



ДОСТИГНЕМ
ВМЕСТЕ!

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

НЕТ НЕДОСЯГАЕМЫХ ВЫСОТ

Адаптивное скалолазание
для особых детей
и трудных подростков

г. Нижний Новгород

2011-2021



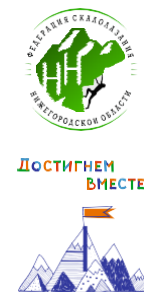
Создание оборудованного современного инклюзивного спортивного центра



Создание учебно-методического плана и Программы профессиональной переподготовки "Спортивное и адаптивное скалолазание"



Прохождение 4-х месячной переподготовки и получение дипломов государственного образца первыми инструкторами



Еженедельное проведение занятий без выходных. Более 6000 записей в журналах посещений.

В.А. Орнитуз, М.В. Курникова,
Ю.А. Бахарев, М.А. Кавинов

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ
АДАПТИВНЫМ СКАЛОЛАЗАНИЕМ**



Обобщение и распространение практического опыта организации занятий и использовании адаптивного скалолазания в реабилитации детей и подростков с инвалидностью различных нозологий. Получение экспертных заключений. **Проект может быть тиражирован по РФ и других странах.**



Публикации результатов исследований наших партнеров в специализированных научных изданиях РИНЦ, ВАК и доклады на научно-практических конференциях



Проведение для более 200 участников проекта профессионального тестирования динамики физического развития, основных двигательных функций детей с ДЦП и детей с ментальными нарушениями.

Адаптивное скалолазание как вид адаптивного спорта доступно для занятий инвалидам различных нозологических групп (с нарушением зрения или слуха, с ментальными нарушениями, с РАС, с последствиями ДЦП и др.) и возраста, а также занимающимся с различным уровнем физической подготовленности.

Преимущества адаптивного скалолазания:

Скалолазание как вид спорта развивает координацию, технику и пластику движений, тренирует силу и общую выносливость человека, т.к. задействованными оказываются все группы мышц (включая и те, о которых человек в обычной жизни даже не подозревает).

Занятия адаптивным скалолазанием позволяют улучшить качество и амплитуду движений у лиц с ОВЗ, повысить скоординированность движений конечностей, увеличить мышечную силу.

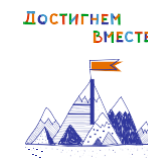
Выполнение упражнений в подвешенном состоянии помогает снять нагрузку с суставов нижних конечностей, улучшить работу вестибулярного аппарата научиться центрировать или частично центрировать свое тело.

У занимающихся скалолазанием повышается концентрация, они становятся внимательней, смелее в принятии решений, улучшается качество и динамика ходьбы, осанка. Занятия проводятся с использованием самого современного оборудования.

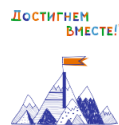
И самое главное, заниматься скалолазанием можно круглый год (несмотря на капризы погоды).



*Move
and play*



let's achieve it together



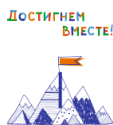
Научное подтверждение эффективности занятий адаптивным скалолазанием для детей с ДЦП в 2021 году проводится на базе лаборатории биомеханики ФГБОУ ВО « ПИМУ» Минздрава России.

На основании клинических исследований и с помощью современного сертифицированного оборудования изучается двигательная активность 30 детей с ДЦП, оцениваются пространственно-временные характеристики походки, объем движений в тазобедренном, коленном, голеностопном суставах при ходьбе и степень нарушения равновесия.

Анализ динамики проводится на основании клинических и биомеханических исследований:

- клинико-неврологического тестирования - шкала спастичности Эшворда;
- количественной оценки общих моторных функций - шкала GMFM-88,
- оценки моторики рук с использованием системы классификации мануальных способностей MACS:
- биомеханического исследования опорно-двигательного аппарата – F-scan – динамика, 2D видеоанализ ходьбы, стабилметрия.

Оценка уровня социального самочувствия членов семей детей и подростков с ОВЗ (536 родителей) по тесту «Интегральный индекс социального самочувствия (ИИСС – 20)». Выявлена положительная динамика социального самочувствия семьи, ослабление воздействия стрессогенных факторов и оздоровление внутрисемейных отношений.



Специалистами Института реабилитации и здоровья человека ННГУ им. Н.И. Лобачевского с 2019 года проводится мониторинг физического развития и физической подготовленности детей и подростков с ОВЗ, занимающихся адаптивным скалолазанием по следующим показателям:

Оценка физического развития (длина тела, масса тела, индекс массы тела, кистевая динамометрия).

Определение уровня баланса (проба Ромберга, тест Фукуда, тест Дотягивание).

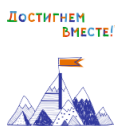
Оценка фитнес-здоровья (7 тестов на оценку гибкости, координационных и скоростно-силовых способностей, силы и силовой выносливости).

Результаты мониторинга более 150 занимающихся позволили определить эффективность занятий по адаптивному скалолазанию и их влияние на развитие физических качеств детей и подростков с ОВЗ различных нозологий:

- координационные способности (равновесие статическое и динамическое);
- сила мышц рук и туловища;
- ловкость и быстрота движений.

С января 2021 проводится оценка сенсомоторных нарушений детей и подростков с ментальными нарушениями (n=30), занимающимися адаптивным скалолазанием. Анализ изменений сенсомоторных нарушений выполняется:

- по двигательным тестам «**Встань и иди**» (UP & GO) и «**Вставание со стула**» (CHAIR RISING) для детей;
- по анкете «**Оценка переработки сенсорной информации**» (L.D.Parham, C.Ecker).



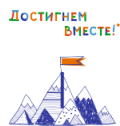
В рамках проекта проводится исследование возможностей соревновательной деятельности по скалолазанию детей и подростков с ментальными нарушениями для дальнейшего вхождения в Специальную олимпиаду России. Специалистами РОО «Федерация скалолазания Нижегородской области» совместно с представителями Института реабилитации и здоровья человека ННГУ им. Н.И. Лобачевского была подготовлена **программа соревнований по адаптивному скалолазанию**.

Программа соревнований включает следующие дисциплины скалолазания:

- **траверс** (длина дистанции 8-10 м, кол-во зацепов - 40-50, высота зацепов - 50-250 см);
- **лазание на трудность** (3 трассы разной сложности, высота трассы 5 м, кол-во зацепов - 18);
- **лазание на скорость** (трасса 4 класса сложности, высота трассы 5 м, кол-во зацепов - 18).

26 декабря 2020 года на базе скалодрома «Ладъ» были проведены первые соревнования по предложенной программе «Открытое первенство г. Нижнего Новгорода по адаптивному скалолазанию». В соревнованиях приняли участие 32 ребенка с ментальными нарушениями.

На апрель 2021 года запланировано проведение «Открытого первенства Нижегородской области по адаптивному скалолазанию среди детей и подростков с ментальными нарушениями».

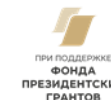


Единственный профессиональный центр в области и один из немногих в РФ по развитию олимпийской спортивной дисциплины и социального обслуживания особых детей и трудных подростков в т.ч. 18+ по направлению адаптивная физическая культура, спортивное и адаптивное скалолазание.

За 2018 – 2021 более 4500 записей в журналах еженедельных занятий, более 200 трудников и 500 детей с ОВЗ различных нозологических групп (с нарушением зрения, слуха, с ментальными нарушениями, с РАС, с последствиями ДЦП и др.) от 4 до 35 лет.

Проведение научно-практической и исследовательской работы по созданию и апробации новой сенсорно моторной практики совместно с «Институтом реабилитации и здоровья человека» ННГУ им. Лобачевского и ФГБОУ ВО «Приволжским исследовательским медицинским университетом». При одобрении и поддержке Института мозга имени Н.П. Бехтерева РАН, АНО Центра реабилитации инвалидов детства «Наш солнечный мир» г. Москва, Центра поддержки семьи «Обнаженные сердца» Н.Новгород

Изданные материалы проекта, в том числе разработанная Программа по адаптивному скалолазанию, Программа подготовки специалистов, Пособие для занятий по АФК проходят процедуры научной индексации.

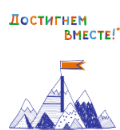


В июне 2021 запланирована Всероссийская конференция, итогом которой станет создание типового проекта внедрения адаптивного скалолазания для детей с ОВЗ в регионах России.

Ключевыми событиями конференции станет презентация первых в России методических рекомендаций по организации занятий адаптивным скалолазанием и правил проведения соревнований для лиц с ментальными нарушениями. Отчет партнеров медиков о результатах биомеханического исследования участников проекта до начала и после начала занятий. Проведение круглого стола по вопросам межведомственного взаимодействия, особенностям обучения специалистов.

Есть возможность подать наш проект на конкурс Российско-американской программы «Обмен социальным опытом и знаниями» (US-Russia Social Expertise Exchange) в 2021 как небольшую программу независимых экспертов (в качестве первого шага совместной работы и обмена практиками), а в 2022 как большой совместный проект с более широкими возможностями совместной работы и обмена опытом.





4-кратный победитель конкурса Фонда Президентских грантов 2017, 2018, 2019, 2021



Победитель открытого городского конкурса "Открытый Нижний" 2019, "Взгляд в будущее" 2019; 2020

Финалист и победитель Регионального этапа "Лучший социальный проект года" 2018, 2019 в номинации "Здоровый образ жизни, физическая культура и спорт";

Финалист "Гражданской инициативы" и "Добровольцы России" 2019; Победитель конкурса "Сила каждого" совместно с Pepsi РФ 2019.

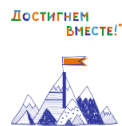
Победитель Конкурса профессионалов СО НКО ПФО «Призвание — НКО» 2019, 2020 в номинации "Профессионал в сфере оказания услуг целевым группам", "Профессионал в сфере управления проектами".

Победители областного конкурса «Жизнь без барьеров» 2020

Финалисты конкурса АСИ «Сильные идеи для нового времени» 2020 – вошли в ТОП-100 проектов РФ по результатам отбора для учёта в стратегии АСИ



В 2019 большое интервью проекта было показано в двух авторских программах на местном канале ННТВ и федеральном ТВЦ

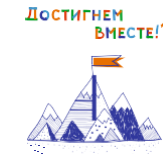
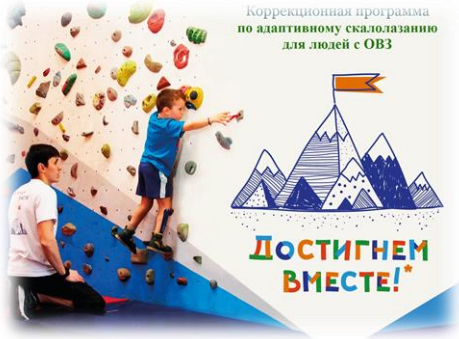


Проект часто представляют в качестве инновационной программы Нижегородской области для помощи особым детям. Наша организация вошла в состав участников организаций в реализации Концепции комплексного сопровождения людей с расстройствами аутистического спектра в Нижегородской области.

Проект был показан немецким специалистам, занимающимся людьми с ментальными нарушениями. В Германии таких программ нет.

Дополнительно стало возможным в 2021 отснять цикл передач из 15 выпусков по нашим занятиям в том числе с использованием нового современного адаптивного спорт инвентаря LEDRAPLASTIC Италия.

Проект ищет российских и зарубежных партнеров и экспертов для обмена опытом по нашей деятельности и расширения репертуара помощи, а также для участия в международных программах типа ОСОЗ.



- Расширение материально-технических возможностей, повышение навыков и компетенций тренерского состава позволит расширить возможности проекта по всем направлениям.
- Расширение аудитории участников и партнеров программы, будет способствовать популяризации и развитию данного вида реабилитации и социализации как в России так и других странах.
- Развитие международных связей увеличит экспертную оценку проекта и будет способствовать новым направлениям в работе.



спасибо за внимание!

www.paraclimbing.ru

https://vk.com/net_nedosyagaemyh_vysot

zmeugor@inbox.ru

Администраторы проекта (831) 216-40-20



ДОСТИГНЕМ
ВМЕСТЕ!

