

## TALLER EQUINOTERAPIA

- **DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** La equinoterapia se considera una terapia integral porque afecta positivamente al desarrollo cognitivo, físico, emocional, social y ocupacional. El hecho de que sea beneficiosa en tantos aspectos la convierte en una herramienta muy útil para mejorar la calidad de vida de las personas discapacitadas y personas no discapacitadas. El caballo es un animal dulce, tranquilo, adaptado y aceptado socialmente y con la capacidad de transportar. El hecho de ser de grandes dimensiones hace que debas confiar a la vez que tienes contacto directo con él. A nivel fisiológico el caballo transmite calor a nuestro cuerpo, lo que ayuda a relajar musculatura y los ligamentos, y el flujo sanguíneo del animal estimula el sistema circulatorio. Por otra parte, el caballo transmite impulsos rítmicos al cinturón pélvico, la columna y las piernas del jinete, lo que proporciona estímulos capaces de regular el tono muscular y regular la coordinación. Respecto a sus beneficios psicológicos la equinoterapia, ésta permite a quien la practica asociar las sensaciones físicas con nuevas reacciones psicológicas en relación con él mismo y con el entorno. Casi todas estas sensaciones están relacionadas con el área psicoafectiva, aunque también con la estimulación cognitiva y con la expresividad. En este sentido la equinoterapia incrementa la autoestima y la seguridad, fomenta la autonomía y el autocontrol, mejora la comunicación, potencia la concentración y la atención y desarrolla el respeto por los animales.
- **TEMPORALIZACIÓN:** Sesiones 1h – 1.5H
- **RECURSOS MATERIALES Y DIDÁCTICOS:** Hípica
- **DESTINATARIOS:** alumnado de infantil, educación primaria y ESO

**Presupuesto:**

*A consultar según  
nº de grupos  
Mínimo 1 hora de  
Duración por grupo*

