Справка по проекту Летай со мной

г. Москва 01.08.2021г.

1 октября 2020 года Общероссийский народный фронт выступил с предложением реализации федерального проекта по аэродинамической гимнастике для детей с ДЦП «Летай со мной». В рамках проекта, ребенок 5-14 лет, имеющий инвалидность по ДЦП, сможет пройти курс занятий по АФК (адаптивной физкультуре) в спортивном зале и аэротрубе. Также детям будет оказана помощь по подбору индивидуальных упражнений, направленных на психофизическое развитие ребенка и закрепление полученных навыков в домашних условиях.

Проект реализуется в сотрудничестве с региональными партнерами - профильными НКО, бизнесом и реабилитационными центрами. В «пилоте» проекта участвуют 4 региона с февраля 2021 года: г.Москва, г.Санкт-Петербург, г.Челябинск, г.Ульяновск.

Целью проекта «Летай со мной» является социальная реабилитация, социализация и физическая адаптация детей с ДЦП в обществе посредством прохождения комплексных регулярных занятий по АФК (адаптивная физическая культура) и аэродинамической гимнастике в аэротрубе и создание в пилотных регионах дополнительных возможностей для адаптивной спортивной среды и физического развития детей с ДЦП.

Оператором проекта является Благотворительный фонд Екатерины Иноземцевой, который реализует в городе Москва и более 10 регионах России проекты направленные на улучшение качества жизни семей, воспитывающих детей с ДЦП.

Руководителем проекта «Летай со мной» является Иноземцева Екатерина Михайловна, мама ребёнка с ДЦП, заместитель председателя Общественного совета родителей детей-инвалидов и молодых инвалидов при Департаменте труда и социальной защиты населения города Москвы, Член Координационного совета по делам инвалидов при ОНФ, заместитель руководителя рабочей группы по соблюдению прав детей-инвалидов Общественного совета при Уполномоченном при Президенте Российской

Федерации по правам ребенка, член Ассоциации организаций по защите семьи (АОЗС), вице-президент Благотворительного фонда Екатерины Иноземцевой.

1 февраля 2021 года начались занятия для 120 детей с ДЦП в 4-х «пилотных» регионах. Высокий интерес к проекту показывает заинтересованность родителей с детьми – инвалидами, желающими участвовать в проекте (более 500 человек за 2 недели оставили заявку на участие их детей в проекте), а также более 200 обращений родителей с просьбой открыть пилотный проект в следующих регионах России: Сахалинская область (г. Южно-Сахалинск), Красноярский край (г. Красноярск), Республика Татарстан (г. Казань), Иркутская область (г. Иркутск), ХМАО (г. Сургут), Кемеровская область (г. Кемерово), г. Новосибирск.

В настоящее время в целях реализации проекта и предоставления детям с ДЦП комплексной спортивно-физической реабилитации на бесплатной основе проект получил поддержку от Фонда президентских грантов для реализации в 11 регионах России.

А также партнерами проекта стали Аппарат уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, Госкорпорация «Роскосмос», Российский государственный социальный университет (РГСУ), Федерация парашютного спорта России, Региональные отделения ВОРДИ, Аэродинамические комплексы, СО НКО по всей России в «пилотных» регионах, Общественный совет родителей детей - инвалидов и молодых инвалидов при ДТиСЗН г. Москвы, Аппарат уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, Центр авиакосмической медицины, Первый МГМУ имени И.М. Сеченов, Министерство спорта Российской Федерации и др.

В сотрудничестве с РГСУ инструктора аэротрубных комплексов и члены команды проекта прошли базовый курс по переподготовке и повышению квалификации «Современные технологии адаптивной физической культуры (АФК) для детей с ОВЗ» (пилот ДЦП и с инвалидностью).

Проект по аэродинамической гимнастике детей с ДЦП и двигательными нарушениями «Летай со мной» (проект «Летай со мной») представляет собой комплексную социальную реабилитацию и физическую адаптацию детей-инвалидов с ДЦП с помощью современной инновационной методологии - объединение адаптивной физической культуры (АФК) с аэродинамической гимнастикой с применением аэродинамической трубы.

В связи с этим развитие аэродимнамической гимнастики в рамках адаптивной физической культуры считается перспективным и уникальным со стороны использования инновационных технологий (аэротрубы, современных аппаратных устройств оценки эффективности реабилитационных мероприятий).

Аэродинамическая труба - это безопасный и эффективный спортивный тренажер как для спортсменов-парашютистов так и любителей парашютного спорта. А также это уникальные условия для тренировки вестибулярного аппарата, сенсорных анализаторов, оттачивания двигательных возможностей человека.

Данная методика является уникальной и инновационной для России. На сегодняшний день данное направление социальной реабилитационной аэрогимнастики стремительно развивается и привлекает всё большее число людей с инвалидностью в Европе и мире (Бельгии, Франции, Исландии, Лихтенштейна, Северной Македонии, Норвегии, США и др.).

Аэродинамическая гимнастика — это методика занятий гимнастикой с детьми, имеющими детский церебральный паралич в условиях аэродинамической трубы. Регулирование потока и скорости ветра, а также использование различных нагрузок дает возможность моделировать программы занятий для детей с детским церебральным параличом с учетом индивидуальных показателей ребенка.

Различные упражнения в потоке воздуха способствуют снятию напряжения в мышцах, развитию выносливости мышц, растягиванию мышц, устранению мышечных спазмов и судорог, развитию мышечной силы, развитию координации и пространственной ориентировки.

Целевая группа проекта: дети-инвалиды с детским церебральным параличом в возрасте от 5 до 14 лет.

Комплексная программа занятий АФК и аэродинамической гимнастики уже несколько лет и успешно применяется в аэротрубе Fly Station в Санкт-Петербурге, а также в Челябинске на базе аэродинамического комплекса «Skywind» г. Миасс.

Основными принципами являются: соблюдение интересов ребенка; индивидуальный подход; систематичность и непрерывность занятий; вариативность комплексов упражнений; рекомендации для занятий дома с учетом индивидуальных показателей психофизического состояния занимающихся.

Задачи проекта:

1. Организация площадки с доступной средой для детей — инвалидов для проведения тренировочных занятий по адаптивной физической культуре и аэродинамической гимнастике;

2. Формирование междисциплинарной команды специалистов (невролог, реабилитолог, ортопед, психолог, инструктор по адаптивной физической культуре);

3.Увеличение команды тренеров, имеющих соответствующую специализацию и образование по адаптивной физической культуре;

4. Оценка психофизического состояния детей, участвующих в проекте, разработка и апробация комплексов упражнений по адаптивной физической культуре, направленных на улучшение и развитие психофизического состояния организма детей;

5. Проведение регулярных занятий аэродинамической гимнастикой и адаптивной физической культурой с детьми с детским церебральным параличом.

6. Популяризация опыта занятий двигательной активностью с детьми, имеющими детский церебральный паралич, разработка практических рекомендаций.

Диагностика детей обязательна в формате консультационно-диагностического дня с предоставлением родителями (опекунами) оригиналов документов, медицинской документации и исследований.

Перед началом в середине и по окончании проекта дети с детским церебральным параличом проходят комплексную диагностику междисциплинарной командой проекта в которую входят реабилитолог, психолог и тренер по адаптивной физической культуре.

Диагностика проводится для оценки психофизического состояния ребенка, противопоказаний, составления индивидуальной программы и профессионального сопровождения специалистами и прохождения программы по спортивно-физической реабилитации во время участия в проекте данных детей. При успешном прохождении диагностики, на каждого ребенка заводится диагностическая карта; таблица замеров экипировки, предполетная таблица оценки психологом, дневник наблюдения родителями за детьми.

В проекте применяется индивидуальный подход к каждому ребенку с подбором комплекса упражнений и физической нагрузки на мышцы в рамках регулярных занятий по адаптивной физической культуре в соответствии с психофизическим состоянием и рекомендациями от лечащего врача (невролога).

Занятия по адаптивной физической культуре проводятся 2 раза в неделю, они являются предварительными перед полетом в аэротрубе, что позволяет психологически и физически настроить ребенка на аэродинамическую гимнастику, которая проводится после занятий по адаптивной физической культуре. Результаты.

Данный проект направлен на социальную реабилитацию и физическую адаптацию детей с детским церебральным параличом с использованием современных средств и методов диагностики и оценки эффективности реабилитационных мероприятий, участию детей в спортивно-соревновательной деятельности и формирование Сборной России детей и подростков с инвалидностью (ДЦП) по аэротрубной дисциплине. Проекте

представляет собой реализацию комплексной социальной реабилитации детей с детским церебральным параличом средствами адаптивной физической культуры и занятий аэродинамической гимнастикой в аэротрубе, коммуникации между детьми и специалистами, мотивации в адаптивном спорте.

В рамках занятий двигательной активностью специалистами ставятся частные задачи по нормализации мышечного тонуса, нормализации двигательных навыков; повышению подвижности суставов; повышению силы и силовой выносливости основных групп мышц; оптимизации и профилактике спастичности мышц, формированию устойчивого положительного психофизиологического процесса (мотивации в спорте).

Физическая культура и спорт для лиц с инвалидностью, как показал многолетний опыт, являются одним из основных способов их физической, психической и социальной реабилитации. Интеграция в общество человека с ограниченными возможностями сегодня означает процесс и результат предоставления ему прав и реальных возможностей участвовать во всех видах и формах социальной жизни, включая и занятия адаптивной физической культурой и спортом наравне и вместе с остальными членами общества в условиях, благоприятных для его развития, подробно в статье: МОТИВАЦИЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ЗОЖ И ЗАНЯТИЯМ СПОРТА – Студенческий научный форум (scienceforum.ru)

Сайт проекта: летайсомной.рф

Основные спикеры проекта:

Инициатива создания проекта ОНФ: Калачева Е.С., первый заместитель руководителя Исполкома ОНФ.

Федеральный оператор, руководитель и автор проекта: Иноземцева Екатерина Михайловна, вице - президент Благотворительного фонда Екатерины Иноземцевой», заместитель председателя Общественного совета родителей детей-инвалидов и молодых инвалидов при Департаменте труда и социальной защиты населения города Москвы, заместитель руководителя рабочей группы по соблюдению прав детей-инвалидов Общественного совета

при Уполномоченном при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, член КС по делам инвалидов при ОНФ, член рабочей группы по развитию доступного туризма в России.

Главный реабилитолог проекта: Воробьева Екатерина Сергеевна, реабилитолог, физический терапевт, специалист по постуральному менеджменту.

Главный клинический психолог проекта: Скрипко Диана Игоревна. Детский нейропсихолог, логопед, специалист программ мозжечковой стимуляции, ведущая обучающих семинаров и тренингов для специалистов, соавтор методического пособия «Возможности применения комплекса «Learning breakthrough kit» (balametrics) в коррекционно-развивающей работе с детьми» (2016).

Невролог проекта: Тютюнников Кирилл Юрьевич, врач-невролог, специалист по подбору ТСР.

Региональные операторы проекта «пилота»:

1. г. Москва - Реабилитационные центры Благотворительного фонда Екатерины Иноземцевой, координатор проекта - Бурцева Наталья региональный куратор г. Москва

2. г. Санкт-Петербург и Ленинградская область - Громова Оксана, председатель РО ВОРДИ (региональное отделение)

3. г. Ульяновск - Верюгина Светлана, региональный куратор проекта в Ульяновске, Председатель регионального отделения ВОРДИ Ульяновской области

4. г.Челябинск - Беркович Любовь, руководитель медицинского центра КИЯ

5. г. Сургут (ХМАО) – Королева Светлана Вячеславовна, региональный куратор проекта в ХМАО (г. Сургут), Председатель регионального отделения ВОРДИ ХМАО, руководитель БУ «Сургутский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями».

6. г. Казань (Республика Татарстан) – Халтурина Жанна Валерьевна, региональный куратор проекта в г. Казань, Председатель регионального отделения ВОРДИ Республики Татарстан.

7. г. Иркутск (Иркутская область) – Щеглачева Лилия Викторовна, региональный куратор проекта в г.Иркутск, Председатель регионального отделения ВОРДИ Иркутской области.

8. г. Новосибирск (Новосибирская область) – Андреев Андрей Борисович, региональный куратор проекта в г. Новосибирск, руководитель проектами НРООИСиСД «Вектор».

9. г. Южно-Сахалинск (Сахалинская область) – Богданова Юлия Леонидовна, региональный куратор проекта в г. Южно-Сахалинск, Председатель регионального отделения ВОРДИ Сахалинской области.

10. г. Кемерово (Кемеровская область) – Кошко Наталья Николаевна, кандидат биологических наук, руководитель центра инклюзивного образования, методист ГОО «Кузбасский региональный центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Здоровье и развитие личности», региональный куратор проекта в г. Кемерово (Кемеровской области).

11. г. Красноярск (Красноярский край) – Марьяшина Наталья Леонидовна, региональный куратор проекта в г. Красноярск, Председатель регионального отделения ВОРДИ Красноярского края.

Контактная информация руководителя проекта - Иноземцева Екатерина Михайловна: +7(929)653-13-23, eka9048@yandex.ru

Эксперты проекта:

Корнев Александр Владимирович, доцент факультета физической культуры РГСУ, куратор направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), судья всероссийской категории по спорту слепых, член Паралимпийского комитета России, судья чемпионата мира Cibatlon 2020.

Ниязов Вадим Владимирович, главный тренер Сборной России по парашютному спорту, вице-президент Федерации парашютного спорта России.

Мухаметгалеева Екатерина Дмитриевна, руководитель - главный эксперт по медико-социальной экспертизе по Удмуртской Республике, заслуженный работник здравоохранения Удмуртской Республики, кандидат медицинских наук.

Исанова Валида Адимовна, д.м.н., профессор, заслуженный врач Республики Татарстан, главный реабилитолог Министерства социальной защиты Республики Татарстан.

Ютуб канал фонда:

https://www.youtube.com/watch?v=G4UqpJdp0LM&t=2s о старте проекта

Видео: https://disk.yandex.ru/d/FCZstc-Uy-ESvg?w=

1 https://www.youtube.com/watch?v=ym7G46QhFQI&t=135s о команде и методике проекта Фото: https://vk.com/albums-201286301

Отзывы родителей и детей с ДЦП:

https://www.youtube.com/watch?v=fYI876AHCpE

https://www.youtube.com/watch?v=7gnQXvXHKww

https://www.youtube.com/watch?v=_nZsw1dfkuw&t=81s

Презентация для партнеров:

https://drive.google.com/drive/folders/1JJla9VfEE8TOPNuP3E6ngTjDcvYdPLE?usp=sharing

Кубок России по аэротрубным дисциплинам парашютного спорта и участие детей с ДЦП (Агентство новостей Франции рассказали о Марьяне Долик, участнике проекта «Летай со мной», ДЦП 13 лет):

https://www.youtube.com/watch?v=_yUaZHPVVqs

https://www.france24.com/en/live-news/20210510-russian-children-fly-free-from-challenges-of-cerebral-palsy

https://information.tv5monde.com/info/en-russie-les-airs-s-ouvrent-des-enfants-handicapes-408033