



МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГООУСОН «Мончегорский комплексный центр социального обслуживания населения»



Всероссийский конкурсный отбор проектов «Женщины за здоровое общество»

ПРАКТИКА

«СПОРТИВНО-АДАПТИВНАЯ ПЛОЩАДКА «RV&S: ПАРАВАРКАУТ И СПОРТ»

Номинация: Здоровый образ жизни

Руководитель команды: Смагина Анна Андреевна, заведующий отделением ГООУСОН «Мончегорский КЦСОН»
РФ, Мурманская область, город Мончегорск

#насеверезить

ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ПОБЕДИТЕЛЬ В НОМИНАЦИИ «ПОЛЮС ЭНЕРГИИ» КОНКУРСА СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «МИР НОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ» ПАО «ГМК «НОРИЛЬСКИЙ НИКЕЛЬ»

✕ ПРОБЛЕМА

низкая интенсивность физической активности людей с ограниченными возможностями здоровья

✓ РЕШЕНИЕ

создание «Спортивно-адаптивной площадки «PV&S: ПараВоркаут и спорт»

🎯 ЦЕЛЬ

повышение физической активности людей с ограниченными возможностями здоровья путём создания спортивно-адаптивной площадки для внедрения и популяризации ПараВоркаута, организация активного досуга посредством спортивных, настольно-спортивных игр и занятий по адаптивной физической культуре; пропаганда здорового образа жизни



КОМПОНЕНТЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ ЦЕЛЕВОЙ ГРУППЫ

- доступность, посильность, комфортность
- эффективность, увлекательность
- отсутствие для благополучателей финансовых затрат



ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ ПРАКТИКИ



инвалиды, в т.ч. колясочники



пожилые люди



молодые инвалиды



дети-инвалиды



БЛОК «ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»



ЛЕКТОРИЙ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»



2 цикла по **10** занятий

25 чел. — количество участников

3 адаптированные локации: для детей, молодежи, старшего поколения

3 формата проведения: личное участие, офлайн, онлайн



ШКОЛА ПО УХОДУ



2 цикла по **5** занятий

25 чел. — количество участников

ТЕМАТИКА

- Безопасная среда
- Подбор комплекса упражнений
- Дыхательная гимнастика
- Первая помощь при травмах
- Психологическая помощь семьям
- Технические средства реабилитации
- Гигиенические процедуры

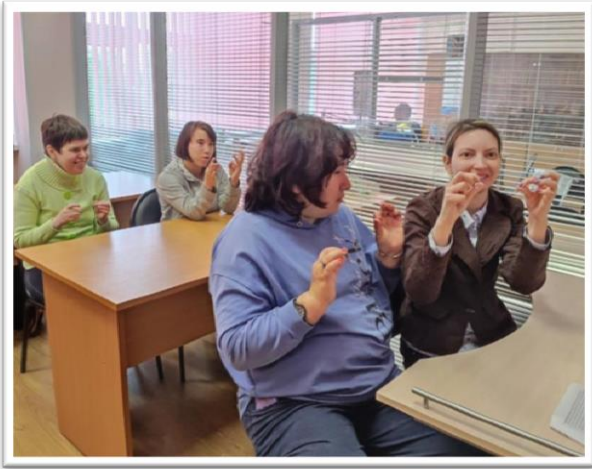
АУДИТОРИЯ:

граждане,
осуществляющие
родственный уход,
старшее поколение

БЛОК «ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ОБЩИМ ВОПРОСАМ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ

50 чел. — количество участников



Формат проведения:

- групповые консультации
- индивидуальные консультации

ВЫПУСК ЖУРНАЛА «ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»



СОЗДАНИЕ ИЛЛЮСТРАЦИОННОГО
МАТЕРИАЛА

- тематический презентационный материал
- видеоролики
- памятки



КЛЮЧЕВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ

Театрализованная постановка «Где живёт здоровье?»



«Социальный интеграционный
театр «Доступный мир»



БЛОК «СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ»

ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ

- занятия по ПараВоркауту
- скандинавская ходьба
- спортивные игры
- настольно-спортивные игры
- различные виды гимнастики
- танцетерапия

144 — количество тренировок

СПОРТИВНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

- площадка на городском мероприятии «ПИКНИК»
- спортивные квесты
- спортивные соревнования
- флешмобы
- турниры

11 — количество мероприятий

«МОБИЛЬНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»

- видеоцикл занятий по физической культуре:
 -  для несовершеннолетних участников проекта
 -  для совершеннолетних участников проекта

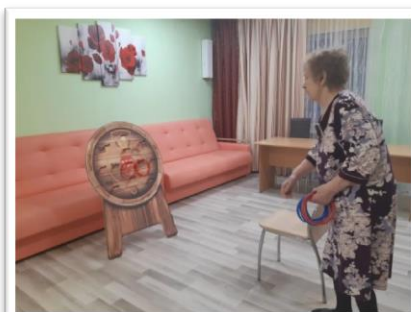
7 — количество видеороликов



Специализированные тренажеры: Вело, Тяни-Толкай, Твистер сдвоенный, Вертикальная тяга — **4** шт.



Настольно-спортивные и спортивные игры: Джакколо, Новус, Шаффлборд, Рошфор, Лестничный гольф, Кольцеврос "Бочка", Факира, Айровол, Колесо да Винчи, Кульбуто спорт, Корнхолл, 10 шаров, Бочча, городки — **14** шт.



БЛОК «СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ПОЗИТИВНОГО ОБЩЕНИЯ»



МЕРОПРИЯТИЯ ПРАКТИКИ СПОСОБСТВУЮТ:

- развитию взаимодействия людей с ограниченными возможностями здоровья с социумом
- созданию позитивной коммуникативной среды



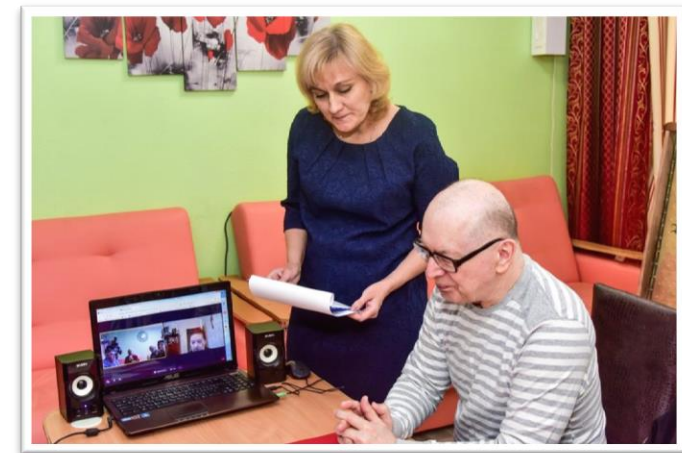
СПОСОБЫ СОЗДАНИЯ УСЛОВИЙ ДЛЯ ПОЗИТИВНОГО ОБЩЕНИЯ:



Повышение компьютерной грамотности целевой группы (оказание помощи целевой аудитории в использовании интернет-ресурсов для получения информации о проекте и участии в он-лайн-мероприятиях)

Привлечение волонтеров из числа молодежи, детей, «серебряных» и инклюзивных волонтеров

Организация виртуального общения участников проекта



РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ

«СПОРТИВНО-АДАПТИВНАЯ ПЛОЩАДКА «PV&S: ПАРАВАРКАУТ И СПОРТ»



КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

101 чел.
участников проекта



61 волонтер



77 чел. из числа ближайшего
окружения целевой аудитории



208 консультаций



ПРОВЕДЕНИЕ:

144 тренировочных занятий



создание **7** видеороликов для
раздела «Мобильная физкультура»



30 занятий в Лектории и Школе по уходу

80 занятий по компьютерной грамотности



РАЗМЕЩЕНИЕ ИНФОРМАЦИИ В СМИ:

Освоение гранта
1 126,4
тыс. руб.



2 статьи



4 заметки



15 заметок



3 видеосюжета



16 заметок



12 статей



2 заметки



2 заметки



2 видеосюжета



на сайтах
партнёров - 7



КАЧЕСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Повышение информированности о принципах и правилах здорового образа жизни – **100 %**
- Формирование мотивации у граждан с ограниченными возможностями здоровья в систематических занятиях физической культурой и спортом, повышение физической активности – **82,2 %**;
- Улучшение качества жизни людей с ограниченными возможностями здоровья, снятие эффекта «социального одиночества», повышение самооценки – **95 %**;
- Наличие организованности свободного времени граждан с ограниченными возможностями здоровья, обеспечение посильности, доступности, безопасности и увлекательности участия – **100 %**

СПОРТИВНО-АДАПТИВНАЯ ПЛОЩАДКА «PV&S: ПАРАВАРКАУТ И СПОРТ»

ПАРТНЁРЫ ПРАКТИКИ

СОФИНАНСИРОВАНИЕ



ИНФОРМАЦИОННАЯ ПОДДЕРЖКА И ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ПОМОЩЬ



КОМАНДА КОРПОРАТИВНЫХ ВОЛОНТЁРОВ «КОМБИНАТ ДОБРА»



ФГБПОУ «МОНЧЕГОРСКОЕ СУВУ»



ГАПОУ МО «МОНЧЕГОРСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»



ГАПОУ МО "СЕВЕРНЫЙ КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА"



КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МОНЧЕГОРСКА С ПОДВЕДОМСТВЕННОЙ ТЕРРИТОРИЕЙ

ТИРАЖИРОВАНИЕ ПРАКТИКИ



Практику внедряют **2** региона:

- ✓ МБУ КЦСОН по Metallurgical District of the City of Chelyabinsk, Chelyabinsk Region
- ✓ GAU AO "Poyarkovsky KCSN", Amur Region

ИНФОРМАЦИОННАЯ ПОДДЕРЖКА



МОНЧЕГОРСКАЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ БИБЛИОТЕЧНАЯ СИСТЕМА



МАУ «МОНЧЕГОРСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР КУЛЬТУРЫ»



МОНЧЕГОРСКИЙ МУЗЕЙ «ДЕТИ ВОЙНЫ»



МОНЧЕГОРСКАЯ ПЕРВИЧНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ "ВСЕРОССИЙСКОЕ ОРДЕНА ТРУДОВОГО КРАСНОГО ЗНАМЕНИ ОБЩЕСТВО СЛЕПЫХ"



МОНЧЕГОРСКАЯ МЕСТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ "ВСЕРОССИЙСКОЕ ОБЩЕСТВО ИНВАЛИДОВ"

Проект «Спортивно-адаптивная площадка «PV&S: ПараВоркаут и спорт» **ПОДДЕРЖАЛА** участница **ПАРАЛИМПИЙСКИХ** игр
Екатерина Машковская

ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ

Практика «PV& S: параВоркаут и спорт» утверждена локальным актом (приказ по учреждению). В рамках практики осуществляется планирование (календарно-тематические планы, планы мероприятий, маршрутизация, графики проведения текущих мониторингов, формы анкет, показателей результативности и пр.) Координацию и контроль реализации осуществляет заведующий отделением. Назначены ответственные лица по направлениям, производится оценка эффективности, составляется аналитический отчёт.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ

Практика имеет современное материально-техническое оснащение. Оборудована спортивная площадка, в т. ч. с зоной для занятий ПараВоркаутом и зоной отдыха; покати и инвентарь для занятий спортивными и настольно-спортивными играми, скандинавской ходьбой, адаптивной физической культурой. Основное оборудование для занятий и активного досуга: тренажеры для ПараВоркаута «Вело», «Тяни — Толкай», «Твистер сдвоенный», «Вертикальная тяга», спортивные и настольно-спортивные игры Джакколо, Новус, Шаффлборд, Рошфор, Лестничный гольф, Кольцеброс на ноге «Бочка», Факира, Айробол, Колесо да Винчи, Кульбуто спорт, Корнхолл, 10 шаров. Разработаны буклеты, памятки по направлениям реализации практики, используется мультимедийное оборудование.

КАДРОВЫЕ

Практика реализуется сотрудниками ГОАУСОН «Мончегорский КЦСОН с привлечением специалистов в рамках партнёрских соглашений (10 организаций и учреждений) и волонтеров.



МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГООУСОН «Мончегорский комплексный центр социального обслуживания населения»

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

#насеверезить



МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГООУСОН «Мончегорский комплексный центр социального обслуживания населения»



184511, Мурманская область,
г. Мончегорск, ул. Строительная, д.5
тел./факс (815-36)7-27-35
e-mail: m_kcson@mail.ru
сайт учреждения: www.monchkcson.ru
 <https://vk.com/monchkcson>

#насеверезить