

ИННОВАЦИОННАЯ ВСЕСЕЗОННАЯ ПРОГРАММА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО СПОРТА



Автономная некоммерческая организация
«Центр социальной помощи и адаптации для людей с диагнозом ДЦП и другими ограниченными возможностями здоровья «Лыжи мечты» Сергея Белоголовцева»

По данным ВОЗ к 2020 г. количество людей с ограниченными возможностями здоровья достигнет 20% населения

В России отсутствуют универсальные подходы к развитию массового адаптивного спорта для людей с особенностями развития.

Диагнозы участников программы «Лыжи Мечты»

- Детский церебральный паралич (60%)
- Аутизм (18%)
- Синдром Дауна (9%)
- Нарушение зрения
- Нарушение слуха
- Задержки развития
- Посттравматические состояния
- Постинсультные состояния
- Другие редкие диагнозы



А В 2014 ПОЯВИЛИСЬ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ»



ОСНОВАТЕЛИ ПРОГРАММЫ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ» СЕРГЕЙ И НАТАЛЬЯ БЕЛОГОЛОВЦЕВЫ

перепробовав все возможные методики лечения для сына Евгения с диагнозом ДЦП, однажды решились на эксперимент и поставили парня на горные лыжи.

Через 2 недели занятий стало очевидно, что горнолыжный спорт – самый эффективный метод реабилитации ДЦП и других особенностей здоровья.



К 2017 году более 3500
ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ С

ДЦП,

АУТИЗМОМ, СИНДРОМОМ
ДАУНА И ДРУГИМИ
ОСОБЕННОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
НАЧАЛИ КАТАТЬСЯ НА ГОРНЫХ
ЛЫЖАХ БЛАГОДАРЯ
ПРОГРАММЕ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ»
СЕРГЕЯ БЕЛОГОЛОВЦЕВА
НО...

КАК ОНИ МОГУТ
ПРОДОЛЖИТЬ
ЗАНЯТИЯ ЛЕТОМ?



2017 СОЗДАНЫ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ. РОЛИКИ»

НОВАЯ ПРОГРАММА
ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО
СПОРТА

для людей с ограниченными
возможностями здоровья

ЗАНИМАТЬСЯ РОЛЛЕР СПОРТОМ МОЖЕТ КАЖДЫЙ!

СЕГОДНЯ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ» – ЭТО ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО СПОРТА



Горные лыжи
«ЛЫЖИ МЕЧТЫ»



Роллер спорт
«ЛЫЖИ МЕЧТЫ. РОЛИКИ»



Командные виды спорта
«ЛЫЖИ МЕЧТЫ. ИГРЫ»

Инклюзивные спортивные лагеря
Школы
Реабилитационные центры

Занятия проводятся сертифицированными инструкторами с использованием специального оборудования

Зачем «особенным» людям эти странные занятия?



«АНТОН ТУТ РЯДОМ»: ОТЗЫВ ПОСЛЕ КУРСА 10 ЗАНЯТИЙ ВЗРОСЛЫХ ЛЮДЕЙ



Участники: мужчины от 23 до 35 лет

Ребята узнавали о возможностях своего тела. с каждым занятием все лучше держали баланс, хорошо освоили основы: стойку, элементы поворота и торможения. **Улучшилась координация движений.**

Занятия – это еще и новая социальная ситуация, взаимодействие с новыми людьми в новых условиях, возможность проявить самостоятельность, выйти из-под опеки.

Люди с аутизмом испытывают трудности с социальным взаимодействием и его правилами – им нужно специально этому учиться, **поэтому для них особенно ценно расширять репертуар социальных ситуаций.**

Опыт успешности: **успех дал ощущение внутренней гордости,** отсюда – рост уверенности в себе, повышение самооценки.



фонд
обнажённые
сердца



ЭЛИНА СУХОВА, ДЦП: ОТЗЫВ МАМЫ ПОСЛЕ ЗАНЯТИЙ РОЛИКАМ



- Линочке всего 6 лет. Но за годы своей жизни она перенесла много боли. Родилась она совершенно здоровым ребенком. Но после тяжелой болезни в 10 месяцев мы получили серьезное осложнение на головной мозг, и, как итог, диагнозы ДЦП, эпилепсия и задержку психо-речевого развития.
- Мы пользуемся много методик для реабилитации дочки, **но я никогда не замечала таких явных сдвигов после уже 4-х занятий.** У нас уменьшился тонус в пораженной правой ноге и даже стала лучше на нее опора.
- У Лины **появилось большое желание ходить ножками**, она стала часто просить спустить ее из коляски на асфальт, чтобы пошагать, держась за мамины руки.



Элина Сухова
6 лет

НАША МИССИЯ



ДАТЬ ВСЕМ ЛЮДЯМ С ОСОБЕННОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ВОЗМОЖНОСТЬ
ЗАНИМАТЬСЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИМ СПОРТОМ
ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ

Основные направления:

1. «**Инновации**» - разработка инновационных методик
2. «**Школа терапевтического спорта**» – открытие центров в регионах
3. «**Медицина и спорт**» – внедрение методик «Лыжи Мечты» в комплексную реабилитацию
4. «**Благ-помощь**» – финансовая помощь семьям для участия в занятиях, транспортировке и соревнованиях
5. «**Старты Мечты**» - ежегодные соревнования



«ЛЫЖИ МЕЧТЫ» СЕГОДНЯ



СО 100%-НЫМ
РЕЗУЛЬТАТОМ!



ПЕРВАЯ ВСЕРОССИЙСКАЯ ПРОГРАММА
ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО СПОРТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ С
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

♥ ДЦП

♥ Синдром Дауна

♥ Аутизм

♥ Слепоглухота

♥ Другие диагнозы

6000 человек
прошли Программу

400 инструкторов
по горнолыжному и роллер
спорту

28 регионов
39 ГЛК и 18 роллер центров
работают по Программе

3+ лет
возраст участников
практически не ограничен

Программа работает на базе АНО «Центр социальной помощи и адаптации для людей с диагнозом ДЦП и другими ограниченными возможностями здоровья «Лыжи Мечты» Сергея Белоголовцева» по инновационной авторской методике.

При поддержке главного детского реабилитолога РФ Татьяны Батышевой

ЭКСПЕРТНЫЙ СОВЕТ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ»



Батышева Татьяна Тимофеевна
Президент Национальной ассоциации экспертов по проблемам ДЦП и сопряженным заболеваниям, директор НПЦ детской психоневрологии



Воловец Светлана Альбертовна
Директор ГАУНПЦ медико-социальной реабилитации инвалидов имени Л.И.Швецовой



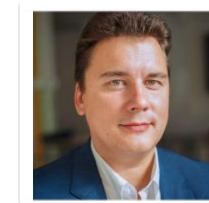
Гросс Нина Александровна
Директор Детского центра реабилитации и спорта "Гросско"



Евсеев Сергей Петрович
Завкафедрой теории и методики адаптивной физической культуры СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта



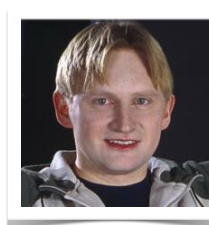
Крель Наталья Валерьевна
исполнительный директор Парадельфийского комитета России, международный технический эксперт по доступной среде



Поликанов Дмитрий Валериевич
Председатель Совета Форума Доноров, Президент фонда поддержки слепоглухих «Со-единение»



Пушкина Оксана Викторовна
Депутат Государственной Думы РФ



Ткачев Владимир Викторович
Президент Федерации Роллер Спорта России

РЕГИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ



24 РЕГИОНА РОССИИ: ОТ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ ДО САХАЛИНА



Сергей Кириенко

Первый заместитель Руководителя
Администрации Президента



Дмитрий Медведев

Председатель Правительства РФ



Анна Кузнецова

Уполномоченный при Президенте РФ
по правам ребенка



- Москва
- Новосибирская область
- Рязанская область
- Московская область
- Пермский край
- Свердловская область
- Кемеровская область
- Приморский край
- Тюменская область
- Красноярский край
- Республика Алтай
- Челябинская область
- Ленинградская область
- Республика Бурятия
- И ДРУГИЕ
- Мурманская область
- Респ. Карачаево-Черкесия
- Нижегородская область
- Республика Удмуртия

ПРОГРАММА «ЛЫЖИ МЕЧТЫ» — ЭТО...

САМАЯ ЭФФЕКТИВНАЯ ПРОГРАММА РЕАБИЛИТАЦИИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ДИАГНОЗАМИ ДЦП, АУТИЗМ, СИНДРОМ ДАУНА, НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ, СЛУХА И ДРУГИМИ ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.



300+



ОБУЧЕННЫХ
ИНСТРУКТОРОВ

СЛАЙДЕР
И СКИ-БРА



УНИКАЛЬНОЕ
ОБОРУДОВАНИЕ
ДЛЯ ЗАНЯТИЙ
НЕХОДЯЧИХ ЛЮДЕЙ



32 ГОРНОЛЫЖНЫХ
ЦЕНТРА В 20 РЕГИОНАХ
РОССИИ

5500



УЧАСТНИКОВ
ПРОГРАММЫ



АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА
ЗАНЯТИЙ УТВЕРЖДЕНА
ВНИИФК, РАО, РГСУ

ВАДИМ ЗАТЕЕВ, 9 лет – КЛЕЩЕВОЙ ЭНЦЕФАЛИТ



Рассказывает инструктор "Лыжи мечты" в Алтайском крае Галина Ермолова:

Лыжи мечты в качестве эффективной программы реабилитации родителям Вадима порекомендовал наблюдающий его невролог из Новосибирска.

Начали мы заниматься со сноу-слайдером. На первом же занятии я сказала родителям Вадима, что он поедет самостоятельно. У Вадима крепкие ножки, ведь до заболевания он занимался плаванием и очень любил спорт. Тогда в это было не так просто поверить.

Вадим очень сильно уставал. Первая тренировка у нас была продолжительностью всего 40 минут. Потом с каждой тренировкой Вадим только прибавлял и в физической выносливости, и в техническом мастерстве.

После трех занятий мы отказались от слайдера!



Вадим смог постичь науку горных лыж, смог стать более уверенным в своих силах, по словам папы стал более усердным в домашних тренировках, стал эффективнее использовать свои руки.




РАЗВИТИЕ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ»: РАСШИРЕНИЕ ВИДОВ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО СПОРТА




В 2016 ГОДУ НА ОСНОВЕ ГОРНОЛЫЖНОЙ ПРОГРАММЫ БЫЛА РАЗРАБОТАНА МЕТОДИКА РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ С ПОМОЩЬЮ РОЛЛЕР СПОРТА «ЛЫЖИ МЕЧТЫ. РОЛИКИ».


ЛЫЖИ МЕЧТЫ РОЛИКИ




100 
ОБУЧЕННЫХ
ИНСТРУКТОРОВ

СКИ-
РОЛЛЕРЫ
РАЗРАБОТАНЫ
СПЕЦИАЛИСТАМИ
«ЛЫЖИ МЕЧТЫ»


МОСКВА И МО,
УЛАН-УДЭ, СОЧИ,
МИАСС, ТАШТАГОЛ,
ИЖЕВСК,

500 
УЧАСТНИКОВ
ПРОГРАММЫ

 РОССИЙСКОЕ
АВТОРСКОЕ
ОБЩЕСТВО
АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА
ЗАНЯТИЙ УТВЕРЖДЕНА
НА БАЗЕ РГСУ

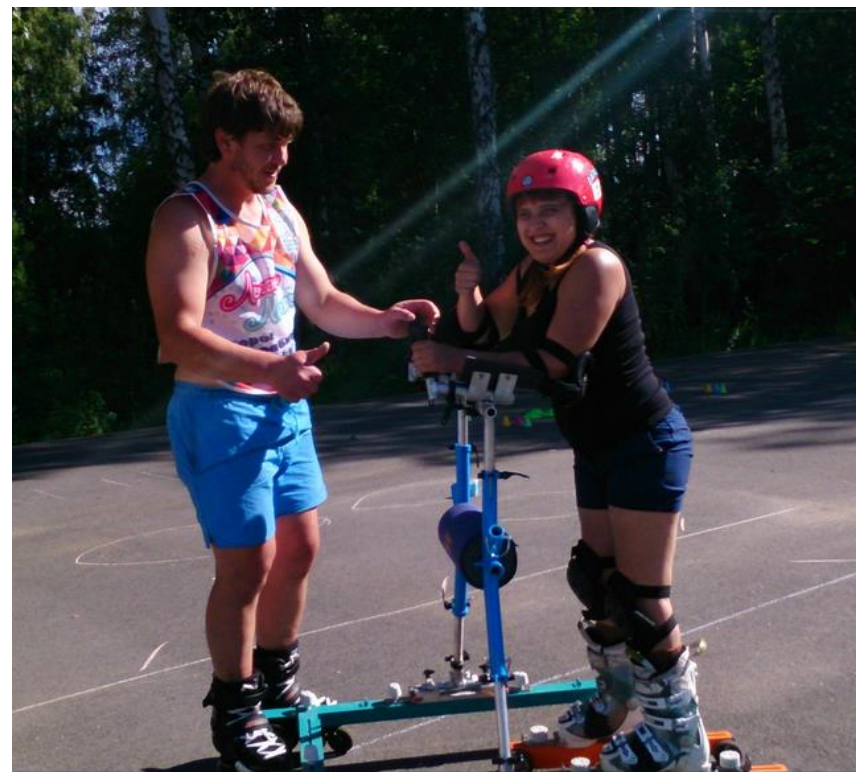
ТАТЬЯНА, 25 лет, ДЦП - МИАСС

Я поехала на операцию в Курган, но одной операцией дело не обошлось, а после медицинских манипуляций, я очень долго лежала и не могла совсем ходить. После операции мне нужно было очень много тренироваться и разрабатывать ноги.

Инструктор "Лыжи мечты" Владимир Мельнов пригласил меня на занятия по программе "Лыжи мечты. Ролики" и буквально сразу у меня появились первые изменения.

Сначала я ходила с ходунками, но постепенно перешла на две трости. Меня стали держать за руку и я медленно начала передвигаться по квартире.

Уже сейчас, дома, небольшое расстояние могу пройти не держась ни за что и ни за кого.



"Для меня это большой толчок вперед, потому что я думала, что ходить уже не буду"

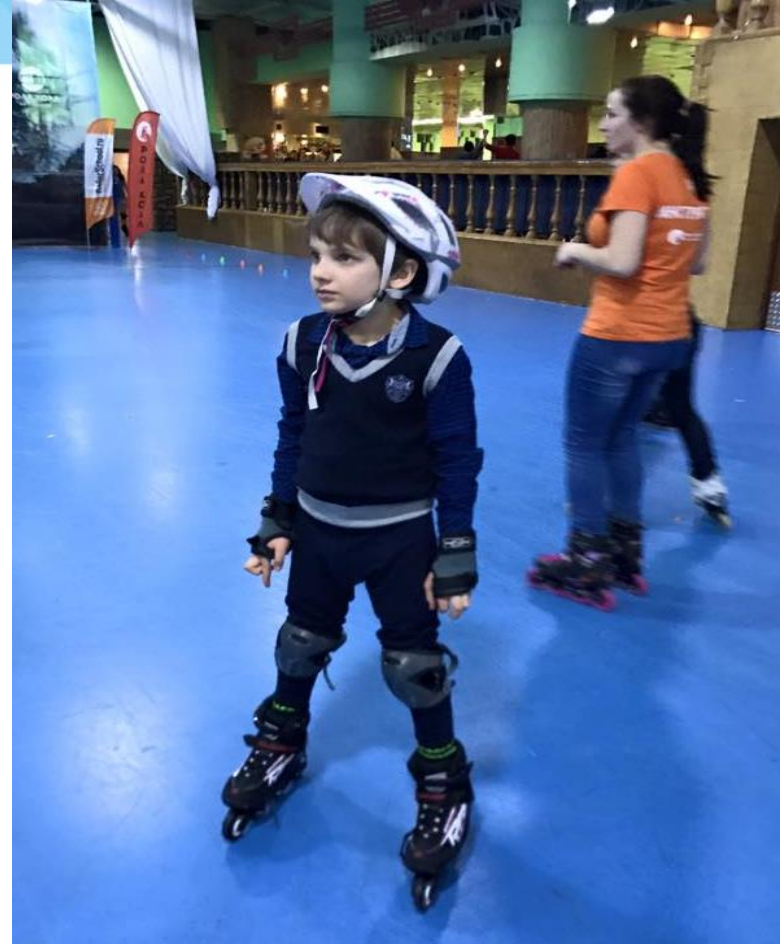
ВАНЯ, 9 ЛЕТ, АУТИЗМ – ОТЗЫВ МАМЫ

В течение недели у нас есть событие - занятие роликами. Мы ждем его, мы планируем день, мы знаем что нам есть куда пойти. Выбор занятий для ребенка с аутизмом очень невелик, и ролики - это как раз то, что подошло Ване.

Во время занятия Ваня учится следовать правилам и выполнять инструкции. Дефицит этого навыка - одна из главных "инвалидизирующих" особенностей аутизма. Это то, над чем прежде всего нужно работать, чтобы подготовить ребёнка с тяжелым аутизмом ко взрослой жизни.

Когда мы видим, как Ваня уверенно едет вперед, назад, делает "восьмерку" и крисс-кросс, мы просто гордимся им. Нам кажется, он это чувствует и расцветает.

Занятия развивают координацию и положительно влияют на мозг. Мы не очень много знаем об этом как родители, но мы доверяем специалистам-нейропсихологам, которые говорят о пользе таких занятий для нервной системы.



Когда папа и старшая сестра встают на ролики рядом с Ваней, мы чувствуем себя как самая обычная семья и на время забываем об аутизме.



ПРОГРАММА «ЛЫЖИ МЕЧТЫ. ЛЕТО»



МЫ СОЧЕТАЕМ ЭЛЕМЕНТЫ РАЗНЫХ ВИДОВ СПОРТА И АДАПТИРУЕМ ИХ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ НА ЛЮБЫХ СПОРТИВНЫХ ПЛОЩАДКАХ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ С РАЗНЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Что требуется для занятий?

- Любая спортивная площадка
- Спортивный зал
- Помещение в школе или детском саду

Кто проводит занятия?






- Спортивные тренеры
- Инструкторы по любому виду спорта
- Учителя физкультуры
- Педагоги для особенных детей
- Тьюторы



Первый спортивный адаптивный инклюзивный лагерь открыт в Ижевске



Развитие жизненно-важных навыков

-  Внимание
-  Восприятие всех частей тела
-  Мышечный контроль
-  Уверенность в себе, независимость
-  Построение дружеских отношений и социальное взаимодействие

САША ЗЕЙНАЛОВА, 8 лет – ОПЫТ ИНКЛЮЗИВНОГО ЛАГЕРЯ НА ЧЕКЕРИЛЕ

Всего за каких-то семь дней Саша приобрела навыки, которых у нее раньше не было: бросание, ползание, умение держать баланс и чувствовать свое тело на роликах и так далее. **Динамика потрясающая.**

Да, ей тяжело, она постоянно пыталась убежать, уйти погулять одна, но постепенно навык формируется. Рядом с ней были разные ребята с разными диагнозами, и она могла в разных упражнениях приспосабливаться к разным детям. **Любая массовая деятельность для нее каждый раз большой бой.**

Физическое развитие влечет за собой интеллектуальное. Занятия по программе «Лыжи мечты» очень хорошо компенсируют детей, позволяют им почувствовать себя в пространстве, что сразу влечет за собой развитие интеллектуальных способностей, личностный рост.





«ЛЫЖИ МЕЧТЫ» — ЭТО... ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

КАРДИНАЛЬНОЕ И УСТОЙЧИВОЕ УЛУЧШЕНИЕ СОСТОЯНИЯ

- Дети с ДЦП сложной формы начинают стоять и даже ходить.
- Дети с аутизмом начинают общаться и проявлять эмоции.
- Дети с синдромом Дауна учатся концентрации внимания.

СОЦИАЛЬНАЯ РОЛЬ ПРОГРАММЫ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ»



Быстрое, доступное и заметное изменение в состоянии здоровья



Изменения социально-психологического состояния участников и их семей



Привлечение членов семей, воспитывающих людей с особенностями развития, к спорту и укреплению института семьи



100% успех участников как путь к социальному лифту



Улучшение социальной «экологии» общества – восприятие «особенных» как равных



ДАША, 13 ЛЕТ, НАРУШЕНИЕ ЗРЕНИЯ

Даша не видит, и для нее мало что доступно. Мы были уверены, что ничего не получится и, к счастью, были неправы.

Первый спуск был волнительным для Даши и самих инструкторов. Когда спустился всего пару занятий Даша скатилась со склона практически без поддержки, я была поражена! **Кроме того, у дочки сразу улучшилась походка и окрепли мышцы.**

Благодаря занятиям дочка заметно повзрослела, и сейчас я разговариваю с ней, как со взрослой девушкой. А главное, на проекте Даша нашла новых друзей. Это **замечательные инструкторы и волонтеры, которые обращаются и общаются с Дашей, как с равной.**



Даша довольно инфантильный ребенок, она часто «включает маленькую девочку», и для нас особенно важно, что эффект от горных лыж не только терапевтический, но и психологический.

ЛЫЖИ МЕЧТЫ И МЕДИЦИНА



ВЕДУЩИЕ РЕАБИЛИТОЛОГИ РОССИИ ПОДТВЕРЖДАЮТ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ «ЛЫЖИ МЕЧТЫ»

- Поразительные результаты зафиксированы в ходе исследований, организованных в НПЦ детской психоневрологии под руководством главного детского реабилитолога РФ, президента Национальной Ассоциации экспертов по ДЦП **Татьяны Батышевой**.
- Программа также включена в реабилитационный курс пациентов НПЦ медико-социальной реабилитации им. Л.И.Швецовой под руководством профессора, доктора медицинских наук **Светланы Воловец**.



Более 200 участников программы в Москве, Челябинске и Таштаголе приняли участие в медицинских исследованиях, подтверждающих высокую эффективность программы «Лыжи мечты»

ЛЫЖИ МЕЧТЫ»: МЕДИЦИНСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ



НПЦ детской психоневрологии, г. Москва

Батышева Т.Т., д.м.н., профессор, Ногова Е.В., врач ЛФК

20 детей с ДЦП и аутизмом

Методы исследования: КОБС и сенсорная дорожка с измер.частью, GMFCS

Результаты: динамика в баллах от 2 до 7, улучшился индекс координации, силы 66%, улучшение двигательных функций 50% (вертикальная поза и ходьба, симметричность шага), GMFCS1-26 (50%)

Выводы: У всех детей отмечается нормализация мышечного тонуса, тренируется чувство равновесия и координация, что улучшает вертикальную устойчивость больного. Программа помогает двигательному развитию детей с различной нервной патологией

НИЦ спортивной науки ЮУрГУ, г.Челябинск

Епишев В.В. (доцент, к.б.н., руководитель центра)

30 человек с диагнозами ДЦП и аутизм

Методы исследования: психо-физиологические - анализатор состава тела Tanita, стабилметрия, 3D сканер - трехмерная пространственная диагностика состояния позвоночника, психологическое исследование психоэмоционального состояния

Результаты: на основании полученных данных были разработаны индивидуальные рекомендации по интенсивности занятий и ЛФК каждому участнику

Губернский центр горнолыжного спорта и сноуборда, г.Таштагол, Кемеровская область

Лысенко Д.И. (к.м.н., невролог)

22 человека с диагнозами ДЦП, аутизм, атопическая бронхиальная астма, прогрессирующая мышечная дистрофия, Результаты: улучшение двигательной функции на 20%, улучшение координации на 30%. Улучшение социальных и коммуникативных способностей на 30%.

Выводы: по итогам программы имеется положительный терапевтический эффект.

НПЦ МСР им. Л.И.Швецовой, г.Москва

Воловец С.А. (д.м.н., профессор), Кузнецова Е.В. (врач ЛФК), Колычев А.С. (психолог)

30 человек с диагнозами ДЦП

Методы исследования: международные оценочные шкалы и методы лабораторной диагностики

Результаты: положительная динамика в восстановлении двигательной активности, стабилизировался эмоциональный фон, уменьшился страх перед вертикализацией, улучшилась ориентация в схеме собственного тела и пространстве,

- Улучшилась концентрация внимания, способность усваивать вербальные инструкции тренера, снизилась утомляемость, что позволило в некоторых случаях практически отказаться от прогулочной коляски и продлить период активности.



Результаты исследований курса по роллерспорту



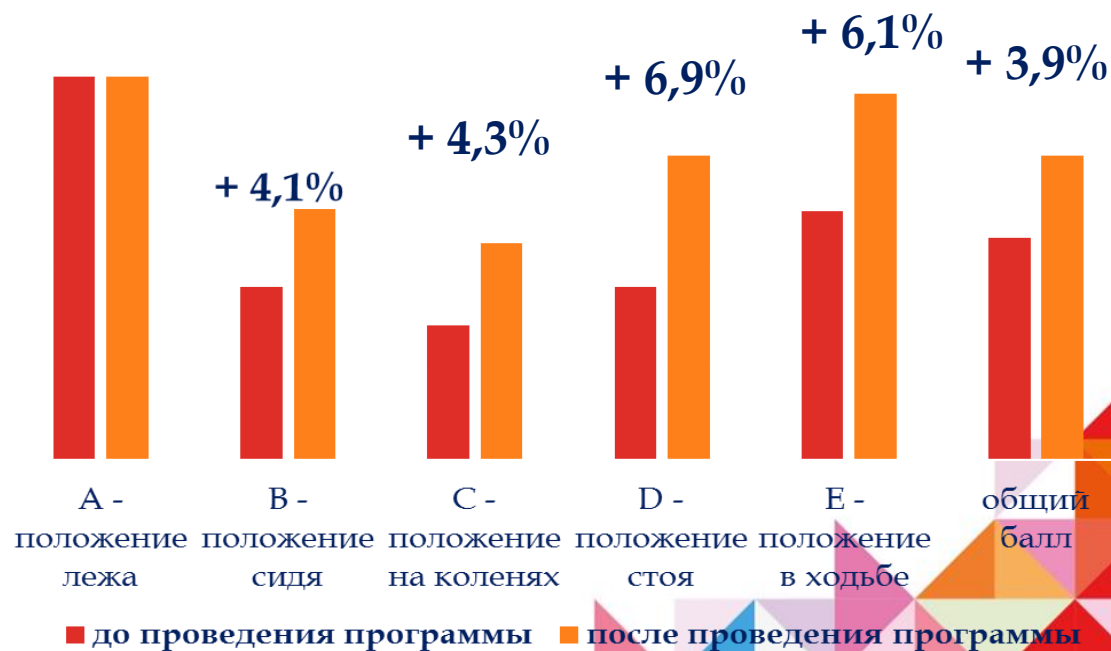
ГАУ Научно-практический центр медико-социальной реабилитации инвалидов им. Л.И.Швецовой

ФГБОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России

Распределение детей по уровню двигательной активности на основании шкалы GMFM до и после проведения исследования



Положительная динамика по GMFM 88 для пациентов с легкими и умеренными двигательными нарушениями





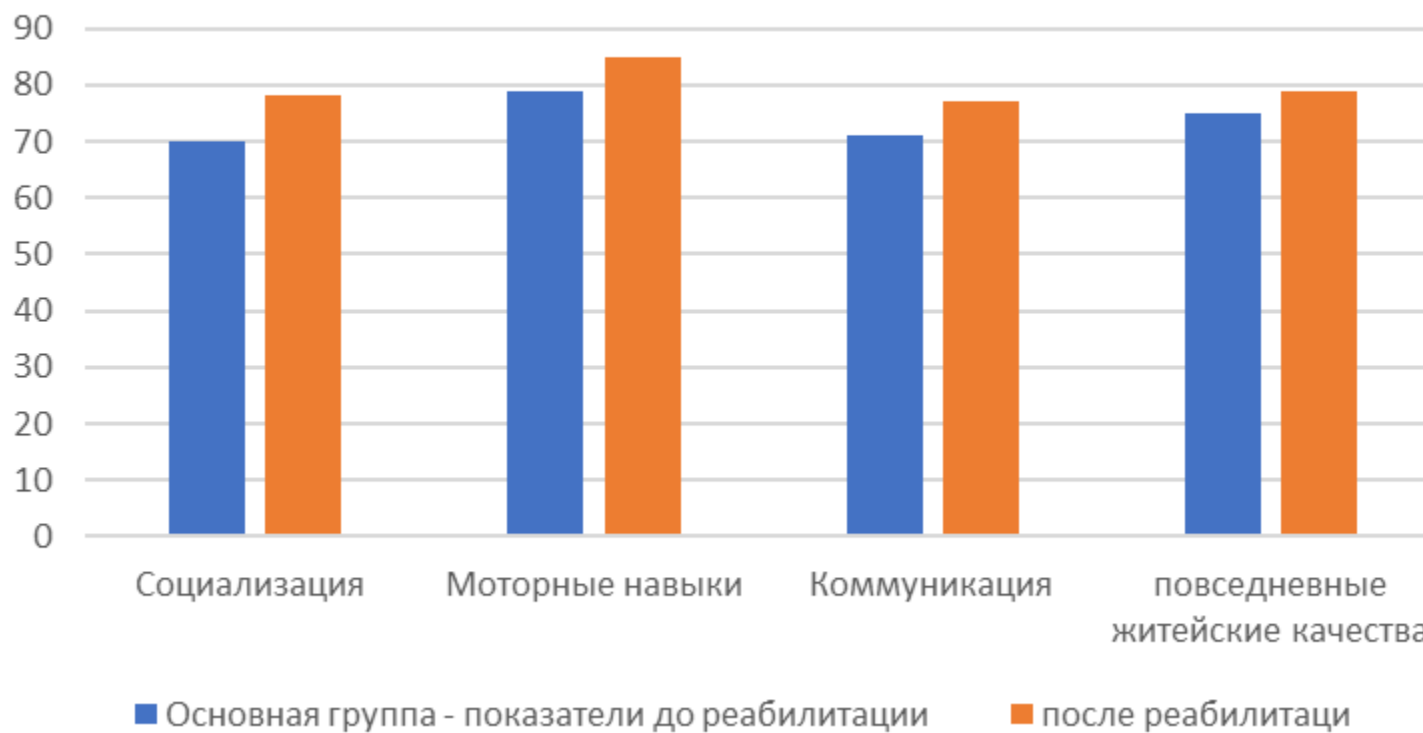
Результаты психологического тестирования



ГАУ Научно-практический центр медико-социальной реабилитации инвалидов им. Л.И.Швецовой

ФГБОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России

Шкала адаптивного поведения Вайнленд



«СТАРТЫ МЕЧТЫ» – ПОБЕДЫ УЧАСТНИКОВ



Региональные Старты Мечты, г. Горно-Алтайск



Региональные Старты Мечты, г. Ижевск

Региональные
Старты Мечты
состоялись по
всей стране



18/03/2017 12:28



Региональные Старты Мечты, г. Миасс

Третьи Всероссийские Старты Мечты



На III Стартах Мечты,
которые проходили в Тюмени,
соревновались участники
Программы из 15 регионов
страны

Первые Старты Мечты по роллер спорту



Первые Всероссийские
«Старты Мечты» по роллер
спорту прошли в Сочи в
ноябре 2017 г.
30 участников из 8 регионов.



ИННОВАЦИОННАЯ
ВСЕСЕЗОННАЯ ПРОГРАММА
ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО СПОРТА
СЕРГЕЯ БЕЛОГОЛОВЦЕВА

Для людей с ограниченными
возможностями здоровья



8 (915) 398 40 42, 8 (499) 398 23 27



info@dreamski.ru



www.dreamski.ru



facebook.com/dreamski.ru



vk.com/dreamski_ru

