# ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ПОСРЕДСТВОМ ХОККЕЯ-СЛЕДЖ «НАШИ САНИ ЕДУТ САМИ»

# О программе

Хоккей-следж — это стремительно развивающаяся дисциплина. Из года в год все больше детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья проявляют к ней интерес и хотят попробовать свои силы.

Программа физкультурно-оздоровительной направленности посредством хоккея-следж «Наши сани едут сами» разработана бюджетным учреждением Ханты-Мансийского автономного округа — Югры «Центр адаптивного спорта» в 2019 году с целью привлечения детей и подростков с поражением опорно-двигательного аппарата и ДЦП к систематическим занятиям физической культурой. Программа является интеллектуальной собственностью Центра.

Данная разработка направлена на удовлетворение потребности лиц с ограниченными возможностями здоровья в двигательной активности, коррекции имеющихся отклонений, восстановлении, укреплении и поддержании здоровья, личностного развития, самореализации физических и духовных сил, интеграции в общество.

Занятия хоккеем-следж детей с поражением опорно-двигательного аппарата и ДЦП позволяют частично компенсировать утраченные двигательные функции. На тренировках в работу активно включаются звенья верхнего плечевого пояса, развивается и укрепляется костно-мышечная система, улучшается подвижность в суставах, увеличивается их гибкость, что является профилактикой развития суставной патологии и образования контрактур.

Средняя продолжительность занятия 1 час, занятия проходят с инструктором в малых группах по 3—5 человек. За все время реабилитацию по программе прошли 19 детей и подростков с различными отклонениями в здоровье. По итогам участия ребенка в программе инструктор по спорту совместно с психологом оценивают общий фон каждого занимающегося и планируют дальнейшую работу: продолжить реабилитацию по программе или зачислить в группу спортивной подготовки.

# Поиск и вовлечение

Центр координирует работу по реализации индивидуальной программы реабилитации и абилитации (ИПРА) инвалида (ребенка-инвалида) в сфере адаптивной физической культуры и спорта. Методисты отдела медико-социального сопровождения и реабилитации осуществляют прием выписок из ИПРА инвалида (ребенка-инвалида) из информационной системы «Витрина» Федерального казенного учреждения «Главное бюро медико-социальной экспертизы по ХМАО — Югре» Минтруда России.

Методисты обрабатывают выписки и информируют человека с инвалидностью или его законного представителя о программах физкультурно-оздоровительной направленности, реализуемых по месту жительства.

Информирование населения о программе осуществляется также через официальный сайт Центра. Кроме того, методисты отдела в рамках заключенных соглашений с учреждениями и организациями проводят встречи с родителями особенных детей и рассказывают им об условиях зачисления.

Прием в группы осуществляется на протяжении всего цикла программы.

# Реализация программы и наши планы

Программа физкультурно-оздоровительной направленности посредством хоккея-следж «Наши сани едут сами» реализуется Центром в Ханты-Мансийске и Сургуте.

На сегодняшний день ведется мониторинг наличия квалифицированных специалистов и доступных объектов в муниципальных образованиях автономного округа.

В планах — привлечь к реализации программы муниципальные образования, где есть ледовые арены и желающие заниматься хоккеем-следж.

## Наши достижения:

- Сформирована сборная команда Ханты-Мансийского автономного округа «Мамонтята Югры».
- В декабре 2019 года в Сочи команда «Мамонтята Югры» дебютировала на II Всероссийском фестивале детской следж-хоккейной лиги, где стала чемпионом в четвертом дивизионе.
- С 13 по 15 декабря 2019 года в Ижевске югорские «Мамонтята» в составе сборной России одержали победу во Втором международном Кубке имени М.Т. Калашникова среди детско-юношеских команд «Kalashnikov Cup».
- Привлечены средства Фонда Президентских грантов в размере 793 322,00 рублей для реализации проекта «Реабилитация, абилитация и социализация детей с инвалидностью посредством хоккея-следж в рамках программы "Наши сани едут сами"» некоммерческим партнерством «Следж-хоккейный клуб «Югра».

**Александр Зыков, заслуженный тренер России, главный тренер сборной команды Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по хоккею-следж:**

«Занятия по программе "Наши сани едут сами" помогают значительно улучшить физическое состояние ребенка, укрепляют костно-мышечную систему, увеличивают подвижность и гибкость суставов. Хоккей-следж — игровой вид спорта, ребята учатся взаимодействовать, общаться и выстраивать отношения в команде. Уверен, что для некоторых из них хоккей-следж станет в будущем любимым делом».

## Лиана Саргсян, мама занимающегося, г. Сургут:

«У нас заболевание опорно-двигательного аппарата: Нарек не ходит. Но это не мешает ему заниматься спортом. Он не боится вставать на лед и оставаться наедине с наставником. Нарек понимает, что от его усилий зависит его будущее, и оно будет явно спортивным. Родителям не нужно ничего опасаться. Главное — дать ребенку шанс самому выбрать, чем он хочет в будущем заниматься. Уже после нескольких тренировок со специалистами у Нарека были видны изменения: он начал сам сидеть, спина стала ровнее, быстрее заработали руки. Занятия хорошо влияют на развитие верхнего плечевого пояса, а кроме того у детей появилось желание показывать результат, побеждать и осуществлять свои спортивные мечты».

# Контакты:

БУ «Центр адаптивного спорта Югры»
г. Ханты-Мансийск, ул. Студенческая, 21

Приемная: 8 (3467) 38-88-48
Отдел медико-социального
сопровождения и реабилитации:
8 (3467) 33-16-63

www.csi-ugra.ru

csi-hm@yandex.ru