

Паспорт программы «Гимнастика для лежачих больных:  
когда здоровье обретается усилием»

1.	Наименование программы	«Гимнастика для лежачих больных: когда здоровье обретется усилием.
2.	Тема программы	Применение активных, пассивных и дыхательных комплексов упражнений для лежачих пожилых людей и инвалидов.
3.	Направления инновационной деятельности	Внедрение здоровьесберегающих технологий в работе с пожилыми людьми и инвалидами.
4.	Наименование учреждения	ГБУСО «Кировский ЦСОН».
5.	Адрес	Ставропольский край, Кировский район, г.Новопавловск.
6.	Телефон/факс	(879-38) 4-30-82, 5-12-10
7.	Сайт	qbuso-kcson.ru
8.	Адрес электронной почты	csn11@minsoc26
9.	Руководитель учреждения	Мещерина Светлана Николаевна
10.	Руководитель технологии	Заведующий организационно-методическим отделением
11.	Ответственный исполнитель программы	Заведующие отделениями социального обслуживания на дому.
12.	Консультант (при наличии)	-
13.	Дата создания инновационной программы и реквизиты приказа о её внедрении	16.03.2022г. № 61-О
14.	Кадровый состав специалистов, участвующих в реализации программы	Заведующие отделениями, социальные работники отделений социального обслуживания на дому.
15.	Категория участников программы	Лежачие граждане пожилого возраста и инвалиды.
16.	Продолжительность реализации	Бессрочно.
17.	Используемые ресурсы:	
17.1.	организационные	Разработать индивидуальные комплексы отдельно для каждого неходячего больного.
17.2.	кадровые	Заведующие и социальные работники отделений социального обслуживания на дому.
17.3.	материально-технические	-
17.4.	финансовые, в том числе по источникам	-
18.	Цель программы	1.Профилактика имеющихся заболева-

18.	Цель программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Профилактика имеющихся заболеваний у получателей социальных услуг.</li> <li>2.Повышение двигательной активности и укрепление здоровья пожилых людей и инвалидов.</li> </ol>
19.	Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма граждан пожилого возраста и инвалидов.</li> <li>2.Активизация двигательных навыков и применение их в повседневной жизнедеятельности.</li> <li>3.Поддержание жизненной активности представителей старшего поколения.</li> <li>4.Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой системы, нервной системы.</li> </ol>
20.	Практическая значимость программы	Сохранения физической формы лежащих граждан пожилого возраста и инвалидов на оптимальном уровне.
21.	Прогнозируемая результативность программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Укрепление мышц отдельных частей тела длительно лежащего больного без нагрузки на сердце и кровообращение.</li> <li>2.Повышение устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.</li> <li>3.Продление активного долголетия.</li> <li>4.Приобретение лежащими гражданами пожилого возраста и инвалидами определенного круга знаний по основам физической культуры и самостоятельному использованию физических упражнений.</li> <li>5.Воспитание уверенности в своих силах, развитие физических способностей личности.</li> <li>6.Улучшение психоэмоционального состояния получателей социальных услуг.</li> <li>7.Развитие двигательных умений и навыков.</li> </ol>
22.	Индикаторы и показатели эффективности технологии	<p>Улучшение общего самочувствия получателей социальных услуг.</p> <p>Анкетирование на предмет удовлетворенности качеством услуг.</p> <p>Устные и письменные отзывы об уча-</p>

		сти в различных формах внедрения инновации.
23.	Периодичность отчётов о результатах внедрения технологии (годовая, квартальная и т.п.)	Ежемесячно в МТиСЗН СК информацию о выполнении плана инновационной деятельности.
24.	Актуальность технологии	<p>Обездвиживание, как постоянное, так и временное, может быть следствием серьёзных заболеваний внутренних органов, травм и болезней опорно-двигательного аппарата, хирургических операций.</p> <p>В момент, когда человек по причине болезни лишён возможности активно самостоятельно двигаться, нужно использовать любую возможность для движения, в том числе элементы активной или пассивной гимнастики, разработанной специально для нужд лежачего больного.</p> <p>Комплексная гимнастика для лежачих больных - это способ сохранения физической формы больного на оптимальном уровне.</p>
25.	Описание технологии	<p>Программа реализуется в отделениях социального обслуживания на дому.</p> <p>С лежачими пожилыми людьми и инвалидами проводятся индивидуальные лечебные и профилактические упражнения, которые направлены на восстановление утраченных вследствие болезни функций частей тела и органов и профилактику сопутствующих обездвиженному образу жизни заболеваний. Упражнения выполняются ежедневно по 10-15-20 минут. Каждое упражнение выполняется 3-4 раза.</p>
26.	Достигнутая результативность технологии и способы мониторинга	<p>Улучшение двигательной активности, направленной на укрепление и сохранение психического и физического здоровья.</p> <p>Профилактика стресса, самовыражение. Анкетирование, устные опросы, письменные отзывы о пользе и целесообразности технологии.</p>