



Региональная общественная организация  
«Федерация каратэ Республики Бурятия»

Проект

**«Кия – мы тоже сможем!»**



**Рис.1 Мигмар, диагноз «Органическое расстройство личности (псевдопсихопатическое), нарушения поведения и влечений»**

2019 год

**I. Название проекта: «Кия – мы тоже сможем!»**

**II. Цель проекта:**

Реабилитация детей-инвалидов через занятия адаптивным каратэ для повышения качества жизни семей, воспитывающих детей -инвалидов, и активного включения их в жизнь общества.

**III. Задачи проекта:**

- Организовать круглогодичную работу по адаптивного каратэ. Формирование у детей и родителей позитивных ценностных ориентаций и убежденности в пользе физической культуры для улучшения здоровья.
- Улучшить материально-техническую базу для проведения занятий по адаптивному каратэ.
- Улучшение психического и физического здоровья детей за счет организации регулярных занятий по адаптивному каратэ.
- Проведение и участие в соревнованиях по адаптивному каратэ для демонстрации приобретенных умений детей с ОВЗ, а также для повышения уверенности в себе, создания ситуации успеха для участников проекта
- Повысить квалификацию специалистов, работающие с людьми ОВЗ

**IV. Краткое описание проекта:**

Проект направлен на круглогодичную реабилитацию детей-инвалидов (задержка психоречевого развития (ЗПР), расстройство аутического спектра (РАС), Синдром Дауна, поражением опорно-двигательного аппарата и др.) в возрасте от 5 до 17 лет в г. Улан-Удэ, через занятия адаптивным каратэ (АК). Правильно построенные занятия АК дает хорошее развитие мышц и интеллекта, способствуют приобретению хорошей физической формы и созданию новых нейронных связей, которые улучшают память, качество продуцирования и понимания речи, воздействуют на проприоцепцию и выработку компенсаторных навыков. Занятия АК включают себя комплекс специальных физических упражнений с использованием визуального расписания и сенсорных стимулов. Используя их для мотивации и разгрузки нервной системы ребенка.



**Рис. 2** Растяжка. Родители помогают тянуться

Силами 3 тренеров (Тубчинов Дмитрий, Мунханов Михаил, Цыбенков Дмитрий) в рамках проекта будут организованы группы по АК в каждом районе города Улан-Удэ (Советский, Октябрьский и Железнодорожный район), что позволит родителям особенных детей посещать занятия вблизи своего микрорайона. Дети будут разбиты по диагнозам и физическим возможностям. Для проведения занятий в помощь инструктору будут привлечены волонтеры из числа воспитанников Федерации каратэ Бурятия, а также родителей для адаптации к тренировочному процессу для тех детей кому это будет необходимо.

## **V. География проекта:**

Проект будет реализовываться в Республике Бурятия г. Улан-Удэ.

Город разделен на три района (Советский, Октябрьский и Железнодорожный район) Поэтому секции будут проходить в каждом районе города для удобства родителей особенных детей посещать занятия вблизи своего микрорайона.

Адреса:

1. Октябрьский район: ул. Шумяцкого 12 А, Центр досуга «Легион»
2. Советский район: ул. Кирова 1, Центральный стадион
3. Железнодорожный район: ул. Революции 1905 г. 100, Спортивный зал единоборств

## VI. Обоснование социальной значимости проекта

По данным Федеральной государственной информационной системы Федерального реестра инвалидов (<https://sfri.ru/>) в Республике Бурятия на сентябрь 2017 году насчитывалось 5323 детей-инвалидов, в 2018 году насчитывалось 5631 детей-инвалидов, а в 2019 году эта цифра составляет 6052 детей-инвалидов. Динамика роста показателя составила 12% за два года.

В Бурятии дети-инвалиды от 5 лет и старше с ментальными нарушениями и нарушениями опорно-двигательного аппарата наименее охвачена образовательными и коррекционными услугами. На данный момент дети до 5 лет с ОВЗ могут посещать центр раннего вмешательства. Дети с 7 лет обучаются на дому. Таким образом, дети с 5 до 7 лет совершенно не охвачены системой государственной социальной реабилитации, а с 7 до 15 лет реабилитация сводится лишь к школьному обучению на дому. Реабилитация детей в данном возрасте проводится по усмотрению и желанию родителей, которые делают основной упор на занятия с логопедом или дефектологом, но упускают из виду спортивные занятия. Это происходит в силу разных причин: финансовых - у особых детей один родитель вынужден посвятить жизнь ребенку и уволиться с работы, или в 70 % отец покидает семью с особым ребенком; кадровых - дети с ментальными нарушениями плохо выполняют или не понимают инструкции, обладают поведенческими особенностями, которые пугают неподготовленного специалиста; недостаточной информированности взрослых о влиянии физической культуры на развитие мозга. Как в любой другой сфере, важнейшим фактором успеха является регулярность и постоянство занятий. Это позволяет укрепить достигнутый результат, сделать занятия спортом частью образа жизни и привычкой на всю жизнь.



**Рис.3** Качают пресс



**Рис. 4** Отрабатывают блоки



**Рис. 5.** Упражнение на внимательность

С сентября 2018 года Федерация каратэ Бурятия провела пробный набор группы по адаптивному каратэ. За 12 месяцев было охвачено 19 детей, сейчас продолжают регулярно заниматься 17 детей, За 12 месяцев дети физически окрепли, улучшилась моторика, координация, реакция, понимание речи.



**Рис.6** Волонтер помогает отрабатывать удар ногой

## **VII. Качественный результат**

- Качественным результатом будет улучшение физического и психического состояния детей, приобретение новых двигательных навыков, навыков ходьбы, появление новых речевых возможностей, развитие координации, за счет организации регулярных занятий по адаптивному каратэ;
- Повышение квалификации и трудоустройство 3 тренеров;
- Формирование у родителей понимания прямой зависимости между физическим и психическим развитием ребенка, важности влияния спорта на здоровье и качество жизни в целом;
- Информирование населения об адаптивном каратэ как о методе реабилитации детей-инвалидов;
- По итогам проекта будет наработан и обобщен положительный опыт применения адаптивного каратэ для работы с детьми-инвалидами в Регионе.

## **VIII. Дальнейшее развитие проекта**

Группы, сформированные во время проекта (6 групп по 15 человек) продолжают дальше занятия по адаптивному каратэ, т.к. оборудование приобретенное во время проекта, останется у тренеров и они смогут продолжать занятия с детьми. Зарплата тренера будет формироваться за счет спонсоров, меценатов, благотворительных сборов, получение субсидий и грантов.

Планируется проведение круглых столов с привлечением республиканских СМИ, органов власти, спонсоров для презентации отчета о результатах деятельности проекта и дальнейшего тиражирования проекта в других районах на территории Республики Бурятия и другие регионы где проходят занятия каратэ, через Всероссийскую федерацию каратэ.

Долгосрочный результат Федерации - это создание Республиканского детского центра по адаптивным видам спорта, либо открытия детского спортивного отделения на базе действующей Республиканской адаптивной школы в которой на сегодняшний день принимают с 18 лет.



**Адаптивное каратэ** - это не только терапевтический спорт, но и укрепление института семьи, поскольку вслед за особенными участниками начинают заниматься и их родные, что особо сближает их с детьми, отвлекает от проблем и снимает напряжение.

