

применение данных комплексов обеспечивает эффективную профилактику и коррекцию нарушений осанки у студентов (Н. А. Цеева, 2020) [5].

**Выводы.** Ежедневная двигательная активность играет ключевую роль в профилактике нарушений осанки у студентов. Анализ литературы показывает, что недостаток активности и малоподвижный образ жизни способствуют формированию неправильных поз и ухудшению состояния опорно-двигательного аппарата. Регулярные физические упражнения, систематическая физическая культура и формирование навыков правильной осанки имеют положительное влияние на здоровье студентов и могут значительно снизить риск развития функциональных нарушений позвоночника.

#### **Список литературы**

1. Арбузов, В. Д. Двигательная активность в жизни человека / В. Д. Арбузов // Форум молодых ученых. – 2019. – № 11 (39). – С. 27-29.
2. Базанов, А. Н. Недельный микроцикл двигательной активности студентов / А. Н. Базанов // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2021. – № 9-2 (60). – С. 17-21.
3. Формирование правильной осанки у студентов первого курса на занятиях физической культурой / Е. В. Романова, Т. М. Перегудова, Г. С. Денисова [и др.] // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2021. – № 1 (21). – С. 78-86.
4. Цоктоева, А. Х. Общеразвивающие упражнения как эффективные средства, направленные на укрепление опорно-двигательного аппарата студентов / А. Х. Цоктоева, С. Ц. Раднаева, А. В. Мочалов // Форум молодых ученых. – 2018. – № 12-4(28). – С. 441-444.
5. Физические упражнения для студентов с отклонениями в состоянии здоровья / Н. А. Цеева, З. И. Чунтыжева, А. Л. Чувакин [и др.] // Magyar Tudomány Journal. – 2020. – № 45(45). – С. 44-46.

### **СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ ИПОТЕРАПИИ КАК МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО МЕТОДА РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ, ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ**

**Екторова Е. А.**

Гродненский государственный университет имени Я. Купалы  
Гродно, Республика Беларусь  
Научный руководитель – канд. юрид. наук, доц. Хацук Ж.В.

**Актуальность.** Необходимость развития инклюзивного образования усиливает потребность в эффективных технологиях, которые обеспечивают одновременное физическое, эмоциональное и социальное развитие

обучающихся с особыми образовательными потребностями. Традиционные методы лечебной физической культуры нередко оказываются недостаточно комплексными, поскольку их воздействие ограничивается преимущественно моторной сферой. На этом фоне особое значение приобретает иппотерапия – междисциплинарный метод, объединяющий биомеханические, психологические и педагогические механизмы воздействия [1, с. 95-97]. Она способствует развитию двигательной активности, формированию двигательной культуры и успешной социальной адаптации обучающихся, что определяет высокую актуальность внедрения иппотерапии в современную образовательную и коррекционно-педагогическую практику.

Исторический контекст подчёркивает значимость метода. Первые упоминания о терапевтическом использовании лошадей встречаются ещё в трудах Гиппократа, где отмечалось благоприятное воздействие верховой езды на здоровье человека. В разные эпохи европейские медики и педагоги обращались к лошади как к средству укрепления организма и восстановления двигательных функций. Однако научное обоснование эффективности иппотерапии сформировалось лишь в XIX веке, когда были описаны её позитивные эффекты при различных двигательных нарушениях. К концу XX века благодаря развитию адаптивного спорта, нейрореабилитации и коррекционной педагогики иппотерапия приобрела междисциплинарный характер и стала рассматриваться как часть адаптивной физической культуры, обладающая значительным коррекционным и социализирующим потенциалом.

**Цель.** Целью данной работы является анализ потенциала иппотерапии как междисциплинарного метода развития двигательной активности, формирования двигательной культуры и социальной адаптации обучающихся с особыми образовательными потребностями.

**Методы исследования.** В исследовании использованы: теоретический анализ отечественных и зарубежных научных источников; изучение международной практики адаптивной верховой езды; структурно-функциональный анализ механизмов биомеханического, психологического и социально-педагогического воздействия иппотерапии; обобщение данных практической работы центров адаптивной верховой езды в Беларуси и других странах.

**Результаты и их обсуждение.** Иппотерапия, являясь междисциплинарным методом адаптивной физической культуры, занимает особое место среди современных средств коррекционно-педагогической поддержки обучающихся с особыми образовательными потребностями, так как сочетает в себе биомеханические, психофизиологические и социально-педагогические механизмы воздействия, оказывая комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его двигательной культуры. Основу метода составляет уникальное трёхмерное движение лошади, близкое по структуре к естественным движениям человеческой ходьбы, которое через

ритмический импульс стимулирует работу мышц спины, туловища и конечностей, способствует формированию правильного мышечного тонуса, развитию статического и динамического равновесия, улучшению координации и пространственного восприятия. Для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, неврологическими расстройствами и двигательными дефицитами подобное воздействие является особенно значимым, поскольку позволяет не только улучшать физические функции, но и формировать осознанное владение собственным телом, способность регулировать силу и точность движений, понимать свои возможности и использовать приобретённые навыки в учебной и бытовой деятельности, что составляет основу двигательной культуры [1, с. 121].

Параллельно биомеханическим эффектам иппотерапия оказывает выраженное психофизиологическое воздействие. Взаимодействие с лошадью способствует снижению тревожности, нормализации эмоционального состояния, повышению самооценки и формированию уверенности в себе. Особую значимость этот эффект приобретает для детей с расстройствами аутистического спектра, задержкой психического развития и коммуникативными трудностями, поскольку лошадь выступает своеобразным медиатором, облегчая установление доверительных отношений и создавая безопасное пространство для эмоционального отклика. Межвидовое взаимодействие стимулирует эмпатию, развивает мотивацию к сотрудничеству и взаимодействию, а также способствует стабилизации нервной системы и формированию устойчивых психоэмоциональных навыков.

Социально-педагогический потенциал иппотерапии проявляется через формирование у обучающихся устойчивых моделей социального поведения, что является неотъемлемой частью интеграции в коллектив и успешной социализации. Занятия требуют соблюдения правил, ответственности, внимательного отношения к лошади, взаимодействия с инструктором и другими участниками процесса. В результате обучающиеся развивают дисциплину, инициативность, способность к сотрудничеству, укрепляют уверенность в собственных возможностях и снижают уровень социальной изоляции. Таким образом, метод формирует базу для развития социальной адаптации, навыков коммуникации и позитивной самооценки, что особенно важно для детей с особыми образовательными потребностями.

Эффективность иппотерапии достигается благодаря поэтапной педагогической структуре занятий, выстроенной на принципах постепенности, вариативности и сенсомоторного усложнения. Начальный этап направлен на установление эмоционально безопасного контакта с лошадью, снижение тревожности, формирование правильной посадки, устойчивости корпуса и ощущения ритма, что создаёт фундамент для дальнейшей двигательной и психоэмоциональной работы. На следующем этапе происходит развитие статического и динамического равновесия, автоматизация

двигательных реакций и формирование сенсорной интеграции, когда ребёнок учится согласовывать зрительные, тактильные и вестибулярные сигналы, укреплять мышечный корсет, развивать гибкость, координацию и способность к переключению движений. Продвинутые этапы включают усложнение двигательных задач, развитие произвольного планирования движений, повышение точности и устойчивости моторных действий, интеграцию когнитивных и игровых элементов в процесс верховой езды. Используются различные аллюры, упражнения на баланс и внимание, что способствует формированию устойчивых двигательных паттернов, самоконтроля и сенсомоторного прогнозирования. Завершающий этап предполагает перенос сформированных двигательных, эмоциональных и коммуникативных навыков в учебную и повседневную деятельность, рефлексии собственных успехов, формирование ответственности и уверенности в себе, что обеспечивает устойчивые личностные изменения.

Подобная комплексная организация занятий делает процесс иппотерапии гибким, индивидуализированным и адаптированным к возрастным, когнитивным, физиологическим и эмоциональным особенностям каждого ребёнка, обеспечивая целостное педагогическое, коррекционное и реабилитационное воздействие [2, с. 5]. Эффективность метода подтверждается международной практикой: в европейских странах иппотерапия включена в программы ранней помощи детям с нарушениями развития; в США и Канаде используется для психологической реабилитации подростков с эмоциональными и посттравматическими расстройствами; в странах Азии применяются программы профилактики зависимостей и коррекции эмоциональных нарушений через верховую езду. В Республике Беларусь метод активно внедряется в систему адаптивной физической культуры и специального образования, способствуя формированию комплексной системы сопровождения обучающихся с особыми образовательными потребностями и обеспечивая условия для гармоничного физического, когнитивного и социального развития ребёнка.

**Выводы.** Таким образом, иппотерапия представляет собой мощный междисциплинарный инструмент, который объединяет физические, психофизиологические и социально-педагогические механизмы развития, способствует формированию двигательной культуры, развитию двигательной активности, улучшению коммуникативных навыков и успешной социальной адаптации обучающихся с особыми образовательными потребностями. Её внедрение в педагогическую и коррекционно-реабилитационную практику делает метод значимым компонентом современной системы инклюзивного и адаптивного образования.

### Список литературы

1. Антипова, Е. И. Реабилитация лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата на основе иппотерапии / Е. И. Антипова, Д. А. Дубовская

// Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. – № 11-4. – С. 121-124.

2. Емельянова, А. Д. Иппотерапия как одно из средств адаптивной физической культуры / А. Д. Емельянова, Т. А. Сапегина // Валеопедагогические проблемы здоровьесформирования подростков, молодежи, населения : сб. материалов 10-й Междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых и студентов, Екатеринбург, 19 ноября 2016 г. / Рос. гос. проф.-пед. ун-т. – Екатеринбург, 2016. – С. 95-97.

3. Effectiveness of a Standardized Equine-Assisted Therapy Program for Children with Autism Spectrum Disorder / M. Borgi, D. Loliva, S. Cerino [et al.] // J. Autism Dev. Disord. – 2016 – Vol. 46, № 1. – P. 1-9.

## ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Ильюшин Ю.Д.

Гродненский государственный медицинский университет  
Гродно, Республика Беларусь  
Научный руководитель – Олешкевич Р.П.

**Актуальность.** В условиях современного образа жизни вопросы сохранения здоровья опорно-двигательного аппарата приобретают особую значимость. Одной из распространённых патологий, влияющих на физическое развитие и качество жизни, является плоскостопие. Его профилактика в детском возрасте представляет собой важную медико-социальную задачу, направленную на предупреждение функциональных нарушений и повышение адаптационных возможностей организма.

**Цель.** Цель исследования заключается в обзоре и анализе методов профилактики плоскостопия у детей дошкольного и школьного возраста с помощью научной литературы по данной теме и на этой основе разработать наиболее эффективные рекомендации по их комплексному применению в учреждениях дошкольного и школьного образования.

**Методы исследования.** В качестве методологической основы использован систематический анализ научных публикаций за период 2015–2023 гг., посвящённых методам профилактики плоскостопия. Источники отбирались по критериям доступности, релевантности и доказательной базы. Методы профилактики плоскостопия были систематизированы по категориям и проанализированы с позиции эффективности и ресурсоёмкости.

**Результаты и их обсуждение.** Плоскостопие – достаточно серьезная ортопедическая патология, приводящая к нарушениям функций всего опорно-двигательного аппарата человека, отрицательно влияющая