



ЛЕТАЙ СО МНОЙ

ЛЕТАЙСОМНОЙ.РФ



Благотворительный фонд
Екатерины Иноземцевой



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

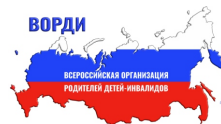


Федерация
парашютного спорта
России



РОСКОСМОС

ВОРДИ



ОБЩЕРОССИЙСКИЙ НАРОДНЫЙ ФРОНТ



Общероссийский народный фронт — общественное движение, созданное в мае 2011 г. по инициативе президента РФ Владимира Путина, которое объединяет активных и неравнодушных жителей страны.

ГЛАВНЫЕ ЗАДАЧИ ОНФ

Контроль за исполнением указов и поручений главы государства, борьба с коррупцией и расточительством, неэффективными тратами государственных средств, вопросы повышения качества жизни и защиты прав граждан.



МЕТОДИКА ПРОЕКТА «ЛЕТАЙ СО МНОЙ»



В методику проекта вошел практический опыт по АФК и аэродинамической гимнастике в аэротрубе в городах Санкт-Петербург и Челябинск.

Аэродинамическая гимнастика — это уникальная методика, применяемая в комплексной социальной реабилитации детей с ДЦП, которая позволяет эффективно тренировать все системы организма. В аэродинамической трубе нагрузку получают практически все группы мышц. Аэродинамическая гимнастика повышает двигательную силу и развивает способность удерживать равновесие тела. Воздушный поток позволяет управлять телом, тем самым помогает не только выработать двигательные навыки, но и задействовать всю центральную нервную систему.

В настоящее время проект получил поддержку от Фонда президентских грантов для реализации в четырех городах: Москва, Санкт-Петербург, Челябинск, Ульяновск, где уже набраны 120 детей с инвалидностью на комплексную программу. Это позволило подтвердить эффективность методики, а затем масштабировать её результаты на другие регионы. Помимо этого, в проекте сформирована профессиональная команда специалистов и тренеров по адаптивной физической культуре по работе с детьми с ДЦП.

Специалисты и тренеры команды проекта работают совместно с инструкторами аэродинамического комплекса в каждом регионе. Инструкторы аэротруб прошли тщательный отбор и специальный курс переподготовки и повышения квалификации по АФК с применением новых технологий в адаптивной спортивной рекреации на базе РСГУ.



Подробнее о методике:
clck.ru/Rnrh9
clck.ru/Rnrkn



ЦЕЛИ И ПЛАНИРОВАНИЕ



ЦЕЛЬ СОЦИАЛЬНОГО ПРОЕКТА

Социальная реабилитация, социализация и физическая адаптация детей с ДЦП в обществе посредством прохождения комплексных регулярных занятий по АФК (адаптивная физическая культура) и аэродинамической гимнастики в аэротрубе, создание в пилотных регионах дополнительных возможностей для адаптивной спортивной среды.

ЦЕЛЕВЫЕ ГРУППЫ ПРОЕКТА

- дети-инвалиды с ДЦП в возрасте от 5 до 14 лет
- мультидисциплинарная команда специалистов: региональные кураторы, реабилитологи, неврологи (профиль ДЦП), клинические психологи, тренеры по АФК, инструктора аэротруб, эксперты (ортопед, физический терапевт) и методисты.

НАПРАВЛЕНИЯ ПРОЕКТА

- Организация площадки с доступной средой для детей с ДЦП для проведения тренировочных занятий по АФК и аэродинамической гимнастике.
- Увеличение команды тренеров, имеющих соответствующую специализацию и образование по АФК, в том числе тренеров-волонтеров.
- Оценка психофизического состояния детей проекта, подбор и проведение комплекса занятий адаптивной физической культуры, направленных на улучшение состояния и развитие детей.
- Проведение регулярных занятий детей с ДЦП в аэротрубе в соответствии с рекомендованной оценкой состояния ребенка.
- Распространение опыта проекта среди некоммерческих организаций и повышения узнаваемости проекта.

ГЕОГРАФИЯ ПРОЕКТА

- «Пилотные» города: Санкт-Петербург, Челябинск, Москва, Ульяновск
- Города для тиражирования практики: Ижевск, Казань, Иркутск, Кемерово, Красноярск, Южно-Сахалинск, Сургут

KPI

- 4 текущих
+ 7 новых регионов
- 120 текущих
+ 210 новых
детей-участников
проекта



ОТБОР И ДИАГНОСТИКА ДЕТЕЙ-УЧАСТНИКОВ

ОТБОР ДЕТЕЙ В ПРОЕКТ

Дети проходят тщательный отбор (диагностику и осмотр со специалистами: реабилитолог, невролог и психолог) с целью исключить противопоказания и, учитывая особенности психофизического состояния ребенка, составить программу и профессиональное сопровождение специалистами проекта. Диагностика детей обязательна в формате консультационно-диагностического дня с предоставлением родителями (опекунами) оригиналов документов согласно перечню и осмотра и оценки неврологического статуса у детей, анализ результатов клинических обследований ребенка и анамнеза жизни и заболевания; оценка двигательной, рефлекторной и координаторной сферы и высших психических функций).

ОПЕРАТОР ПРОЕКТА



Благотворительный фонд
Екатерины Иноземцевой г. Москва

Профиль — АФК с детьми с ДЦП и другими двигательными нарушениями

ДАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ

- «Пилотный» этап: с 01.02.2021 по 28.02.2022 гг.
- Тиражирование практики: с 01. 07.2021 по 31.07.2022 гг.



ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ

Каждый ребенок в возрасте от 5 до 14 лет, весом до 80 кг, проходит курс регулярных занятий по АФК в группе.

Еженедельные тренировочные занятия по АФК (адаптивной гимнастике) позволяют подготовить детей с ДЦП к тренировочному полёту (выполнению упражнений по аэродинамической гимнастике в аэротрубе в сопровождении инструктора аэротрубы). Тренировочные полеты проходят в аэродинамическом комплексе в каждом городе, которая предназначена для имитации свободного падения в воздушном потоке. В проекте участвует 2 вида аэротруб: открытые и закрытые.

РЕГУЛЯРНОСТЬ ЗАНЯТИЙ

Суть методики: закрепление полученных навыков физического развития на суше (в споривном зале по АФК) в аэротрубе в воздушном потоке (аэродинамическая гимнастика). Регулярные занятия по **АФК** (45 - 60 мин., продолжительность курса 5-6 месяцев регулярных занятий) — 2 раза в неделю для подготовки к тренировочному полету. **Аэродинамическая гимнастика** (тренировочный полет в аэротрубе) в обязательном сопровождении инструктора аэротрубы — 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия 2-5 минут, в дальнейшем увеличивается до 7 минут.

Для каждого ребенка предусмотрена экипировка для аэротрубного спорта: Шлем (обязательно закрытый); шарф-труба (бафф); комбинезон с захватами; обувь (кеды либо другая с плоской подошвой), беруши.

ГЕОГРАФИЯ ПРОЕКТА



Санкт-Петербург

Москва

Казань

Ульяновск

Ижевск

Сургут

Челябинск

Кемерово

Красноярск

Иркутск

Южно-Сахалинск



«пилотные»
города



города для
тиражирования
практики

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ ПО ПРОЕКТУ



Дети и родители о динамике изменений и улучшениях в психофизическом развитии.

Смотрите видеосюжеты:

1



clck.ru/RnoZS



2



clck.ru/Rnoij



3



clck.ru/TfRCh



4



clck.ru/TfRWJ



5



clck.ru/TfRfe



КОНТАКТЫ

Остались вопросы?
Давайте обсудим.

Екатерина Иноземцева

руководитель проекта «Летай со мной»

+7 929 653-13-23

bfinoz@bk.ru

Сайт проекта:

летайсомной.рф



ЛЕТАЙ СО МНОЙ



Благотворительный фонд
Екатерины Иноземцевой

