



Подведение итогов реализации проекта «Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья.»

Самарская региональная общественная организация инвалидов «Призма»
г. Самара

2020-2021

Проект «Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья».

Сегодня инвалиды не хотят мириться с «ограниченными возможностями» окружающего их мира и все настойчивее заявляют о себе как об активных и полноправных членах общества, имеющих равные со всеми права на свободное передвижение, учебу, занятия спортом, посещение культурных и спортивных массовых мероприятий.



О проекте

- В рамках круглого стола Самарская региональная общественная организация инвалидов «Призма» подводит итоги реализации проекта «Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья», победившего в региональном конкурсе проектов. Реализация проекта осуществлялась за счет субсидии Правительства Самарской области на реализацию социальных проектов, предоставленной Министерством экономического развития и инвестиций Самарской области.
- В рамках проекта реабилитировано 75 людей с ОВЗ (РС, ДЦП, Инсульт, люди с ампутациями нижних конечностей, ЧМТ). Каждая группа посетила 8 реабилитационных занятий.



Цель проекта

Организация и проведение занятий по водной реабилитации как важного средства формирования, развития, восстановления и поддержки здоровья и работоспособности личности.

Задачи проекта:

1. Организация работы по водной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.
2. Описание, анализ и распространение полученного опыта среди НКО и профессионального сообщества.

Цель проекта

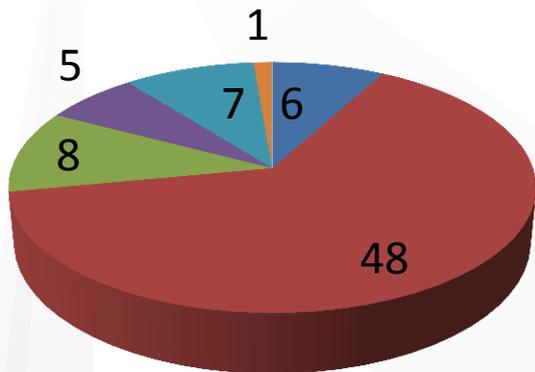
Организация и проведение занятий по водной реабилитации как важного средства формирования, развития, восстановления и поддержки здоровья и работоспособности личности.

Задачи проекта:

1. Организация работы по водной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.
2. Описание, анализ и распространение полученного опыта среди НКО и профессионального сообщества.

Участники проекта

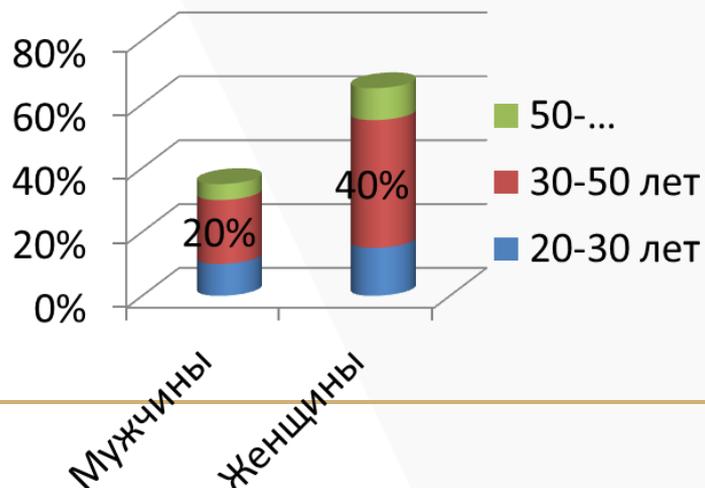
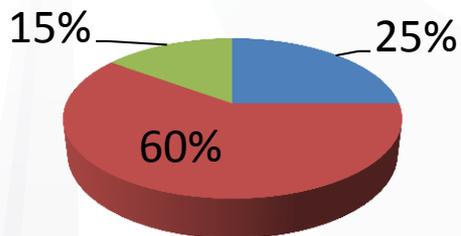
Участники проекта 75



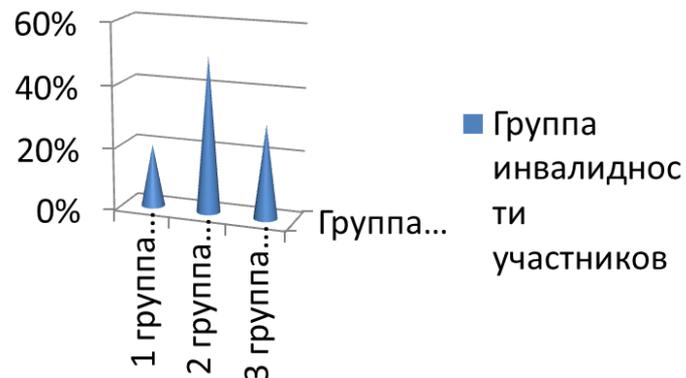
- лица с ампутациями нижних конечностей
- рассеянный склероз
- ЧМТ
- Инсульт
- ДЦП
- Слепые и слабовидящие

Участники проекта

Возраст участников



Группа инвалидности участников



НАША КОМАНДА



- Руководитель проекта- Я.В. Власов
- Председатель правления Самарской региональной общественной организации инвалидов «Призма». Доктор медицинских наук.
- Профессор кафедры неврологии и нейрохирургии ФГБОУ ВО «Самарский государственный медицинский университет» Минздрава России
- Автор более 145 публикаций в научных изданиях, является соразработчиком нескольких государственных программ и 14 законодательных инициатив.

НАША КОМАНДА



- О. Ипатов - Организатор информационного сопровождения и IT специалист проекта
- Е. Клименко - Координатор проекта
- М. Овчинников - Сертифицированный инструктор по плаванию
- Е. Нестерова - Сертифицированный помощник инструктора по плаванию

Условия реализации проекта. Спортивный комплекс «Орбита»

Отметим, что Государственные и общественные организации уделяют большое внимание и проводят мероприятия по организации доступной для инвалидов среды.

В рамках реализации проекта «Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья» для проведения реабилитационных курсов

Самарская региональная общественная организация инвалидов «Призма» взаимодействовала со Спортивным комплексом «Орбита», адаптированным для занятий людей с ограниченными возможностями здоровья и других маломобильных групп населения.

Спортивный комплекс «Орбита»



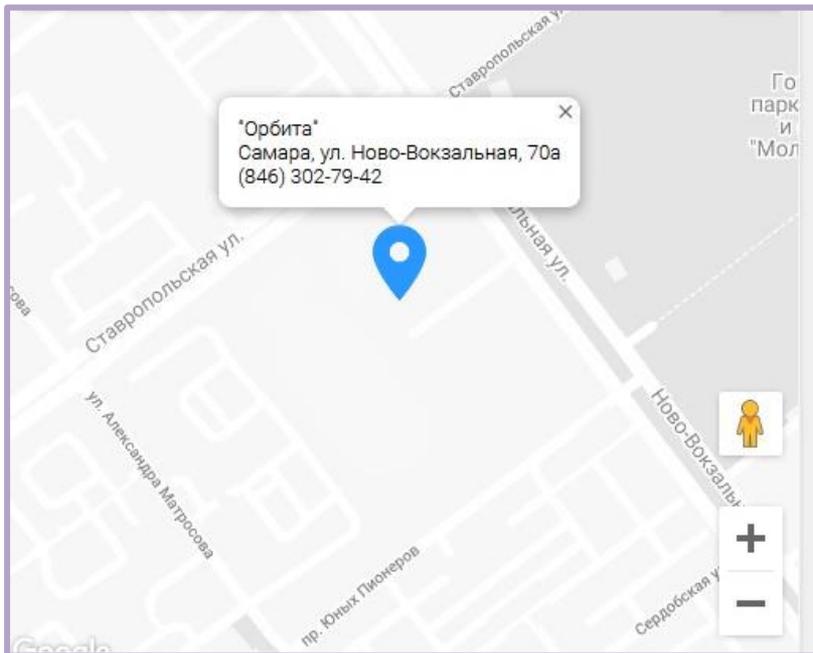
Спортивный комплекс «Орбита»

Адрес: г. Самара, ул. Ново-Вокзальная, 70а

Тел.: +7 (846) 302-79-42

Сайт: <https://sport-63.ru/objects/orbita/>

e-mail: orbita@sport-63.ru



Условия реализации проекта. Спортивный комплекс «Орбита»

Любой посетитель, вне зависимости от того относится он к категории маломобильных групп населения (включая инвалидов) или нет, использует следующие основные **функциональные зоны и пространства Спортивного комплекса:**

- парковка, зона посадки/ высадки из транспорта;
- пешеходные пути движения по участку объекта;
- вход в здание/ сооружение;
- внутренние пути движения;
- зоны предоставления услуг (обслуживания);
- предприятия общественного питания;
- санитарно-бытовые помещения (уборные, душевые, раздевальные).

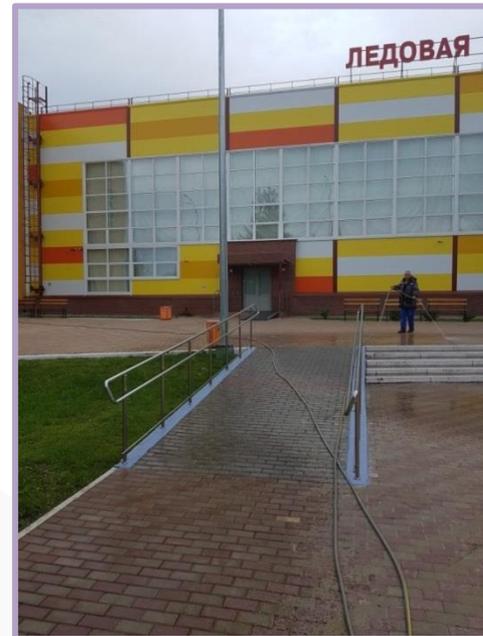
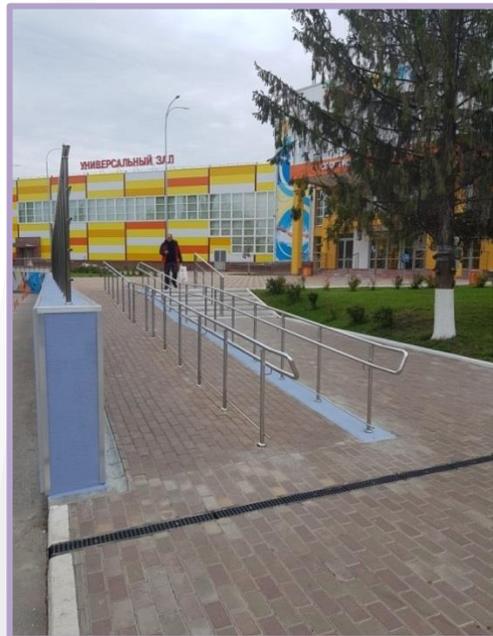
Парковка, зона посадки/ высадки из транспорта



Пешеходные пути движения по участку объекта



Вход в здание/ сооружение



Внутренние пути движения



Зоны предоставления услуг (обслуживания)



Предприятия общественного питания



Санитарно-бытовые помещения (уборные, душевые, раздевалные)



Выводы за период реализации проекта

По средствам опроса, осмотра реабилитантов проекта медицинским персоналом бассейна, общения с инструктором сделаны выводы о пользе для здоровья участников проекта:

- «разгружаются» скелетно-мышечная и сердечно-сосудистая системы
- уходит напряжение;
- формируется согласованность, точность и ритмичность движений рук и ног;
- улучшается координация и состояние мышечного тонуса;
- снижается патологическая тоническая активность;
- устраняются деформации и контрактуры, предупреждается появление новых;
- уменьшается интенсивность гиперкинетических расстройств;
- уходят болевые ощущения;
- улучшается кровоснабжение и сопротивляемость инфекциям;
- ускоряется обмен веществ, повышается аппетит.
- Регулярная бассейн-терапия способствует положительным изменениям на психоэмоциональном уровне:
- уходят раздражительность и негативные эмоциональные проявления;
- снижается возбудимость;
- улучшается настроение и сон;
- снижается утомляемость;
- занятия увлекают и доставляют огромное удовольствие.
- **Вода помогает почувствовать радость движения, формирует позитивное отношение реабилитанта к собственному телу и дарит радость от достижения результатов. Но главное — снимает стресс и повышает собственную активность, а значит, эффективно воздействует на все системы организма.**



Выводы за период реализации проекта



Отзывы участников посетивших занятия

The image displays three screenshots of a WhatsApp chat group titled "Гидрореабилитация". The participants listed in the header are Аня, Влада, Дарья, Иван, Ирина, and Максим. The screenshots show the following messages:

- Stas Zaprudnov** (19:56): Да! Тренерам спасибо большое! Везде помогли 👍. Максим даже Владу в сауну сводил, подробности история умалчивает 😂😂
- Иван Дембинский** (20:01): Все было супер. Дарья и Максим спасибо! Не ожидал что все так хорошо получится но благодаря вашему руководству оказалось все нормально и может еще лучше стать
- Дарья Тренер По Плаваниюю** (11:57): Добрый день, как самочувствие после занятия??
- Ирина Кирюхина** (12:02): Даша добрый день) все замечательно. спасибо вам 👍👍👍😄
- Света Емельянова** (12:04): Спасибо! Второй раз чувствовала себя увереннее! Очень нравится!!!
- Максим Тренер Бассейн** (16:03): Дарья Тренер По Плаваниюю
- Ирина Кирюхина** (15:30): Да сегодня в бассейне было суперски.я много раз плавала на спине это просто романтика))) 😂😂
- Иван Дембинский** (16:03): Всё было отлично. С каждым разом получается все больше и лучше 😄😄

A blue highlighted message on the right screenshot reads: "результаты делюю своими. Недавно я начала плавать синхронно руки и ноги брасом. А сегодня после определенных нагрузок у меня получилось попить кролем! 😄 Терпение и труд все перетрут!"

Отзывы участников

Занималась плаванием в рамках проекта. Отметила, что координаторы стали лучше, что теперь могу грести одновременно руками и ногами. Хотелось бы больше занятий, чтобы сохранять подвижность рук и ног.

Татьяна С. Буф

Я Михаил Соловьевичко, являюсь участником проекта "Гидрореабилитация" организации "Призма". Очень хочется отметить то проект очень полезный и интересный. Благодаря реабилитации noticeably вылезет на остальные виды здоровья, есть результаты в моем физическом состоянии.

Хочется еще отметить компетентных тренеров, которые подробно подготавливают упражнения на занятиях, и это дает свои плоды.

Спасибо организатору проекта Катерине Каминской!

Соловьевичко М.Н. Влад

В рамках данного проекта, походы в бассейн, и занятия в бассейне, красное общение с плаванием. В результате участилось физическое состояние, координация, появилось уверенность в себе, подвижность в теле стала значительно меньше.

Каждый раз жужу сладкого сна, чтобы поспать, чувствуя более расслабленно.

Получить хорошее настроение

Завира ☺

Завира

Хочу выразить огромную благодарность сотрудникам бассейна "Спутник" за чуткое отношение. Наши занятия проходят в прекрасной обстановке. Мы не чувствуем дискомфорта, держимся на воде, активно двигаемся. Все занятия проходят в приятной обстановке, хороши настроения. Прошлое время прошло.

Ю. Жуковская
Ю.

Хочу поделиться своими впечатлениями от гидрореабилитации и от бассейна "Спутник". Все занятия проходят очень комфортно, комфортно разговаривать, дружить, видеть положительные изменения. Впечатлений и положительных переживаний. Я очень довольна! Проект реабилитации проходит с комфортом и хорошим настроением!

Мария

Фото и Видео проекта:

Фото: сайт организации <http://prizzma.ru> раздел Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Фотогалерея проекта

Видео, демонстрирующие результаты участников проекта, снятые тренерами:

http://prizzma.ru/gidroreabilitaciya-dostupnoe-plavanie-dlya-lic-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya/news_post/01-11-2020-samara-ocenim-rezultaty

http://prizzma.ru/gidroreabilitaciya-dostupnoe-plavanie-dlya-lic-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya/news_post/01-11-2020-samara-ocenim-rezultaty

Репортаж на Телеканале «Губерния»

<http://prizzma.ru/gidroreabilitaciya-dostupnoe-plavanie-dlya-lic-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya>

Продолжение достижения положительных результатов

Учитывая положительные результаты членов Региональной организации, посетивших занятия, руководством проектной группы принято решение продолжать деятельность по водной реабилитации людей с ОВЗ.





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

2020-2021