подход

При разработке методики учитывались особенности каждого ребенка, участвующего в эксперименте, включая степень двигательных нарушений, возраст, физическую выносливость и психологическое состояние. Такой подход позволил адаптировать упражнения и подобрать их сложность так, чтобы они соответствовали индивидуальным возможностям участников. Это минимизировало риск травм и обеспечивало оптимальное развитие моторных навыков.

2. Комплексный подход

Методика включала упражнения, направленные на развитие нескольких групп мышц, координацию движений, равновесие, дыхательные функции и общее укрепление организма. Это обеспечивало всестороннее влияние на физическое развитие ребенка. Например, сочетание упражнений на укрепление мышц спины, коррекцию осанки и улучшение координации позволило достичь более гармоничных результатов.

3. Игровой подход

Все упражнения подавались в игровой форме, что способствовало повышению мотивации детей, улучшению их эмоционального состояния и активному участию в занятиях. Использование подвижных игр, например, таких как «Поймай мяч» или «Попади в цель», помогало закрепить навыки, полученные в ходе выполнения основных упражнений. Игровая форма была особенно полезной для поддержания внимания детей с двигательными нарушениями.

4. Биомеханический подход

Особое внимание уделялось правильности выполнения упражнений с точки зрения биомеханики. Движения тщательно подбирались таким образом, чтобы улучшить осанку, снизить нагрузку на слабые участки опорно-двигательного аппарата и активизировать работу мышц, которые у детей с двигательными нарушениями часто недоразвиты или малоактивны.

5. Этапность и постепенность нагрузки

Методика строилась на принципе постепенного увеличения нагрузки. На начальном этапе использовались более простые упражнения, чтобы дети могли освоить базовые движения и адаптироваться к занятиям на лошади. С течением времени сложность упражнений увеличивалась, что позволяло стимулировать прогресс и достигать новых результатов.

6. Интеграция иппотерапии и общеразвивающих упражнений

Особенностью методики было включение в занятия упражнений как на лошади, так и на земле. Это позволило проработать разные группы мышц и развивать двигательные навыки в различных условиях. Например, сидя на лошади, дети выполняли наклоны, повороты и упражнения на равновесие, а на земле — упражнения с гимнастическими предметами.

7. Коррекционный подход

Программа была направлена не только на укрепление физического состояния детей, но и на коррекцию существующих двигательных нарушений. Упражнения разрабатывались с учетом рекомендаций специалистов (реабилитологов и инструкторов ЛФК) и направлялись на устранение конкретных проблем, таких как гипотония мышц или нарушение координации.

Использование описанных подходов позволило построить методику, которая оказалась эффективной для детей с двигательными нарушениями. Индивидуальная настройка упражнений обеспечивала их безопасность и соответствие физическим возможностям участников, а комплексный характер занятий способствовал общему укреплению организма. Игровая форма не только поддерживала интерес детей к занятиям, но и способствовала развитию социальных навыков, таких как взаимодействие и сотрудничество с другими участниками. Подход с учетом биомеханики и коррекционных задач помогал целенаправленно решать проблемы, связанные с двигательными нарушениями, что делало методику универсальной и доступной для широкой категории детей с аналогичными нарушениями.

В ходе проведенного педагогического эксперимента было проведено тестирование двигательных навыков детей с использованием следующих контрольных упражнений: измерение силы хвата с помощью динамометра, подъем туловища из положения лежа на спине, приседания без веса, подъем прямых ног в положении лежа на спине, а также подъем корпуса из положения лежа на животе. Эти тесты позволили комплексно оценить развитие различных групп мышц и физической подготовки детей.

Наиболее значительные результаты были достигнуты в тесте «Приседания без веса» у участников экспериментальной группы. Прирост составил 65,1%, что стало возможным благодаря использованию разработанной методики, включающей элементы иппотерапии и адаптированных упражнений лечебной физкультуры. В дополнение, тест «Подъем туловища из положения лежа на спине» также показал высокий прирост, подчеркивая эффективность методики в развитии мышечного корсета.

Участники экспериментальной группы продемонстрировали более значительное улучшение результатов по всем тестам по сравнению с контрольной группой. Это объясняется применением более разнообразного и целенаправленного комплекса упражнений, который включал занятия на иппотерапии, укреплявшие глубокие мышцы тела и развивавшие координацию.

Результаты эксперимента подтвердили его успешность: были выполнены все поставленные задачи и достигнуты заявленные цели. Эксперимент показал, что интеграция иппотерапии с адаптированной методикой ЛФК является высокоэффективным подходом для улучшения двигательных навыков и физического состояния детей с ДЦП.

Заключение

Проведённый теоретический анализ современной научной литературы и эмпирических данных позволил выявить, что иппотерапия занимает важное место среди нетрадиционных методов реабилитации детей с ДЦП. Изученные

источники подчёркивают, что данный метод оказывает положительное воздействие на улучшение координации движений, укрепление мышечного корсета и повышение способности к удержанию равновесия. Тем не менее, иппотерапия всё ещё требует более широкого внедрения и дальнейшего научного обоснования для её эффективного использования в практике.

В ходе исследования был обоснован комплексный подход, включающий иппотерапию, ЛФК и физиотерапию, как наиболее эффективную стратегию реабилитации детей с ДЦП. Доказано, что использование иппотерапии в сочетании с другими методами приводит к более значительным улучшениям в состоянии детей по сравнению с применением традиционных методов, таких как массаж, ЛФК и физиотерапия.

Практическая значимость исследования заключается в том, что его результаты могут быть использованы для совершенствования программ реабилитации в специализированных медицинских и образовательных учреждениях. Внедрение иппотерапии в реабилитационные программы позволяет повысить их эффективность и улучшить качество жизни детей с ДЦП.

Таким образом, была достигнута цель, заключающаяся в комплексной оценке эффективности иппотерапии, как дополнительного инновационного метода реабилитации детей с диагнозом ДЦП. На основании полученных данных были сделаны следующие выводы, которые подтверждают научную и практическую значимость проведённой работы:

1. В ходе исследования было проведено всестороннее изучение и анализ 37 литературных источников, которые включают научные статьи, монографии и методические материалы, посвященные вопросам иппотерапии и реабилитации детей с ДЦП. Это позволило глубже понять теоретические основы и практическую значимость применения иппотерапии в комплексной программе реабилитации, а также оценить влияние различных методов физической терапии и социальной адаптации.

2. Разработанная и адаптированная для экспериментальной группы методика занятий иппотерапией, включающая комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение баланса и коррекцию двигательных нарушений, подтвердила свою эффективность. Занятия проходили с учётом индивидуальных особенностей детей, что способствовало их успешной адаптации к тренировочному процессу.

3. В экспериментальной группе прирост следующих показателей составил:

- Сила хвата: в экспериментальной группе-58,5%; в контрольной группе-26,2%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Подъём туловища из положения лежа на спине: в экспериментальной группе-50,5%; в контрольной группе-20,4%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Приседания без веса: в экспериментальной группе-65,1%; в контрольной группе-25,9%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Подъём прямых ног в положении лежа на спине: в экспериментальной группе-60,3%; в контрольной группе-37,3%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Подъём корпуса из положения лежа на животе: в экспериментальной группе-58,8%; в контрольной группе-20,3%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$).

4. Сравнительный анализ динамики физических показателей контрольной и экспериментальной групп выявил значительное преимущество экспериментальной программы, включающей иппотерапию, по сравнению с традиционной программой реабилитации, основанной на ЛФК, массаже и физиотерапии. В экспериментальной группе отмечено более выраженное улучшение физических характеристик, таких как сила

хвата, подъём корпуса, координационные способности и общая двигательная активность.

В частности, в экспериментальной группе прирост следующих показателей составил:

- Сила хвата: в экспериментальной группе-58,5%; в контрольной группе-26,2%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Подъём туловища из положения лежа на спине: в экспериментальной группе-50,5%; в контрольной группе-20,4%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Приседания без веса: в экспериментальной группе-65,1%; в контрольной группе-25,9%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Подъём прямых ног в положении лежа на спине: в экспериментальной группе-60,3%; в контрольной группе-37,3%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$);
- Подъём корпуса из положения лежа на животе: в экспериментальной группе-58,8%; в контрольной группе-20,3%, что показало достоверно значимое различие ($p>0,05$).

Итак, проведённое исследование подтвердило, что иппотерапия является перспективным и эффективным методом реабилитации, который при комплексном подходе может значительно улучшить физическое и психоэмоциональное состояние детей с ДЦП. Полученные данные вносят вклад в развитие реабилитационной педагогики и медицинской практики, а также открывают возможности для дальнейших научных изысканий в данной области.