

Как человек может ходить опираясь на специальную раму.



■ Человеку, которого вы обучаете, может понадобиться для ходьбы специальная рама. Такие рамы или ходунки обычно делаются из легкого металла. Иногда их делают с колесиками или со специальными поручнями. Человек идет, опираясь на раму и продвигая ее вперед.

■ Если вы не знаете, где можно достать готовые ходунки, вы можете сами изготовить такую раму из дерева.

■ Высота рамы зависит от того, какая поддержка необходима человеку, которого вы обучаете.

■ Если человеку, которого вы обучаете, необходимо дополнительно поддерживать верхнюю часть туловища, то ему нужна более высокая рама. Высота рамы должна быть такой, чтобы человек опирался на нее предплечьями.

■ Если человеку не нужна дополнительная поддержка для туловища, то ему подойдет рама пониже, и он будет опираться на нее кистями.



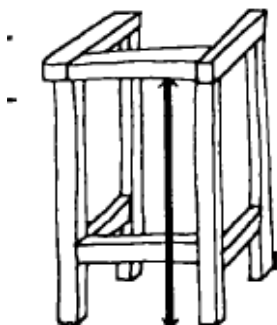
Как определить размеры рамы

■ Человек должен встать, придерживаясь одной рукой за дерево или за стену. Другая рука расслаблена и опущена.

■ Поставьте длинную тонкую палку рядом с человеком, для которого вы будете делать раму.

■ Если вы делаете высокую раму, то сделайте отметку на палке на уровне, который соответствует середине расстояния между подмышкой и талией человека. Эта отметка и есть та высота, до которой должна доходить рама.

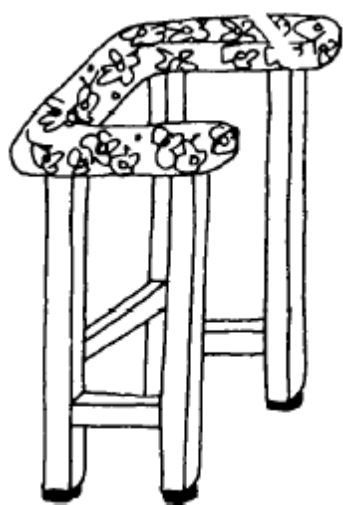
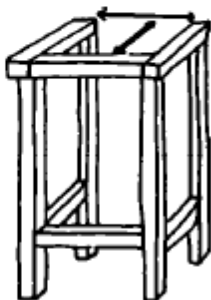
■ Если вы делаете более низкую раму, то сделайте отметку на уровне запястья человека, которого вы обучаете, — рама должна доходить до этой отметки.



Теперь определите ширину рамы. Для этого измерьте ширину плеч человека.



Длина поручней рамы также должна быть равна ширине его плеч. Если посмотреть на раму сверху, то по форме это квадрат без одной стороны.



Как сделать деревянную раму

- Если найти готовые ходунки невозможно, вы можете сами сделать раму из прочных деревянных брусков.

- Бруски следует склеить, дополнительно скрепив их в местах соединения деревянными штифтами или металлическими угольниками на шурупах.

- На всех деталях не должно быть острых кромок и заусениц.

- Деревянные части рамы желательно покрыть водостойким лаком, тогда они будут меньше пачкаться.

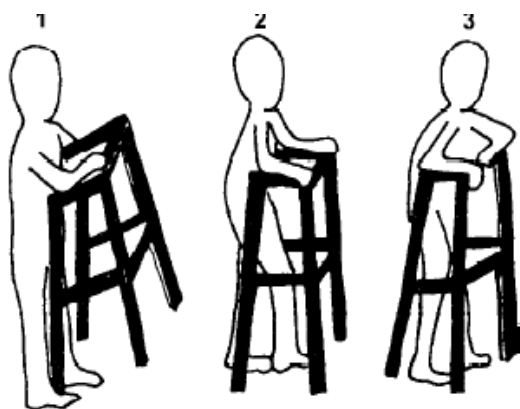
- Для того чтобы сделать поручни мягкими, вам понадобится прочная, но не жесткая ткань и ватин или вата.

- Для того чтобы рама не скользила по полу, необходимо приклеить или прибить к ножкам резиновые полоски.

Как учить человека стоять, опираясь на раму

- Человек стоит внутри рамы и держится руками за ее верхний край. Его тело немного наклонено вперед, так что часть веса человека приходится на раму.

Как учить человека ходить, опираясь на раму



1. Человек приподнимает раму и переставляет ее вперед на длину шага.
2. После этого человек делает шаг вперед более слабой ногой.
3. Затем он делает шаг второй ногой.

- Учите человека повторять эти действия именно в такой последовательности.
- Человеку, которого вы обучаете, может понадобиться шина для коленного сустава или для стопы.