**Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Хорольский дом – интернат для престарелых и инвалидов»**

**«Свобода передвижения»**

**Социальная практика по созданию среды инклюзивного сопровождения, повышения мобильности и расширения социальных контактов граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями через вовлечение в велотуризм.**

**с. Хороль 2022 год**

**Структура и содержание практики:**

1. Паспорт;
2. Концепция инклюзии;
3. Основные направления работы;
4. Профессиональный и количественный состав сопровождающих;
5. Необходимые силы и средства;
6. Ожидаемые результаты реализации практики;
7. Критерии оценки эффективности выполняемых в рамках практики мероприятий;
8. Статистические данные;
9. Нормативно – правовая база;
10. План мероприятий по реализации практики;

**Паспорт**

**Социальная практика «Свобода передвижения»**

Практика разработана и используется, как способ социализации и интеграции в общество одиноких пожилых людей и людей с ограниченными возможностями.

**Цель практики:**

Обучение людей с ОВЗ и инвалидов использованию велоустройстройств (электроскутеров) и разработка индивидуальных маршрутов.

**Задачи:**

1. Создание инклюзивной практики использования велоустройств и электроскутеров;

2. Предоставление людям с ОВЗ и инвалидам возможности свободного передвижения по локации в месте проживания;

3. Обеспечение равных возможностей людям с ОВЗ и инвалидам для участия в культурно – спортивных мероприятиях различного уровня;

4. Комплексная подготовка людей с ОВЗ, инвалидов и их родственников для преодоления психологических барьеров.

**Целевая группа:**

Практика рассчитана на граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями.

**Основные направления практики:**

1. Проведение соревнований, культурно-спортивных массовых мероприятий, акций, освещение работы клуба в СМИ;
2. Устранение психологических барьеров в ходе занятий;
3. Психическое и физическое оздоровление;
4. Расширение кругозора, социализация.

**Ожидаемый результат:**

1. Организована работа вело туристического клуба – не менее 1;
2. Не менее 20 участников клуба научатся ездить на велосипеде и ориентироваться в городской среде;
3. Разработано индивидуальных маршрутов – не менее 8;
4. Проведено соревнований, культурно-спортивных массовых мероприятий, акций, статей в СМИ – не менее 3;

**Срок реализации:**

Социальная практика «Свобода передвижения» разработана в рамках реализации пункта 4.3. Федеральный проект "Старшее поколение" национального проекта «Демография», проекта Активное долголетие в Приморском крае и соотносится со сроком его реализации с 1 января 2022 г. по 31 декабря 2025 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Критерии оценки реализации социальной практики «Свобода передвижения»:** |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Концепция инклюзии:

Социальная практикаобучения пользованию различными велоустройствами и электроскутерами для повышения мобильности людей с ограниченными возможностями и граждан пожилого возраста «Свобода передвижения» разработана в рамках реализации национального проекта «Демография» утвержденного президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г. №10) в части пункта 4.3. Федеральный проект "Старшее поколение", проекта Активное долголетие в Приморском крае.

В основе лежит создание на базе учреждения велотуристического клуба и вовлечение в его деятельность граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями здоровья, их обучение использованию велоустройств и электроскутеров, разработка индивидуальных маршрутов для применения устройств в повседневной жизни (средство реабилитации, отдыха, спорт, транспорт).

В контексте стареющего населения мира эксперты по мобильности все чаще рассматривают езду на велосипеде как способ помочь людям с ограниченными возможностями самостоятельно передвигаться по территории. Велосипед может действовать как «катящаяся трость» однако, глядя на владельца вы не догадаетесь, что у него инвалидность. Около 40% велосипедистов-инвалидов просто ездят на обычном двухколесном велосипеде. Езда на велосипеде даёт людям с ограниченными физическими возможностями больше транспортной независимости и повышает их вовлеченность в общественную жизнь. Для двух из трех велосипедистов-инвалидов езда на велосипеде легче, чем ходьба, так как снижает нагрузку на суставы, помогает удерживать равновесие и облегчает проблемы с дыханием. Сложно переоценить положительный эффект от езды на велосипеде людям с проблемами здоровья. Для них это не только удовольствие, но и настоящее оздоровление. Все положительные эффекты можно разделить на психологические и физические.

В первую очередь, инвалид, на велосипеде чувствует себя полноценным. Он не лишен возможности кататься на велосипеде, как и другие, появляется возможность расширения социальных контактов. Он получает положительные эмоции, которые хорошо сказываются на здоровье и процессе реабилитации. Активное путешествие помогает справиться с бездействием, изоляцией, проблемами психического здоровья и зависимостью от дорогостоящего частного транспорта, такого как такси.

Во-вторых, инвалид учится преодолевать трудности. Для многих езда на велосипеде, даже специальном, может первое время оказаться очень сложной. Преодоление таких трудностей вырабатывает характер и помогает в дальнейшем легче переносить все тяготы болезни.

Катание на велосипеде делают людей с ОВЗ более наблюдательными. Ведь велопрогулка для них может стать настоящим путешествием. Необходимость постоянно следить за окружающим еще и вырабатывает в определенной мере дисциплинированность. А если каждый раз ставить перед собой задачу преодолеть все большее расстояние, то это поможет развить целеустремленность.

Кроме этого, езда на велосипеде заставляет работать ослабленные мышцы. Во время велопрогулок у человека в разной степени работают практически все мышцы тела начиная от ног, закачивая шеей.

Езда на велосипеде, даже на трехколесном помогают инвалидам учиться держать равновесие и вырабатывает координацию. Это происходит из-за необходимости постоянного вращения педалей и маневрирования с помощью руля.

  Согласно проведенному исследованию, 78% людей с ограниченными возможностями потенциально могут ездить на велосипеде, и только 3% используют велосипед для передвижения.

Многие люди с ограниченными возможностями исключают езду на велосипеде как вариант, не осознавая большого разнообразия устройств, которые существуют для различных нужд.

И все их можно разделить на две группы. Первая – это велоустройства, езда на которых восстанавливает функции тела. Вторая – байки, которые служат для простых велопрогулок, только адаптированные под ту или иную группу инвалидов.

Выбрать подходящий байк человеку с ограниченными возможностями достаточно трудно. Только в случае легкой степени инвалидности человеку удается ездить на обычном байке или немного модифицированном. Зачастую требуется именно специализированный байк или электроскутер.

Одна из проблем при выборе это высокая стоимость и труднодоступность. Специальные байки для людей с ограниченными возможностями выпускаются в малом количестве. Поэтому процесс производства их довольно затратный. Это сильно сказывается на цене.

Вторая проблема вытекает опять же из-за отсутствия большого количества потребителей. Купить такой байк или электроскутер для инвалида не получится в обычном спортивном магазине. Поэтому часто подходящий байк приходится заказывать и ждать продолжительное время.

Нередки случаи, когда людям с тяжелой степенью инвалидности приходится заказывать индивидуальные байки. В таких случаях при создании такого устройства учитываются анатомические и физиологические особенности человека. Стоимость подобных байков из-за этого очень высокая.

При всем этом на самом деле нет никаких ограничений для передвижения инвалидов на велосипеде или скутере, это зависит от того, насколько благоприятны для езды территории в целом, так как пожилые люди и люди с ограниченными возможностями имеют непропорционально большую потребность в защищенной велосипедной инфраструктуре и доступных маршрутах.

Структура и содержание социальной практики:

1. Организационный этап: вовлечение проживающих в клубную среду, выявление и определение потребностей, способностей, возможностей, личностной направленности участников.
2. Исполнительский этап: проведение мероприятий направленных на реализацию практики.
3. Аналитический этап – ежеквартально: определение результативности работы, отслеживание рисков при реализации практики, внесение корректировок.

Направления работы:

***«Реклама - тиражирование»***

***Направления работы***

***«Клуб Хэндбайк»***

***«Соучастие»***

1. «Клуб хэнтбайк»:

- организация рекламной компании, индивидуальная работа с потенциальными пилотами для вовлечения в работу клуба новых участников;

- теоретические и практические занятия;

- разработка индивидуальных маршрутов (подбор байка и локации).

1. «Соучастие»:

- проведение культурно - массовых мероприятий (соревнований), участие в акциях (учреждение, район, край).

1. «Реклама - тиражирование»:

- СМИ, ВКонтакт, Однокласники, Активное долголетие, сайт учреждения, смартека, проектная деятельность с фондом.

Участники сопровождения:

***- Администрация учреждения***

***- Тьютеры из числа сотрудников и клубников***

***«Клуб Хэндбайк»***

***- Администрация учреждения***

***- филиал ПЦСОН***

***- Благотворительный фонд «Новая жизнь – другое зрение»***

***- Общество инвалидов***

***«Соучастие»***

***- Администрация учреждения***

***- СМИ, интернет ресурсы, Смартека***

***«Реклама - тиражирование»***

Ресурсы необходимые для реализации социальной практики:

|  |  |
| --- | --- |
| Силы: | Средства: |
| - Администрация учреждения, клуба | - методические пособия |
| - Сопровождающие (тьютеры) | - велосипеды, трициклы, электроскутеры |
| - Инструктор АФК, психолог, медперсонал | - экипировка |
|  | - тренировочные площадки |
|  | - помещения (зимнее время) |
|  | - экипировка |
|  | - компьютер |

Стоимость затрат на реализацию практики:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Направление расходов | | Стоимость в рублях |
| 1. | Хэндбайк - 1 | 147 000 |
| 2. | Электроскутеры - 3 | 240 000 |
| 3. | Велосипеды туристические - 2 | 54 998 |
| 4. | Экипировка (шлемы защитные, защита в комплекте) – 5 | 9 450 |
| 5. | Оборудование тренировочной площадки | 14 000 |
| 6. | Обучение персонала (инструктор АФК) – 1 сотрудник | 15 000 |
| 7. | Расходы на организацию мероприятий | 29 000 |
| 8. | Аренда зала (организация занятий в зимнее время) за 1 час (2500 руб.) 1 раз в неделю 5 месяцев | 50 000 |
| Итого: | | 559 448 |

Ожидаемые результаты реализации социальной практики:

Реализация практики способствует социализации пожилых людей и инвалидов повышению их мобильности, расширению кругозора, восстановлению в привычных функциях, видах деятельности, характере отношений.

Результаты социальной эффективности практики:

1. Самореализация пожилых людей и людей с ограниченными возможностями в процессе позитивного социального взаимодействия
2. Решение проблем, связанных с мобильностью и социализацией целевой группы;
3. Для территории – развитие вело инфраструктуры и доступности объектов;
4. Уменьшение нагрузки на бюджет за счет сокращения затрат на социальное сопровождение целевой группы и предоставление услуг.
5. Для бизнеса (аренда залов, обустройство велодорожек, адаптация сооружений, изготовление, обслуживание, ремонт байков, организация пунктов проката)
6. Для общества - формирование осознанно терпимого отношения к инвалидам;

Критерии оценки:

Оценка эффективности реализации программы проводится методом наблюдения, устного опроса и анкетирования целевой группы, изучения отзывов. Ежеквартально и ежегодно результаты отражаются в схемах – графиках. По результатам исследования, при необходимости, в планы реализации программы вносятся корректировки и изменения.

Форма отчета квартальная (годовая):

Статистические данные:

Нормативно – правовая база для разработки социальной практики:

- Конституция Российской Федерации;

- Федеральный закон от 28.12.2013 года № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 24.11.1995 года № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

- Законом Приморского края от 26 декабря 2014 г. № 541-КЗ «О социальном обслуживании граждан в Приморском крае»;

- Паспорт национального проекта «Демография» утвержденного президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г. №10) пункт 4.3. Федеральный проект «Старшее поколение»;

- Постановление администрации Приморского края от 27 декабря 2019 г. N 920-па «Об утверждении государственной программы Приморского края «Развитие физической культуры и спорта Приморского края» на 2020 – 2027 годы»;

- Методические рекомендации по развитию адаптивной физической культуры и спорта в субъектах Российской.

План мероприятий:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование мероприятий | Сроки выполнения | Ответственные за выполнение |
| 1. | Подготовка помещений, материалов, ресурсов. | Весь период реализации программы |  |
| 2. | Организация рекламы среди проживающих (проведение информационных бесед, выпуск буклетов, стенгазеты). | Весь период реализации программы |  |
| 3. | Подбор кандидатов для участия в практике, изучение их возможностей, распределение по группам. | Постоянно |  |
| 4. | Разработка тематического плана. | На период (календарный год) до 25 декабря |  |
| 5. | Анализ эффективности мероприятий проводимых в рамках программы. | Ежеквартально |  |
| 6. | Анализ соотношения между ожидаемыми и реально достигнутыми результатами, внесение корректировок в программу. | Полугодие, год |  |
| 7. | Подготовка аналитических справок. | По итогам года |  |

Тематическое планирование:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Дата (срок исполнения) | Тема | Содержание занятия | Часы |
|  |  | | | |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  | | | |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |