

<b>Паспорт практики</b>
<b>Направление практики</b>
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
<b>Название практики</b>
«Шаговая лига»
<b>Краткое описание</b>
Проект направлен на развитие двигательной активности и повышение активного взаимодействия детей инвалидов и получателей социальных услуг ГОБУСОН «Мончегорский дом-интернат для умственно отсталых детей» с волонтерами и жителями города через организацию спортивных мероприятий
<b>Цель</b>
Развитие двигательной активности детей инвалидов и получателей социальных услуг дома-интерната, повышение их качества жизни и активизация взаимодействия с жителями города.
<b>Задачи</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– развивать двигательную активность, улучшать навыки ходьбы;</li> <li>– осваивать новый вид спорта;</li> <li>– активизировать взаимодействие между жителями города и воспитанниками дома-интерната;</li> <li>– привлечь к проведению мероприятий волонтеров как к начальной стадии социального волонтерства.</li> </ul>
<b>Целевая группа</b>
40 человек ГОБУСОН «Мончегорский дом-интернат для умственно отсталых детей»: 10 человек – дети инвалиды; 30 человек – получатели социальных услуг. Все самостоятельно передвигающиеся.
<b>Актуальность</b>
Участие детей инвалидов и получателей социальных услуг в культурно-спортивной жизни учреждения является важным инструментом не только для сохранения их здоровья, но и формирования новых социальных связей, роста резервных сил. Для достижения результата будут организованы тренировки, различные спортивные мероприятия и выездные экскурсии совместно с волонтерами и жителями города. На занятиях с помощью беговой дорожки и эллиптического тренажера люди с ограниченными возможностями здоровья смогут развивать навыки ходьбы. Познакомятся со снегоступами. Смогут принимать участие в спортивных мероприятиях и выезжать на экскурсии по Мурманской области. Взаимодействовать с волонтерами и жителями города Мончегорска, приобретая навыки социальной адаптации. Дети-инвалиды и молодые взрослые познакомятся с новым видом спорта – ходьба на снегоступах, а в летний период повысят уровень северной ходьбы. Таким образом, двигательная активность участников будет осуществляться в любое время года, как на свежем воздухе, так и в зале адаптивной физической культуры.
<b>Период, этапы реализации</b>
Март 2024 – Март 2025 Этапы: 1. Планирование совместных спортивных занятий и мероприятий с волонтерами; 2. Оценка эффективности проекта и распространение практического опыта.
<b>Межведомственное взаимодействие</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Мурманской области «Мончегорский политехнический колледж»</li> <li>– Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Мурманской области «Северный колледж физической культуры и спорта»</li> <li>– Федеральное государственное бюджетное учреждение «Лапландский государственный природный биосферный заповедник»</li> <li>– Газета «Мончегорский рабочий, ТВМ (Телевидение Мончегорска)</li> <li>– Интернет-издание Kn51.ru</li> </ul>
<b>Количество волонтеров</b>
ОБЩАЯ ЧИСЛЕННОСТЬ – 50 человек Волонтеры – студенты «Мончегорского политехнического колледжа» и «Северного колледжа физической культуры и спорта» - 30 человек Добровольцы – волонтеры «Комбината добра» ПАО «Норильский Никель» - 20 человек
<b>Показатели количественной результативности</b>
Привлечение 300 участников; 50 волонтеров, 250 зрителей – воспитанников ГОБУСОН

«Мончегорский дом-интернат для умственно отсталых детей», 30 человек целевой группы  
Организован семинар для волонтеров – 1  
Тренировки по скандинавской ходьбе - 5  
Тренировки и мастер-классы на тренажерах – 10  
Тренировки на снегоступах – 4  
Экскурсии по Мурманской области - 5  
Публикации в СМИ, на официальных страницах, в сети интернет – 20  
ОХВАТ ПРОЕКТА - ТЕРРИТОРИЯ РАЙОНА ГОРОДА МОНЧЕГОРСКА И МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ

#### Ключевые социальные результаты

Благодаря этому проекту лица с ограниченными возможностями здоровья смогут освоить новый вид спорта – ходьба на снегоступах. Повысить уровень двигательной активности и развивать ранее приобретенные межличностные взаимоотношения. Адаптивная физическая культура является эффективным средством социальной адаптации и физической реабилитации инвалидов. Организация спортивных занятий и мероприятий является важнейшим условием поддержания интереса к жизни, сохранения и укрепления здоровья, социальной адаптации в обществе.

#### Достижения

Освоение нового вида спорта – ходьба на снегоступах.

Расширена целевая аудитория, привлечены к участию в фестивалях и тренировках жители города.

#### Контакты

ГОБУСОН «Мончегорский дом-интернат для умственно отсталых детей»

[mdiod@yandex.ru](mailto:mdiod@yandex.ru), 8 (81536) 3-49-41, доб.(1001)

Каутова Елена Дмитриевна