

именно поэтому бодрость, физическая активность и сила человека напрямую зависят от него. Если позвоночник и опорно-двигательный аппарат в целом находятся в здоровом состоянии, то человек будет вынослив при физической нагрузке. Поэтому правильная осанка – наш залог здоровья и красоты. Лечение сколиоза является длительным и сложным процессом, требующим постоянного медицинского наблюдения. Окончательный результат зависит от совместной работы врача и пациента. Комплексное лечение, включая массаж, мануальные техники и лечебную физкультуру, способствует улучшению кровообращения, укреплению мышц и улучшению качества жизни пациента.

Исходя из полученных данных в ходе исследования, ЛФК представляется как перспективный метод лечения данного заболевания.

Литература.

1. Попов, С.Н. *Физическая реабилитация* / С.Н. Попов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – С. 206-221.
2. Попов, С.Н. *Лечебная физическая культура* / С.Н. Попов. – М.: АCADEMIA, 2004. – С. 261–271.
3. *Краткий медицинский словарь / сост.: С.Л. Кабак, Д.И. Романовский.* – Минск: Новое знание, 2004. – 508 с.
4. *Методические подходы к проведению занятий со студентами по лечебной физкультуре в специальных медицинских группах: Учебное пособие.* / Под ред. М.М. Щепотова, В.В. Садовского, М.В. Вдовина. – Пенза: Пензенская ГАСА, 1999. – 87 с.
5. *Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/ В.И. Дубровский.* – 2-е изд., стер. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 608 с.

УДК 375.25:37.037

ВЕРХОВАЯ ЕЗДА И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Смолякова Е.А., научный руководитель **Недосеков Ю.В**

УО «Витебская ордена «ЗнакПочета» государственная академия ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Верховая езда – это способ снять стресс и накопившуюся усталость, улучшить свою физическую форму. Верховая езда способствует всестороннему физическому развитию и укреплению здоровья, воспитанию моральных и волевых качеств, улучшает координацию движений, развивает двигательные качества.

Анализ исторических источников позволяет выделить три главных направления в развитии и совершенствовании верховой езды. Первое направление – это так называемая *примитивная естественная верховая езда*, бытовавшая у кочевых племен на заре цивилизации. Она дожила до XXI века в виде казачьей азиатской езды. Второе направление – это *«искусственная езда»*, достижение XVI, XVII, XVIII веков. Рыцарские турниры, неаполитанские, версальские и венские карусели, безжалостная дрессировка лошадей при помощи веревок, хлыстов, развязок, столбов. Переход от этой школы к новому пониманию верховой езды наметился в XIX веке, и разрабатывали его многие наездники: Франсуа Боше, граф д'Ор, Джеймс Филлис, Федерико Каприлли. Так сформировалось третье направление – *современная культурная езда*, основанная на элементах точного управления лошадью, учитывающая физиологию человека и животного. Высшая школа верховой езды – классический вид конного спорта – как раз и представляет это направление.

Сейчас существует множество видов верховой езды. Однако основными из них в Республике Беларусь можно выделить: конный спорт, конный туризм и иппотерапия.

Конный спорт в Беларуси делится на выездку, конкур и троеборье (включает в себя элементы выездки, конкура и кросс).

В конном туризме существует несколько направлений:

- езда в открытом манеже;
- езда на плацу (не огороженной площадке) – служит для выработки навыков управления лошастью и укрепления посадки;
- езда в полевых условиях – служит средством подготовки к многодневным путешествиям;
- езда на маршруте – это многодневное путешествие верхом.

Туристские маршруты условно подразделяются на 3 категории:

- легкие – обучение верховой езде, прокат, однодневные прогулки и походы без вьюков,
- средние – многодневные походы под седлом, с вьюками или в упряжке,
- трудные – преодоление горных маршрутов со сложными перевалами.

Во время верховой езды работают все группы мышц. Нагрузка на суставы минимальна, однако верховая езда все-таки дает мощную нагрузку на тело, укрепляя мышцы спины, ног, ягодиц и брюшного пресса. Особенно большая нагрузка приходится на косые мышцы живота и внутреннюю поверхность бедра. Так же верховая езда положительно влияет на позвоночник. Помогает в исправлении разных видов искривлений позвоночника и может предотвратить возникновение грыж. Так же верховая езда отлично укрепляет мышечный корсет, не забывая сами мышцы.

Физические нагрузки и взаимодействие с животным помогают всаднику отвлечься от повседневных проблем и забот, уменьшить количество накопившегося стресса. Так же взаимодействие с лошастью развивает лидерские качества, такие как: уверенность в себе, спокойствие, настойчивость.

Иппотерапия - физиотерапевтическое лечение, основанное на нейрофизиологии, использующее лошадь и верховую езду. Лошадь при движении шагом выступает в роли "терапевтического посредника" для всадника, передавая двигательные импульсы, аналогичные движению человека при ходьбе. Данное двигательное воздействие вызывает ответную реакцию пациента: нормализуется мышечный тонус, координация движений.

За последние 40 лет иппотерапия получила признание как высокоэффективный метод реабилитации и социальной адаптации инвалидов более чем в сорока странах мира. Уникальность и универсальность иппотерапии заключается в одновременном воздействии на двигательную, чувственную, психическую и социальную сферы. Это метод многопрофильной реабилитации.

В настоящее время определены следующие основные направления иппотерапии в лечебных, оздоровительных и социально – педагогических целях:

1. Иппотерапия для коррекции различных двигательных нарушений, таких, как парезы, параличи верхних и нижних конечностей, расстройства координации движений и т.п. В ортопедической практике были попытки применения данного метода при коррекции деформаций позвоночника и иных дефектов осанки.
2. Лечебная верховая езда и вольтижировка (упражнения на лошади) как метод педагогического воздействия, показана детям и подросткам, в том числе и с нарушениями интеллектуального развития, детям с нарушениями в поведении, затруднениями в обучении с целью педагогической коррекции. Прекрасно поддаются лечебной верховой езде болезни, которые традиционно принято относить к так называемым "болезням регуляции": желудочно-кишечные и сердечно-сосудистые заболевания, в том числе постинфарктные состояния. Регулярные занятия по лечебной верховой езде благотворно влияют на весь организм в целом, нормализуя деятельность центральной нервной, сердечно-сосудистой и пищеварительной систем. Особенно эффективной и действенной лечебной верховой езде оказалась в реабилитационной практике с детьми, страдающими такими тяжелыми,

практически неизлечимыми заболеваниями, как детский церебральный паралич, олигофрения (синдром Дауна), ранний детский аутизм.

3. Верховая езда как спорт среди инвалидов, как спортивная деятельность, способствующая поддержанию общей физической активности и реабилитации личности.

Литература.

1. *Всадник и лошадь. Начальная подготовка. Том I / под ред. С. Мезнер, М. Пути, М. Плева; пер. с нем. И. Л. Когана. – М.: Арт Лаборатория, 2007. – 242 с.*
2. *Конный спорт: пособие для тренеров, преподавателей, коневодов и спортсменов / под ред. Э. Эзе: пер. с нем. Д. Я. Гуревича. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 255 с.*
3. *Мороз, А.В. Иппотерапия: Практическое пособие / А.В. Мороз, И.А. Квашук, Т.В. Булышкина, Ю.С. Булак, Ю. – Мн., 2010. – 55 с.*
4. *Хоффман, К. Школа верховой езды для начинающих / К. Хоффман: пер. с нем. Е. Захаров. – М.: «АКВАРИУМ ЛТД», 2003. – 176 с.*
5. *Штраус, И. Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды / И. Штраус // Пер. с нем. – Москва: МККИ, 2000. – 102 с.*

УДК 378.037

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ АГРАРНОГО ПРОФИЛЯ

Союнова Е.Д., научный руководитель Мартынова Е.И.

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Период обучения в учреждении высшего образования (УВО) — это возможность активного формирования и развития личности будущего специалиста, осознания себя как сформировавшуюся личность и как профессионально компетентного специалиста. Грамотно выстроенный воспитательный процесс в УВО реализует важнейшие цели воспитания студентов: гуманизация образования, навыки самовоспитания, социокультурное становление личности студента, расширение мировоззрения будущих специалистов, овладение коммуникативными навыками, психолого-педагогическая поддержка.

Главной целью физического воспитания в учреждениях высшего образования является формирование духовной и физической культуры личности.

Психолого-педагогическое воспитание представляет собой целенаправленную работу с обучающимися, которая в свою очередь влияет на развитие навыков самоконтроля, саморегуляции, познавательных процессов, развитие волевых качеств, постановку целей в спорте, умение управлять собственным поведением в условиях учебно-педагогического процесса, в физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности в целом.

Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студентов имеют огромное влияние на общество, так как физическая культура является одним из главных факторов психологического и физического развития [1].

Неотъемлемая часть образовательного процесса включает в себя два очень важных компонента. Первый — это спортивная культура, а второй — спортивная психология. Все эти компоненты играют ведущую роль в дальнейшей профессиональной подготовке специалистов в своих областях, в том числе ветеринарных врачей.

Прежде всего, спортивная психология фокусируется только на прикладных задачах. Сначала она фокусируется только на психологической помощи людям, а затем на поддержке их физических способностей.

Во всех учреждениях высшего образования студенты осваивают курсы физической подготовки. Именно это оказывает большое значение на их интеллектуальную,