

Τη Δευτέρα 18/11/19 το σχολείο μας, πραγματοποίησε εκπαιδευτική επίσκεψη στον **Θεραπευτικό Ιππικό Όμιλο στο Γουδί**

. Μέσα σε ένα καταπράσινο χώρο οι μαθητές μας ξεναγήθηκαν στις εγκαταστάσεις του ομίλου, ενημερώθηκαν και είδαν από κοντά αυτά τα υπέροχα ζώα, τα άλογα. Ξεναγήθηκαν στους στάβλους, όπου είχαν την ευκαιρία να τα χαϊδέψουν και να τα ταΐσουν. Η υπεύθυνη της ξενάγησης μας μίλησε για το πώς τα άλογα βοηθάνε τους ανθρώπους. Είδαν την προετοιμασία του αναβάτη, πως ανεβαίνει στο άλογο και παρακολούθησαν μέρος του θεραπευτικού προγράμματος με την συμμετοχή μαθήτριάς μας ως βοηθό της εκπαιδεύτριας. Η επίσκεψή μας τελείωσε με ένα χαμόγελο στα χείλη των παιδιών που η επαφή με την φύση και τα ζώα μπορούν να προσφέρουν μέσα από την χαρά της συμμετοχής.

{mygallery}2019-20/ekdromes/therapeytiki_ippasia{/mygallery}

ΟΦΕΛΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΙΠΠΑΣΙΑΣ

Η θεραπευτική ιππασία βασίζεται σε προγράμματα αποκατάστασης, που χρησιμοποιούν το άλογο ως μέσο θεραπείας. Το άλογο γίνεται προέκταση του σώματος των ατόμων, βοηθώντας τα να ανακαλύψουν πρωτόγνωρα συναισθήματα, όπως η χαρά ενός περιπάτου, μιας βόλτας στην ύπαιθρο και κυρίως, της κινητικής και προσωπικής ανεξαρτησίας. Όταν το άλογο περπατά, μιμείται τον ανθρώπινο βηματισμό, μεταφέροντας στον κορμό του ιππέα του την ίδια ακριβώς κίνηση που μεταδίδουν τα πόδια, στους ανθρώπους με φυσιολογική κίνηση. Έτσι, αναπτύσσονται σημαντικά οι μύες του κορμού των ατόμων με δυσκολίες στην κίνηση, ενώ, παράλληλα, το ευθύ κάθισμα διευκολύνει την αναπνοή τους. Η θεραπευτική ιππασία είναι μία μοναδική εμπειρία, αφού διαφέρει πολύ από τις συνηθισμένες θεραπείες σε φυσιοθεραπευτήρια, γυμναστήρια και πισίνες υδροθεραπείας. Αξιοποιώντας την κίνηση του αλόγου, τη θερμότητά του, την ικανότητά του για επαφή κι επικοινωνία με τον άνθρωπο, την ομαδικότητα και το παιχνίδι, η θεραπευτική ιππασία, σύμφωνα με παγκόσμιες επιστημονικές έρευνες δημιουργεί μοναδικά σωματικά, νοητικά, αισθητηριακά και ψυχολογικά οφέλη στα άτομα με αναπηρία όπως είναι:

·αύξηση συμμετρίας

·βελτίωση της ισορροπίας, της στάσης και του ελέγχου του κεφαλιού

·μείωση της σπαστικότητας

·αύξηση του εύρους κίνησης

·βελτίωση του συντονισμού και της κινητικότητας

·αύξηση της προσοχής, της οπτικο κινητικής ικανότητας προσανατολισμού

·βελτίωση της αντίληψης του σώματος, καθώς και της δραστηριοποίησης, της εγρήγορσης, της κοινωνικότητας, της αυτοπεποίθησης και του αυτοσεβασμού

Πηγή: Σύνδεσμος Θεραπευτικής Ιππασίας Ελλάδας, <https://www.trag.gr/el/%ce%b8%ce%b5%cf%81%ce%b1%cf%80%ce%b5%cf%85%cf%84%ce%b9%ce%ba%ce%ae-%ce%b9%cf%80%cf%80%ce%b1%cf%83%ce%af%ce%b1/>

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΤΟΝ ΙΠΠΙΚΟ ΟΜΙΛΟ ΣΤΟ ΓΟΥΔΙ

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΙΠΠΑΣΙΑ

Την Δευτέρα 18/11/19 το σχολείο μας, πραγματοποίησε εκπαιδευτική επίσκεψη στον θεραπευτικό ιππικό όμιλο στο Γουδί. Μέσα σε ένα καταπράσινο χώρο οι μαθητές μας ξεναγήθηκαν στις εγκαταστάσεις του ομίλου, ενημερώθηκαν και είδαν από κοντά αυτά τα υπέροχα ζώα, τα άλογα. Ξεναγήθηκαν στους στάβλους, όπου είχαν την ευκαιρία να τα

χαϊδέψουν και να τα ταΐσουν. Η υπεύθυνη της ξενάγησης μας μίλησε για το πώς τα άλογα βοηθάνε τους ανθρώπους. Είδαν την προετοιμασία του αναβάτη, πως ανεβαίνει στο άλογο και παρακολούθησαν μέρος του θεραπευτικού προγράμματος με την συμμετοχή μαθήτριάς μας ως βοηθό της εκπαιδευτριάς. Η επίσκεψή μας τελείωσε με ένα χαμόγελο στα χείλη των παιδιών που η επαφή με την φύση και τα ζώα μπορούν να προσφέρουν μέσα από την χαρά της συμμετοχής.

ΟΦΕΛΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΙΠΠΑΣΙΑΣ

Η θεραπευτική ιππασία βασίζεται σε προγράμματα αποκατάστασης, που χρησιμοποιούν το άλογο ως μέσο θεραπείας. Το άλογο γίνεται προέκταση του σώματος των ατόμων, βοηθώντας τα να ανακαλύψουν πρωτόγνωρα συναισθήματα, όπως η χαρά ενός περιπάτου, μιας βόλτας στην ύπαιθρο και κυρίως, της κινητικής και προσωπικής ανεξαρτησίας. Όταν το άλογο περπατά, μιμείται τον ανθρώπινο βηματισμό, μεταφέροντας στον κορμό του ιππέα του την ίδια ακριβώς κίνηση που μεταδίδουν τα πόδια, στους ανθρώπους με φυσιολογική κίνηση. Έτσι, αναπτύσσονται σημαντικά οι μύες του κορμού των ατόμων με δυσκολίες στην κίνηση, ενώ, παράλληλα, το ευθύ κάθισμα διευκολύνει την αναπνοή τους. Η θεραπευτική ιππασία είναι μία μοναδική εμπειρία, αφού διαφέρει πολύ από τις συνηθισμένες θεραπείες σε φυσιοθεραπευτήρια, γυμναστήρια και πισίνες υδροθεραπείας. Αξιοποιώντας την κίνηση του αλόγου, τη θερμότητά του, την ικανότητά του για επαφή κι επικοινωνία με τον άνθρωπο, την ομαδικότητα και το παιχνίδι, η θεραπευτική ιππασία, σύμφωνα με παγκόσμιες επιστημονικές έρευνες δημιουργεί μοναδικά σωματικά, νοητικά, αισθητηριακά και ψυχολογικά οφέλη στα άτομα με αναπηρία όπως είναι:

- αύξηση συμμετρίας
- βελτίωση της ισορροπίας, της στάσης και του ελέγχου του κεφαλιού
- μείωση της σπαστικότητας

- αύξηση του εύρους κίνησης
- βελτίωση του συντονισμού και της κινητικότητας
- αύξηση της προσοχής, της οπτικο κινητικής ικανότητας προσανατολισμού
- βελτίωση της αντίληψης του σώματος, καθώς και της δραστηριοποίησης, της εγρήγορσης, της κοινωνικότητας, της αυτοπεποίθησης και του αυτοσεβασμού