

Самарская городская общественная организация инвалидов «ДИАНА»

Информационная справка о ходе реализации проекта «Культура движения–основа активного долголетия» (победитель 1 конкурса 2020 года грантов Президента РФ на развитие гражданского общества)

Проект «Культура движения–основа активного долголетия» подразумевает организацию работы по социальной адаптации, повышению качества жизни и внедрению культуры движения среди пожилых людей со II и III группой инвалидности по общему заболеванию путем создания условий для систематических занятий гимнастикой.

Для решения этих задач в ходе проекта была разработана специальная адаптивная программа для занятий, соответствующая физическим возможностям данной категории людей, обучены с помощью ФГБОУ ВПО "Поволжская ГАФКСИТ" (г.Казань) 5 тренеров по направлению «Адаптивная физическая культура и гимнастика», организованы занятия гимнастикой для людей старшего возраста.

С июля месяца в парках города Самары проводились занятия по адаптивной физической культуре и гимнастике. По согласованию с МАУ г.о.Самары «Парки Самары» занятия проходили на территории:

- 1) Парк им. 60-летия Советской власти;
- 2) Парк им. 50-летия Октября (Парк Металлургов);
- 3) Парк им. Ю. Гагарина;
- 4) Струковский Сад,
а также на:
- 5) Стадионе ЦСК ВВС;
- 6) пос.Запанской, ФОК около Школы № 134.

С наступлением холодной погоды, с сентября 2020 года, партнерами проекта – Министерством демографии и социальной политики Самарской области, Министерством спорта Самарской области и Департаментом физической культуры и спорта Администрации г.о.Самары были предоставлены на безвозмездной основе спортивные залы для проведения занятий:

- 1) Физкультурно-оздоровительный комплекс "Невский"
Адрес: г.Самара, пос.Зубчаниновка, ул. Александра Невского, 69А
- 2) Спортивный комплекс "Локомотив"
Адрес: г. Самара, ул.Агибалова, 7А
- 3) Центр социального обслуживания Кировского района
Адрес: Ул. Ташкентская, 113
- 4) Спортивный комплекс ЦСКА ВВС
Адрес: г. Самара, ул.Стара-Загора, 143А

В проведении занятий активно принимает участие "**особенный тренер**" **Луцаев Алексей** (обучен за счет собственных средств по направлению "Адаптивная физическая культура, имеет диагноз ДЦП).

В рамках проекта проводится экспертное консультирование тренеров о причинах возникновения травм у пожилых людей, о причинах возникновения других заболеваний, свойственных старшему поколению и профилактике этих недугов с использованием методов адаптивной физической культуры. Особое внимание на консультациях уделяется использованию дыхательной гимнастики Стрельниковой для предотвращения заболеваемости пожилых людей с инвалидностью коронавирусной инфекцией.

Научным консультантом проекта является д.м.н., профессор кафедры неврологии и нейрохирургии Самарского Государственного медицинского университета, председатель Совета по защите прав пациентов Федеральной Службы по надзору в сфере здравоохранения РФ, член экспертного Совета Правительства РФ в сфере здравоохранения и социальной политики – **Власов Ян Владимирович**.

В ходе проекта также проводится мониторинг физического самочувствия пожилых людей, которые занимаются по проекту адаптивной гимнастикой, партнером проекта - **ГБУ «Самарский областной центр медицинской профилактики «Центр общественного здоровья»**. У целевой группы проводятся первичный забор крови на глюкозу и холестерин, замеряется индекс массы тела, измеряются пульс и давление, проводятся спирометрия и обследование сердечно-сосудистой деятельности. Все данные заносятся в Карту здорового образа жизни.

По окончании проекта у пожилых людей будет проведен уже контрольный замер физиологических показателей. Полученные результаты будут обобщены и проанализированы медиками Центра общественного здоровья, с целью наглядной демонстрации широкой общественности необходимости систематической двигательной активности для профилактики травматизма, улучшения качества жизни и продления активного долголетия.

С целью наглядной пропаганды эффективности занятий и возможности тиражирования проекта на всю область, в сентябре 2020 года был проведен спортивный фестиваль «СПОРТ против ВИРУСА», а 12 декабря 2020 г. на стадионе ЦСКА ВВС будет проведен спортивный праздник, посвященный Дню Конституции.

В проекте принимают участие 300 человек пожилых людей с инвалидностью.

Дата начала реализации проекта:

01.03.2020

Дата окончания реализации проекта:

31.01.2021

В рамках календарного плана проекта **07 декабря 2020 года в 13-00 час по местному времени** намечено проведение "круглого стола" по итогам реализации проекта. В связи с неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановкой, мероприятие будет проведено дистанционно в режиме видеоконференции на цифровой платформе ZOOM.

Мероприятие проводится с целью обсуждения дальнейших возможных перспектив проведения занятий адаптивной гимнастикой для людей старшего возраста уже после окончания срока реализации проекта.

Краткая информация о деятельности организации:

Самарская городская общественная организация инвалидов «Диана» зарегистрирована 24.04.2001 г.

Подробную информацию о проведенных нами мероприятиях можно посмотреть на нашем сайте:

www.samaradiana.narod.ru

С Уважением,
Председатель СГООИ «Диана



Н.Н. Ермолюк

Руководитель проекта Маркелова Е.А.
8 927 694 694 9
ea_markelova@mail.ru