

Общественная организация «Ленинская окружная организация г. Тюмень  
Тюменской областной региональной организацией общероссийской общественной  
организации «Всероссийского общества инвалидов»»

# Проект «Жизнь без границ: доступный спорт»

г. Тюмень, 2023 год

### Цель проекта:

Социальная реабилитация и адаптация, а также интеграция в общество людей с инвалидностью, через спорт.

### Целевая аудитория проекта:

Люди с инвалидностью, проживающие на территории города Тюмени.

### Сумма проекта:

500000 рублей

### Софинансирование проекта:

441040 рублей

### Срок реализации проекта

6 месяцев

### Задачи проекта:

- 1) Обеспечить информационное сопровождение проекта
- 2) Организация и проведение мастер-класса "Основы верховой езды"
- 3) Организация и проведение тренировочного мероприятия по конному спорту
- 4) Организация и проведение практических занятий по дайвингу в бассейне
- 5) Организация и проведение мастер-класса "Начальные навыки вождения картом"
- 6) Организация и проведение мероприятия "Полет на парашуте"
- 7) Организация и проведение мастер-класса по методике управления квадроциклом
- 8) Организация и проведение тренировочного мероприятия по картингу
- 9) Организация и проведения соревнований по боулингу
- 10) Организация и проведение практических занятий в аэродинамическом комплексе
- 11) Организация и проведение тренировки по спортивному туризму.
- 12) Собрать команду и принять участие в межрегиональном туристическом слете "Робинзоада"

# Краткое проекта

Проект "Жизнь без границ" существует с 2022 года, благодаря ему мы показываем людям с инвалидностью, что за порогом их дома, ждёт удивительный и многообразный мир и что социальный статус "инвалид" в обществе это не приговор, а с ним можно и нужно жить полноценной жизнью. В проекте "Жизнь без границ: доступный спорт" мы создали условия, для того чтобы люди с инвалидностью попробовали себя в различных видах спорта, таких как: параплан, дайвинг (подводное плавание), картинг, конный спорт, поездка на квадрацикле, боулинг, полёт в аэродинамическом комплексе и спортивный туризм. Наш проект является уникальным, так как в ходе его реализации люди с инвалидностью проходили социальную реабилитацию и адаптацию, а также интегрировались в общество, пробуя свои силы в различных видах спорта, благодаря которым целевая аудитория получила позитивные эмоции, чувство самоутверждения, через преодоления страха. Также в ходе реализации проекта у людей с инвалидностью повысилась физическая активность, которая поспособствовала снижению комплекса неполноценности, преодолению социальных барьеров, расширению круга знакомств и ощущению себя равным с другими людьми не имеющих инвалидность. В проекте проводились занятия по: параплану, дайвингу (подводное плавание), картингу, конному спорту, поездке на квадроцикле и полёту в аэродинамическом комплексе. Также люди с инвалидностью приняли участие в соревновании по боулингу, а также в рамках проекта мы подготовили команду к региональному туристическому слету "Робинзоида". Также в рамках проекта мы сняли видео ролики по каждому спортивному направлению и размещали их в официальной группе Ленинской ОО ВОИ, где более 1600 подписчиков и в группе проекта "Жизнь без границ", тем самым мы охватили больше людей с инвалидностью, для того чтобы замотивировать их выйти из дома и начать заниматься спортом, а также доказать им, что невозможное возможно.

## Практические занятия в аэродинамическом комплексе.

В рамках проекта мы провели 2 занятия в аэродинамическом комплексе. На каждом занятии люди с инвалидностью прошли инструктаж по правилам поведения в аэротрубе, положению тела в трубе и языку жестов, после чего смогли пройти практическое первое занятие в аэродинамическом комплексе. У каждого участника было по 6 минут полета.

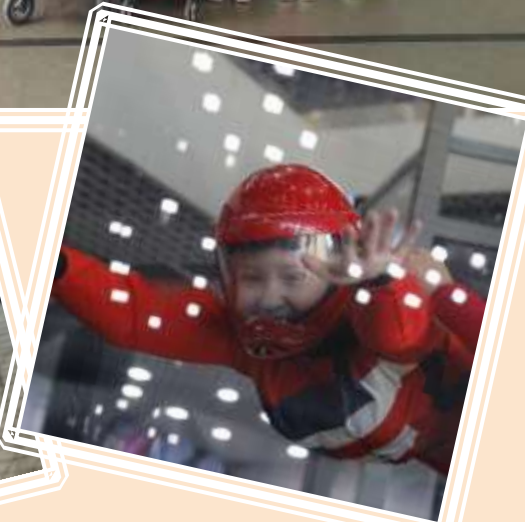
Всего в мероприятиях приняли участие 30 человек с инвалидностью.

Ссылка на видео с мероприятия:

[https://vk.com/looovoi?z=video-154681439\\_456239249%2Ffc99a73fbbca71ae104%2Fpl\\_wall\\_-154681439](https://vk.com/looovoi?z=video-154681439_456239249%2Ffc99a73fbbca71ae104%2Fpl_wall_-154681439)

Ссылка на отзыв от участника:

[https://vk.com/wall133703604\\_669](https://vk.com/wall133703604_669)



## Полет на парaparane.

Благодаря проекту в окрестностях села Нижняя Тавда смогли полетать на парaparane с пилотом-инструктором 20 человек с инвалидностью.

Для проведения мероприятия были задействованы 2 волонтера, так как не все люди с инвалидностью могли самостоятельно разбежаться для отрыва от земли.

Ссылка на видео с мероприятия:

[https://vk.com/loovoi?z=video-154681439\\_456239256%2Feba69c4928e8dfd6f0%2Fpl\\_wall\\_-154681439](https://vk.com/loovoi?z=video-154681439_456239256%2Feba69c4928e8dfd6f0%2Fpl_wall_-154681439)

Ссылка на отзыв от участника мероприятия:

[https://vk.com/wall23875090\\_11394](https://vk.com/wall23875090_11394)





## Практические занятия по дайвингу в бассейне.

Серию занятий открыло первое ознакомительное и теоретическое занятие для 20 человек с инвалидностью по дайвингу 5 июня 2023, где участники познакомились с тренером по дайвингу, также им рассказали про технику безопасности, как правильно одевать снаряжение дайвера и сделали расписание практических тренировок.

Практические занятия по дайвингу проводились в бассейне. На одном занятии присутствовало по 2 человека с инвалидностью. Люди с инвалидностью узнали и испробовали на себе, как правильно одевать специальное снаряжение для дайвинга, как правильно погружаться под воду и всплывать, какими жестами общаться под водой.

Ссылка на пост с мероприятия: [https://vk.com/wall-154681439\\_8583](https://vk.com/wall-154681439_8583)

Ссылка на отзыв участника:

[https://vk.com/wall-154681439\\_8693](https://vk.com/wall-154681439_8693)

[https://vk.com/wall23875090\\_11333](https://vk.com/wall23875090_11333)



## Мастер-класс “Основы верховой езды” и тренировка по верховой езде

Мастер класс проводили 3 инструктора по верховой езде от детского центра “Алые паруса”. В самом начале перед участниками выступил особый ребенок, который занимается данным видом спорта на протяжении продолжительного времени, и показал гостям, как правильно выполнять задания. После каждый участник смог прокатиться на лошади и выполнить несколько простых заданий (надеть кольцо, сбить кеглю мячом и попасть мячом в ведро), а также пообщаться с лошадью (погладить ее, покормить и поблагодарить за прогулку). Также с помощью и подстраховкой инструктора участники старались удержать равновесие на лошади.

На тренировке по верховой езде люди с инвалидностью смогли повторить все тоже самое, что делали на мастер-классе.

Всего на мастер-классе и на тренировке присутствовали 50 человек.

Ссылка на видео с мероприятия: [https://vk.com/video-154681439\\_456239237?list=86f8e02e93b3d736f8](https://vk.com/video-154681439_456239237?list=86f8e02e93b3d736f8)



## ■ Мастер-класс “Начальные навыки по управлению катом” и тренировка по картингу

■ Участники на мастер-классе узнали, как правильно садиться в кат, как правильно держать руки на руле и как трогаться с места. Каждый участник смог самостоятельно или с помощью инструктора прокатиться на кате и проехать трассу.

■ Мастер-класс посетили 20 человек с инвалидностью.

■ На тренировке по картингу участники смогли применить знания полученные на мастер-классе и проехать трассу самостоятельно.

■ Тренировку посетили 20 человек с инвалидностью.

■ Ссылка на видео с мероприятия:

■ [https://vk.com/video-154681439\\_456239241?list=acfb5f55c4d8096db](https://vk.com/video-154681439_456239241?list=acfb5f55c4d8096db)





## Участие в соревнованиях по спортивному туризму и подготовка к ним.

Люди с инвалидностью прошли тренировку, которая подготовила их к соревнованиям по спортивному туризму. Они научились вязать узлы, одевать страховочную систему, собирать и разбирать палатку, проходить полосу препятствий. По итогам тренировки были отобраны 7 человек для участия на межрегиональном туристическом слете "Робинзоада". После они отправились в деревню Криводаново на туристический слёт инвалидов "Робинзоада", где приняли участие в соревнованиях по: рыбная ловля, спортивное ориентирование, полоса препятствий пешеходная и сплав на байдарках. Также они применили знания по обустройству палаточного лагеря. В соревновании приняло участие 21 команда. Наша команда заняла 10 место.

Ссылка на пост с мероприятия: [https://vk.com/wall-154681439\\_8641](https://vk.com/wall-154681439_8641)



## Мастер-класс по методике управления квадроциклом

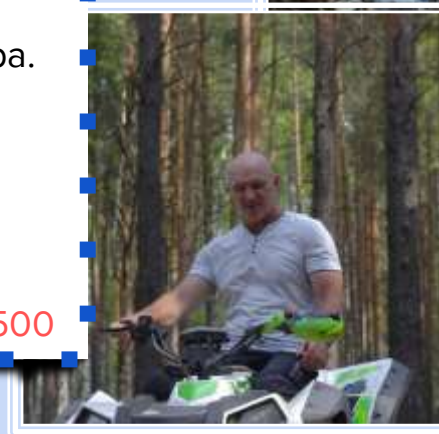
В рамках проекта мы провели 2 мастер-класса по методике управления квадроциклом. Люди с инвалидностью побывали на мастер-классе по методике управления квадроциклом, где узнали про технику безопасности, как правильно управлять квадроциклом, а также каждый участник проехал трассу с подстраховкой инструктора.

Всего мастер-класс посетили 50 человек с инвалидностью.

Ссылка на видео с мероприятия:

[https://vk.com/video-154681439\\_456239248?list=d12e6f10ebb87d500](https://vk.com/video-154681439_456239248?list=d12e6f10ebb87d500)

3



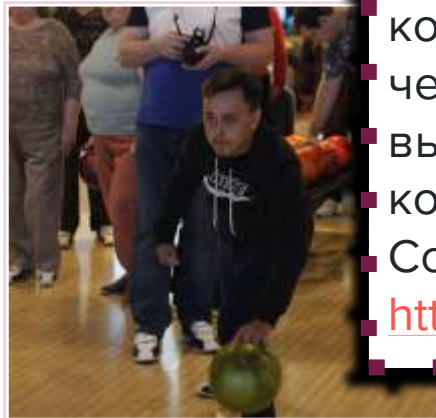


Соревнования по боулингу среди лиц с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья.

В соревнованиях приняли участия 5 команд, которые состояли из- 6 человек. По итогу соревнования мы выявили тройку сильнейших команд.

Ссылка на пост с мероприятия:

[https://vk.com/wall-154681439\\_8806](https://vk.com/wall-154681439_8806)



Проект **“Жизнь без границ: доступный спорт”** был реализован в г. Тюмени и в селе Нижняя Тавда (Тюменская область).

Общее количество участников в проекте: **242 человека с инвалидностью.**

В проекте были задействованы **2 волонтера.**

### Освещение проекта в СМИ

#### СМИ “Тюменское время”:

В Тюмени стартовал проект для людей с инвалидностью “Жизнь без границ”

[https://vk.com/wall-27760724\\_216058](https://vk.com/wall-27760724_216058)

Небо без барьеров

[https://vk.com/wall-27760724\\_222971](https://vk.com/wall-27760724_222971)

#### СМИ “ГТРК Регион-Тюмень”:

Занятие по дайвингу провели для тюменцев с особенностями здоровья

[https://vk.com/wall-131652649\\_53012](https://vk.com/wall-131652649_53012)



№	Наименование расходов	Сумма	Статьи расходов
1	Страховые взносы для команды проекта	24000	
2	Страховые взносы по договору ГПД	3600	Статьи расходов
3	Услуги фотографа	12000	
4	Зарплата ГПХ (4 человек за период одной суммой в конце проекта)	80000	Статьи расходов
5	Учебное погружение (дайвинг) в условиях закрытой воды	50000	
6	Видеограф	35000	Статьи расходов
7	Банер+паук	9400	
8	Питание (кофе-брейк)	20000	Статьи расходов
9	Подарочные сертификаты	50000	
10	Награждение призеров соревнований ( подарочные сертификаты)	15000	Статьи расходов
11	Транспорт (ГСМ, работа водителя)	16000	
12	Аренда трассы для картинга	24000	Статьи расходов
13	Аренда лошадей	35000	
14	Услуга полеты на Парашюте	60000	Статьи расходов
15	Аренда квадроцикла	20000	
16	Услуга полет в аэродинамическом комплексе	46000	Статьи расходов

# Партнеры проекта



# Команда проекта



Феденко Роман  
Валерьевич  
Специалист по работе  
с инвалидами  
Ленинского ОО ВОИ



Карноухова Яна  
Владимировна  
Специалист по работе  
с инвалидами  
Ленинского ОО ВОИ



Мячина Анастасия  
Юрьевна  
Специалист по работе  
с инвалидами  
Ленинского ОО ВОИ



Смирнова Надежда  
Захаровна  
Бухгалтер Ленинского  
ОО ВОИ