

Номинация 84 «Организация возможностей занятий физкультурой и спортом лиц с ограниченными возможностями здоровья»

№ п/п	Название раздела	Содержание раздела
1	Наименование практики (технологии)	«Аква-Мост: от сердца к сердцу». • Аква – указывает на водную среду, основу метода. • Мост – это многогранный образ: ○ Мост между родителем и ребенком, укрепляющий эмоциональную связь. ○ Мост, который родители помогают построить своему ребенку для преодоления физических и психологических барьеров. ○ Мост от изоляции к активной жизни. • От сердца к сердцу – подчеркивает, что практика основана на любви, взаимопонимании и непосредственном участии самого близкого человека. Целевое назначение практики «Аква-Мост: от сердца к сердцу» – создание комплексной реабилитационной и развивающей среды для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) через совместные занятия плаванием с их родителями, направленной на: Для ребенка: ○ Физическая реабилитация и развитие: развитие мышечного корсета, улучшение координации движений, укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем, снижение спастичности мышц за счет уникальных свойств водной среды. ○ Психоэмоциональная коррекция: снижение уровня тревожности и гипертонуса, борьба со страхами, повышение самооценки и формирование позитивного восприятия собственного тела. ○ Социальная адаптация: преодоление изоляции, получение положительного опыта взаимодействия в новой среде, формирование предпосылок для коммуникации со сверстниками. Для родителя: ○ Повышение родительской компетентности: обучение эффективным методикам физического и эмоционального развития ребенка с ОВЗ в доступной и безопасной форме.

		○ Психологическая разгрузка и ресурсная поддержка: снижение уровня стресса и эмоционального выгорания через совместную позитивную деятельность, физическую активность и тактильный контакт с ребенком. ○ Укрепление детско-родительских отношений: формирование отношений партнерства и доверия, выстраивание невербальной связи и взаимопонимания в процессе совместного преодоления трудностей. Для диады «родитель-ребенок»: формирование команды: создание прочного альянса, где родитель становится не просто опекуном, а проводником, помощником и главным фанатом своего ребенка, что является основой для дальнейших успехов в любой реабилитации. Таким образом, практика направлена не просто на обучение плаванию, а на использование водной среды как мощного инструмента для синхронного физического, психологического и социального развития ребенка с ОВЗ и укрепления потенциала его семьи.
2	Сущность практики (технологии)	Сущность данной практики заключается в трансформации реабилитационного процесса в совместное, наполненное доверием и радостью путешествие родителя и ребенка с ОВЗ в водной среде, где родитель становится активным проводником и терапевтом, а вода – союзником в раскрытии потенциала ребенка. Это не просто секция плавания, а целостная гуманистическая система, построенная на нескольких фундаментальных принципах: 1. Диада «родитель-ребенок» как единый реабилитационный механизм. Родитель находится в воде вместе с ребенком, обеспечивая не только физическую безопасность, но и эмоциональный контакт. Его руки, голос и уверенность становятся главными инструментами терапии. Процесс идет не «на ребенке», а «вместе с ребенком». Это разрушает традиционную модель «пациент-специалист» и делает реабилитацию частью жизни семьи. 2. Вода как многогранный терапевтический инструмент. Физический уровень: выталкивающая сила воды снимает нагрузку с суставов и позвоночника, позволяя совершать

	движения, недоступные на суше. Сопротивление воды мягко укрепляет мышцы, а ее температура и тактильное воздействие помогают снизить спастичность. Психологический уровень: вода стирает границы и ограничения. Чувство невесомости дает ребенку уникальную свободу и ощущение собственного тела, отличное от привычного. Это борется с неуверенностью и страхами. Коммуникационный уровень: в воде общение происходит на языке тактильных ощущений, доверия и совместного игрового действия, что особенно важно для невербальных детей или детей с расстройствами аутистического спектра. 3. Игровая парадигма и отказ от принуждения. • Все упражнения подаются в формате игры. Задача не поставить технику плавания, а вызвать у ребенка интерес, желание двигаться и взаимодействовать. • Родитель, видя положительные эмоции ребенка, сам раскрепощается, что превращает занятие из лечебной процедуры в яркое событие для обоих. 4. Экосистема поддержки для родителя. • Практика признает, что ресурсное состояние родителя – ключ к успеху ребенка. Занятия в группе создают сообщество взаимопомощи, где семьи общаются, делятся опытом и поддерживают друг друга. • Инструктор в этой модели выступает не как контролер, а как наставник-фасилитатор: он обучает родителей техникам, подбирает индивидуальные упражнения и создает безопасную среду для всей диады. Таким образом, сущность практики – это синтез: • физиотерапии (целевое воздействие на тело), • психологии (работа с эмоциональным состоянием ребенка и родителя), • социальной педагогики (включение в сообщество), • семейно-ориентированного подхода (укрепление связей внутри семьи). Это мост, который строится не специалистами, а самими родителями под руководством наставников, где каждый кирпичик – это момент доверия, маленькая победа и общая радость от преодоления
--	--

3	Организационное и технологическое решение вопроса.	Этап 1. Подготовительный (1-2 месяца): •формирование команды: инструктор-методист, психолог, медицинский работник, •разработка программы: индивидуальные маршруты, игровые методики, критерии оценки, •подготовка инфраструктуры: согласование с бассейном, закупка специального оборудования, •комплектование групп: диагностика детей, заключение договоров с родителями. Этап 2. Организационный (2-3 недели): •обучение родителей: техники поддержек в воде, основы безопасности, •вводные занятия: адаптация детей к водной среде, установление контакта, •формирование расписания с учетом индивидуальных особенностей участников. Этап 3. Основной (9-10 месяцев): •проведение регулярных занятий 2-3 раза в неделю, •поэтапное освоение навыков: от адаптации к воде к базовым плавательным элементам, •пжемесечный мониторинг динамики развития детей, •групповые супервизии и психологическая поддержка родителей. Этап 4. Завершающий (1 месяц): •итоговая диагностика достижений детей, •анкетирование родителей об эффективности практики, •подготовка отчетных материалов и планирование на следующий цикл. Ключевые управленческие действия: •согласование программы с органами здравоохранения и образования, •разработка регламента безопасности занятий, •заключение договоров с родителями и партнерами, •организация страхования участников
4	Финансовые ресурсы для разработки и реализации практики (технологии)	Финансирование за счет внебюджетных денежных средств ДОУ
5	Социальный эф-	1. Для детей с ОВЗ:

	фект в результате реализации практики (технологии)	• Улучшение физического здоровья: формирование мышечного корсета, улучшение координации, снижение спастичности. Повышение общего тонуса организма и укрепление иммунитета. • Преодоление социальной изоляции: получение положительного опыта взаимодействия со сверстниками и взрослыми в безопасной среде. Формирование первых навыков коммуникации для невербальных детей. • Психологическая реабилитация: снижение тревожности, повышение самооценки, формирование позитивного образа себя и своих возможностей. Появление мотивации к новым достижениям. 2. Для семей: • Повышение родительской компетентности: родители осваивают практические методики реабилитации, что делает их увереннее и снижает ощущение беспомощности перед диагнозом ребенка. • Снижение уровня хронического стресса и эмоционального выгорания: занятия становятся ресурсной практикой, способом психологической разгрузки и укрепления отношений внутри диады «родитель-ребенок». • Формирование сообщества взаимопомощи: создается поддерживающая среда, где семьи общаются, делятся опытом и получают социальную поддержку, борясь с чувством одиночества. 3. Для общества и социальной сферы: • Инклюзивное просвещение: практика наглядно демонстрирует потенциал детей с ОВЗ, способствуя формированию в обществе культуры инклюзии и толерантности. • Профилактика социального сиротства: снижается риск отказа от детей с инвалидностью, так как родители получают инструменты для их реабилитации и видят положительную динамику. • Развитие института сопровождаемого проживания: отработанная модель активного участия семьи в реабилитации может быть тиражирована как успешная практика подготовки детей с ОВЗ к более самостоятельной жизни. • Снижение нагрузки на систему здравоохранения: улучшение физического состояния детей приводит к снижению частоты обращений за медицинской помощью в долгосрочной перспективе.
--	---	--

		Краткосрочный эффект: улучшение психоэмоционального состояния детей и родителей, появление видимых физических улучшений у детей. Долгосрочный эффект: формирование активной жизненной позиции у детей с ОВЗ, создание устойчивой поддерживающей среды для семей, закрепление модели партнерской реабилитации в социальной практике
6	Экономический (финансовый) результат внедрения практики (технологии)	-
7	Реализация практики (технологии) возможности его распространения	Практика была внедрена в МАДОУ «Планета «Здорово» г. Перми (1 корпус по адресу: г. Пермь, ул. Целинная, 11а)
8	Отрасль применения практики (технологии)	Практика может быть внедрена в любом детском бассейне при наличии тренера-преподавателя по плаванию
9	Дата внедрения практики (технологии)	Данная практика реализуется с 2017 года
10	География использования практики (технологии).	Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Целинная, 11а
11	Контакты	Ситникова Наталья Вячеславовна, тел. 89028331769
12	Отзывы, награды	Нет
13	Дополнительные материалы	Нет