

Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 5 СЕРПАНТИН»
г. Ростов Ярославская область

«ВСЕЙ СЕМЬЕЙ – НА КОНЕ!»

**проект социально-психологической реабилитации
семей, воспитывающих
детей с ОВЗ.**



Сборник материалов подготовила:
воспитатель
МДОУ «Детский сад №5 СЕРПАНТИН»
Извекова Елена Викторовна
на основе проекта «Все семьей на коне!»
реализуемого при поддержке
Фонда Президентских грантов

«Все́й семье́й-на коне!»

Краткое описание проекта

Появление в семье ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) и инвалидностью меняет весь ее уклад и влияет на социально-психологический статус всех её членов. В таких семьях родители и другие члены семьи (братья, сестры) испытывают хронический стресс, в результате чего снижается функциональность семьи, происходит самоизоляция от общества, многие семьи распадаются. Адаптивная верховая езда, общение с лошадью являются признанным средством физического и психологического оздоровления, а участие в активных формах семейного досуга, приносящие позитивные эмоции, повышает адаптационные ресурсы семьи. В проекте "Все́й семье́й - на коне!" предлагаем семьям, воспитывающим детей с ОВЗ, комплекс физкультурно-оздоровительной и творческой деятельности: семейные сеансы адаптивной верховой езды; участие в семейных конных игровых программах; участие в инклюзивных соревнованиях по конному спорту; участие в семейной выставке творческих работ и постановке инклюзивного конного спектакля. Главными результатами проекта станут: повышение социальной активности семей с детьми с ОВЗ, психологическое оздоровление всех членов семьи, гармонизация внутрисемейных

отношений, социальная адаптация и интеграция семей, воспитывающих детей с ОВЗ.

Цель:

психологическое оздоровление и повышение социальной активности семей, воспитывающих ребенка с ОВЗ и инвалидностью.

Задачи:

- вовлечь семьи, воспитывающих детей с ОВЗ в физкультурно-оздоровительную деятельность: семейные сеансы адаптивной верховой езды;
- вовлечь в активные формы семейного досуга: игровые программы с участием лошадей;
- вовлечь в массовые физкультурно-спортивные мероприятия: инклюзивная конная эстафета, соревнования по паралимпийскому конкуру;
- стимулировать творческую активность семей, воспитывающих ребенка с ОВЗ через участие в выставке творческих работ и постановке инклюзивного конного спектакля;
- мониторинг состояния психологического здоровья и социальной активности семей, воспитывающих детей с ОВЗ.

Обоснование социальной значимости

По данным департамента образования в Ярославской области насчитывается более 12 000 детей с ОВЗ и инвалидностью, а соответственно и столько же семей, воспитывающих таких детей. Семьи, воспитывающие детей с ОВЗ и инвалидностью нуждаются не только в социальной поддержке, но и психологической помощи. Как показывают исследования, проведенные руководителем Сообщества родителей детей с аутизмом Г.В. Омаровой, для семей, воспитывающих особого ребенка свойственны такие проблемы как: истощение компенсаторных механизмов в течение первых лет жизни ребенка с ОВЗ; нарушение эмоциональной сферы в семье, личностные нарушения у родителей на фоне хронического стресса, отражающиеся в поведении и в отношениях с ребенком. Таким образом, реабилитация ребенка с ОВЗ и инвалидностью неразрывно связана с необходимостью социально-психологической реабилитации и его семьи. Одним из общепризнанных средств этой реабилитации является активный и содержательный досуг, в который вовлечены все члены семьи. Однако в Ярославской области для семей, воспитывающих детей с ОВЗ, доступные возможности активного отдыха и содержательного досуга являются дефицитными. Опрос родителей детей с ОВЗ, проведенный в АНО КСК «Кентавр» (48 человек) показал, что наиболее

доступными способами проведения досуга для «особенных» семей в Ярославле является посещение кукольного театра, цирка и зоопарка. Но при этом члены семьи являются зрителями, занимают пассивную позицию, не вступают в активное взаимодействие ни друг с другом, ни с социумом. В малых городах Ярославской области, таких как Ростов, Данилов, самым доступным видом семейного досуга является прогулка в парке и отдых на даче. Основными барьерами являются: низкий уровень принятия в обществе людей с инвалидностью, психологическая неготовность принимать семьи, воспитывающих детей с ОВЗ, как равноправных членов общества, большие финансовые затраты на билеты в театры, музеи, зоопарк для всех членов семьи. Таким образом, актуальность проекта социально-психологической реабилитации «Все́й семье́й-на коне!» обусловлена следующими социальными противоречиями в регионе: – между высокой потребностью в восстановлении адаптационных возможностей семей, воспитывающих ребенка с ОВЗ и низкой социальной активностью, самоизоляцией таких семей; – между высоким реабилитационным потенциалом активного семейного досуга и дефицитом в Ярославской области доступных форм такого досуга для семей, воспитывающих ребенка с ОВЗ. Проект «Все́й семье́й-на коне!» реализуется при поддержке Фонда Президентских грантов.

Практическая деятельность по адаптивной верховой езде:

Занятия проводятся 2 раза в месяц

Событие проекта	Дата проведения
Стартовая встреча участников проекта, диагностика	Январь
Семейная игровая программа с участием лошадей	Январь-февраль
Семейные сеансы адаптивной верховой езды	Январь-октябрь
Семейная инклюзивная конная эстафета	Май
Открытые соревнования по паралимпийскому контуру	Август
Выставка творческих работ участников проекта	Сентябрь-ноябрь
Постановка инклюзивного конного спектакля	Сентябрь-ноябрь
Итоговая встреча участников проекта	Ноябрь

«Знакомство с лошадьми»

Цель:

дать навыки разного уровня работы с лошадьми (уход, управление, выездка).



Результат:

получение знаний по обращению с лошадьми (инструктаж по ТБ, небольшая историческая справка).

«Семейные конные игровые программы»

Цель: создать положительный эмоциональный фон, атмосферу доброжелательности, участия и взаимопомощи.



Результат: Родители вместе с детьми были вовлечены в игровую деятельность, ближе познакомились с семьями, выполняя различные задания на сплочение, работая коллективно.

«Иппотерапия»

Цель: улучшить физическое и эмоциональное состояние у детей с различными нарушениями.



Результат: Стабилизируется эмоциональное состояние; овладевая навыками езды, ребенок учится быть самостоятельным, успешным, повышается самооценка, формируется концентрация, усидчивость.

Исходная позиция - сесть верхом на лошадь, лицом к ее голове, руки свободно опущены вдоль туловища. Инструктор ведет лошадь, которая сначала

идет медленными короткими шагами, пережимая длинными и совершая остановки.

Задача - научиться удерживать равновесие.

Иппотерапия - коррекция осанки:

1. Сидя верхом на стоящей лошади, совершаются поочередные наклоны правой и левой руки к противоположной ноге;
2. Наклоны туловища вперед и назад;
3. Эти же упражнения проделать на движущейся лошади.



«Процесс общения с лошадью»

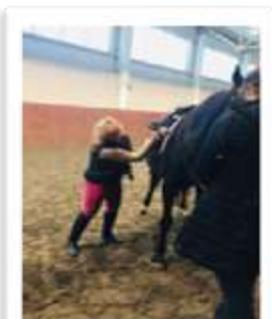
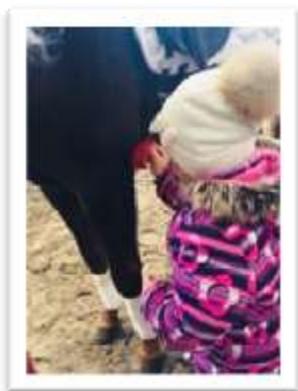
Цель: формировать положительные эмоции человека от общения с лошадью.



Результат: При общении с лошадью, успокаивается возбужденная нервная система, даря позитивную энергию при общении; быстро снимается стресс. Мерное жевание сена, приятный запах опилок и бархатные губы, с благодарностью принимающие угощения в виде морковки или сухарика, все это составляет единую картину спокойствия и умиротворенности.

«Чистка»

Цель: помочь ребенку и взрослому наладить контакт с лошадью.



Результат: Взяв скребницу, ребенок без опаски сам подходит к лошадке и массирует ей шею, бока. Животному это нравится и лошадь выражает свою благодарность, скребя копытами по земле.

«Управление лошадью»

Цель: научить управлять лошадью, с помощью повода.



Результат: Это упражнение помогает еще лучше наладить контакт с лошадью, держа ее за повод, она становится другом, как для ребенка, так и для взрослого. Учится управлять лошадью, делать вольты и остановки.

Игровая программа «Верные друзья»

Цель: наладить контакт с лошадью при выполнении игровых заданий.



Результат:

Каждый ребенок приблизился к лошади, прикоснулся к ее шерстке, к ее мягким губам. И это дало эффект-совершенно бесстрашно сели наши дети на лошадей и проехали по манежу. А ведь для многих это стало первым опытом контакта с лошадью, но совершенно точно, для всех позитивным!

«Упражнение на равновесие и на обретение баланса»

Цель: научиться уверенно сидеть на лошади.



Результат: Лошадь воздействует на мышцы, расслабляя их и одновременно давая нагрузку. В процессе езды происходит напряжение мышц ног, они укрепляются, а также восстанавливается их тонус. Кроме этого происходит тепловое воздействие на мышцы от тела лошади.

Отзывы родителей:

Николаева Екатерина Владимировна 24.02.2019 г.: «Детям нравится кататься. А я сегодня пыталась управлять лошастью - это ураган эмоций. А как верхом поднимается самооценка и уверенность в себе.»

Пустовойт Екатерина Сергеевна 27.02.2019 г.: «Когда детям хорошо и комфортно, когда посещение занятий в

удовольствие и на здоровье, для нас - родителей это еще одна сладкая пилюля, которые мы согласны принимать, даже без назначения врача!!! Спасибо вам большое!!!»

Ольга Витальевна Степанова 26.02.2019 г.: «Садясь на лошадь, успокаиваешься, забываешь о своих проблемах, уютная атмосфера, добрые лошади, хорошие преподаватели!»



Отзывы тренеров:

Румянцева Наталья Валерьевна: «В рамках проекта «Всей семьей-на коне!», реализуемого при поддержке Фонда Президентских грантов, к нам приезжает группа семей из Ростова. Малыши и родители познакомились с нашими лошадьми и попробовали себя в роли всадников. Для кого-то это было в самый первый раз, кто-то смог преодолеть свой страх, а кого-то снимали со спины лошади со слезами, потому что не хотелось

расставаться. Мы очень рады были доставить удовольствие детям и взрослым! Надеемся, что впереди наших участников ждет немало интересных и счастливых семейных переживаний на коне!»



Отзывы детей:

Алиса 7 лет: «Мне нравится чувствовать лошадку, ее тепло, стук копыт; нравится гладить ее и кормить сухарями. Я приобрела новых друзей, с которыми не хочется расставаться!».

Карина 7 лет: «Я очень жду встречи с лошадками, я по ним очень скучаю. Мне нравится сидеть верхом на лошади и просто гладить ее, чистить шерстку».

Денис 7 лет: «Я уже не боюсь лошадей, сижу верхом и даже управляю ей сам. Еще мне нравятся упражнения на равновесие, которые мы делаем на лошадях».

Отзыв психолога:

Чубукова Руслана Александровна: «Радость, которую дети и родители испытывают вместе, в одном событии не только делает их ближе друг к другу, но и становится надежной защитой от больших и малых жизненных невзгод».

Рисунки: «Я и моя семья на коне!»



«Подготовка к семейной инклюзивной эстафете»

Цель: тренировать приобретенные навыки управления лошадью.



Результат:

Маленькие всадники подают пример своим мамам. И собрав всю волю в кулак, остановить коня, и пожать руку своей партнерше по команде - вот с чем мы справились!

*«Конная сюита в стиле джаз, по мотивам
одноименного стихотворения К.И. Чуковского
«Муха-Цокотуха»»*



Результат: Потрясающий спектакль показали нам ученики Ярославского театрального института совместно с КСК «Кентавр».

Получили море эмоций, было очень интересно, необычно и увлекательно!



Ростов, 2019