

Методические рекомендации по проведению инклюзивных смен

Долгие годы существовало четкое деление детей на «обычных» и «инвалидов», которые практически не могли реализовать свои возможности в отдыхе, учебе наравне со здоровыми детьми.

Конечно, дети с инвалидностью или дети с ограниченными возможностями здоровья имеют право на путевку за государственный счет. Дети смогут отдохнуть на базе отдыха вместе со своими родителями. Это замечательно, но такой отдых не может обеспечить им интеграцию и не способствует развитию самостоятельности, приобретению опыта жизни в коллективе.

В России пока практически не существует по-настоящему полных инклюзивных смен, где дети с особенностями могли бы отдыхать совместно с обычными детьми.

В рамках проекта PRO-детство – инклюзивный лагерь для детей-инвалидов, поддержанного Фондом поддержки гражданских инициатив Южного Урала, организована 7 дневная инклюзивная смена лагеря, на базе загородного лагеря Райдер, для семей имеющих детей-инвалидов. Данные методические рекомендации разработаны на основе опыта проведения инклюзивной смены.

Вот несколько аспектов нашего инклюзивного лагеря

1. Инклюзивная программа: адаптирована под разные виды инвалидности и включает как физические, так и творческие активности. Это занятия по горнолыжному спорту, искусству, музыку, а также экскурсии и развлекательные мероприятия.
2. Квалифицированный персонал: педагоги, психолог и медицинские работники, которые смогут оказать необходимую помощь и поддержку детям.
3. Безопасная среда: лагерь оборудован с учетом всех необходимых стандартов безопасности и доступности для детей с разными формами инвалидности. Это включает в себя безбарьерную архитектуру и специализированное оборудование.
4. Социальные навыки: в программу лагеря включены тренинги и мероприятия, способствующие развитию коммуникативных навыков и уверенности в себе. Это групповые упражнения, ролевые игры и совместные проекты.
5. Поддержка родителей: организованы встречи и семинары для родителей, где они смогут обменяться опытом и получить информацию о поддержке детей с инвалидностью в повседневной жизни и в социуме.
6. Обратная связь: постоянно получаем обратную связь от детей и родителей о работе лагеря и его программе чтобы в дальнейшем улучшать условия и программы.

7. Партнёрство: сотрудничество с местными органами власти, общественными организациями и бизнесом для привлечения ресурсов и волонтеров.

Таким образом, загородный лагерь для детей с инвалидностью может стать важным шагом на пути их социализации и интеграции в общество, формируя у детей ощущение принадлежности и уверенности в себе.

1. Инфраструктура для организации инклюзивных лагерных смен

Спортивные инклюзивные смены можно проводить на любом объекте, приспособленном для приема туристов или отдыхающих. Это может быть любой санаторно-курортный объект, пионерский лагерь, спортивный центр, имеющий возможность организовать проживание. Принципиально важно наличие спортивных площадок в шаговой доступности или возможность организации трансфера, чтобы комфортно и быстро добраться до спортивных площадок.

Почему проведение подобных смен может быть интересно руководству принимающих объектов? Как их убедить, что рядом со здоровыми отдыхающими смогут отлично расположиться и участники инклюзивных смен? Надо попытаться привести такие аргументы:

- Инновационная социальная идея
- Круглогодичная загрузка сезонных объектов
- Поддержка органов местного самоуправления, в том числе финансирование
- Личный вклад в создание «доступной среды» для занятий терапевтическим спортом
- Привлечение на спортивный объект новых клиентов: семей, имеющих детей с особенностями развития
- Дополнительная загрузка спортивных объектов в часы низкой посещаемости

Это могут быть как обычные гостиницы, так и любые другие объекты, приспособленные для компактного проживания—базы отдыха, глэмпинги, при этом организаторам необходимо понимать ограничения по комфорту проживания детей с тяжелыми видами инвалидности, если в смене предусмотрены такие участники. Безусловно, важным условием является наличие комфортного проживания для семьи, наличия пункта питания, наличие отопления, вентиляции и соблюдение санитарных норм, комфортных санитарных узлов и душевых комнат.

Идеально, если это база отдыха или курорт, находится в пределах замкнутой территории, на которой ограничено движение автотранспорта. Это важно для того, чтобы участники смен имели максимум свободы и максимум возможности безопасных передвижений.

Мы сознательно рассматриваем только совместное проживание детей с ОВЗ с членами семьи, которые могут контролировать жизненно важные процессы: прием лекарств и т.п.

2. Подготовительный этап

При организации спортивной семейной смены нужно провести серьезную подготовительную работу, а именно:

- подобрать площадку для проведения смены
- провести переговоры с потенциальным местом проживания, определить условия и правила пользования помещениями и площадками, согласовать расписание.
- сформировать бюджет на проживание семей участников, на проживание спортивных инструкторов и организационной группы по проведению лагеря.
- рассмотреть различные варианты привлечения финансирования (об этом мы подробнее поговорим чуть ниже).
- изучить площадку и выяснить все ее ресурсы, согласовать с руководителем инструкторской службы все возможные активности и план занятий.
- определить основную концепцию смены, учитывая климатические и географические особенности места проведения смены, наличие инфраструктуры(варианты проведения смен будут рассмотрены ниже).
- подобрать инструкторский коллектив с соответствующей квалификацией и другой необходимый персонал.
- сформировать расписание смены, программу смены, продумать примерный распорядок каждого дня
- продумать порядок привлечения и обучения волонтеров, если они участвуют в работе смены.
- продумать и подготовить необходимый спортивный инвентарь и оборудование для проведения смены.
- продумать содержание мастер классов, творческих мастерских, пригласить специалистов и подготовить необходимые материалы.
- сформировать списочный состав участников смены, провести анкетирование.

- провести подготовительную работу с родителями, подготовить для родителей комплект ознакомительных материалов.
- по необходимости, заказать трансферы.
- подготовить транспортные планы, если они требуются, по трансферам к месту проведения смены и по внутренним трансферам,
- согласование расписания дня на каждый день, согласование плана на дни отдыха и продумывание плана экскурсий.

Минимальной рабочей группой для организации смены является: руководитель смены, администратор и старший инструктор смены. С точки зрения приглашения спортивных инструкторов - оптимальным количеством инструкторов является один специалист на двух участников лагеря. Возможно соотношение один к трем, но в таком случае может страдать качество занятий. Мы допускаем, что в зависимости от сформированных программ и степени тяжести состояний детей или подростков, количество детей на инструктора может варьироваться, от двух до пяти. Если это дети с легкой формой инвалидности, которые могут самостоятельно себя обслуживать и которые достаточно просто контролируем, если это не тяжелые виды интеллектуальной инвалидности или расстройство аутистического спектра серьезной формы, то детей на инструктора может быть больше. Важно руководствоваться соображениями здравого смысла и не гнаться за количеством в ущерб качеству. Привлечение подготовленных волонтеров и помощников к занятиям может существенно разгрузить инструкторов.

Составляя программу лагеря, идеально понимать персональный состав участников, их особенности, возраст, диагнозы и степень тяжести. В зависимости от персонального состава подбирать количество инструкторов, необходимое для полноценной работы с этой группой детей по предусмотренным видам спортивных активностей и по планируемому расписанию. Грубой ошибкой является, например, когда к одному инструктору по роликам на занятие приходит одновременно двое (или больше) детей с тяжелыми видами инвалидности – такой подход не допустим.

Если есть возможность и достаточное количество волонтеров, чтобы параллельно организовать две программы - отдельно для детей и отдельно для родителей-это идеально. Нам очень важно позволить всем участникам смены чувствовать себя самостоятельными (детям, родителям, волонтерам). Это оптимальная ситуация, к которой нужно стремиться.

3. Рекомендации по расписанию дня

Распорядок дня смены должен быть максимально комфортным для всех участников, и, в принципе, соответствовать типовому расписанию любой детской лагерной смены. Временные слоты могут быть любые, но очевидно, что это четыре приема пищи, с интервалом 3-4 часа. После обеда обязательное время для отдыха, и разумное время отхода ко сну - для того, чтобы наши «спортсмены» чувствовали себя бодрыми и отдохнувшими до конца дня.

Поскольку у нас, как правило, нет ресурса и достаточного количества дополнительных сопровождающих или тьютеров, то мы не предполагаем, что дети находятся отдельно от родителей. Мы предполагаем, что приемы пищи детей и время для отдыха родители регулируют самостоятельно, учитывая общее расписание.

Расписание тренировок заблаговременно составляет старший инструктор смены. В зависимости от возможностей площадки и структуры лагеря, зоны спортивной активности могут быть разнообразными. Если это горнолыжная смена, проходящая в зимний период, то рекомендуется не более одной персональной или групповой тренировки в день с максимальной продолжительностью два часа. Другие спортивные активности в такой смене не рекомендуются, кроме легких, не тренировочных. Например, расслабляющие водные процедуры.

Дополнительных спортивных занятий после горнолыжных тренировок мы не рекомендуем, так как это чрезвычайно высокая нагрузка. Нам крайне важно не перегрузить детей, чтобы их состояние улучшалось.

Если мы говорим о занятиях в теплое время, то в зависимости от возможностей и специфики смен, допускаются две разноплановые тренировки в день. Проведение третьей тренировки не целесообразно. В вечернее или послеобеденное время мы обычно планируем творческие активности, мастер-классы - кулинарные, познавательные и любые другие. Это хорошее время для экскурсий, прогулок, небольших походов.

А утренняя зарядка - спросите вы? На усмотрение старшего инструктора.

4. Спортивные тренировки

Инструкторский состав смены: идеальное сочетание, как уже сказано выше - один инструктор, работающий по технологиям «Лиги Мечты» на двух детей или подростков, участников лагеря. В таком случае можно получить максимальную отдачу и максимальную пользу для каждого ребенка.

Если у вас есть возможность привлечь волонтеров - это прекрасно. Но для них необходимо провести хотя бы небольшой ознакомительный курс. Идеально проводить

его, когда сформирован персональный списочный состав участников. При формировании состава участников необходимо заранее собрать анкеты, уточнить у родителей пищевые особенности, уточнить особенности режима участника, особенности приема медикаментов и особенности общения с участником, поведенческие особенности. Здорово, если есть возможность провести совместное собрание родителей и волонтеров, и персональное собеседование с каждым родителем и участником до начала смены. Хотелось бы акцентировать внимание, что если смена выездная, первое, что необходимо сделать организаторам смены и инструкторам - в полном составе провести собеседование с каждым родителем и провести персональное личное анкетирование каждого ребенка. По итогам собеседования составить индивидуальный план занятий по каждому ребенку, либо групповой план занятий, в зависимости от списочного состава групп.

5. Что необходимо учитывать

Поскольку страна наша огромна и прекрасна, в каждой территории, безусловно, есть что посмотреть, и наши рекомендации - делать такие смены познавательными и приятными для всех участников. Осматривать местные и региональные достопримечательности, организовывать в день отдыха пешие прогулки и походы, экскурсии. При этом нельзя забывать, что для многих детей, участников лагеря, не все экскурсии могут быть доступны, поэтому экскурсионная программа должна быть разумной и реализуемой для всех. И, конечно, добровольной для родителей.

В подготовке работы смены очень полезно выяснить какие персональные, профессиональные навыки (либо непрофессиональные навыки или хобби) есть у родителей или сопровождающих, возможно, кто-то из участников увлекается пением, рисованием, йогой, психологией, робототехникой и др. В этом случае в программы спортивных смен можно включить обучающие занятия от родителей.

Замечательно, если есть возможность проводить уроки живописи, танцев, изготовления кукол - да чего угодно - для родителей. В план подготовки нужно добавить также подготовку необходимого спортивного инвентаря и подготовку дополнительного инвентаря для занятий не только детей, но и родителей, для организации мастер-классов, пеших походов и других дополнительных активностей.

Ознакомительные поездки на занятия иппотерапией или любым другим дополнительным видом спортивной активности с соблюдением всех правил техники безопасности, такие как аквапарки, дельфинотерапия приветствуются.

Мы не приветствуем и не рекомендуем непроверенные способы активности и потенциально опасные, для детей с неврологическими статусами, коими являются практически все наши участники. Такие как полеты в аэротрубе, дайвинг и подобные тренировки, в безопасности которых есть большие сомнения.

6. Подходы в организации занятий детей и родителей

Важно учесть! Если смена проводится для детей разного возраста, и в наличии у организаторов есть достаточное количество инструкторов, волонтеров и вспомогательного воспитательного персонала, мы предложили бы иметь отдельную программу для детей и отдельную программу для родителей. Мы рекомендуем разделять программу пребывания детей и программу пребывания родителей.

Это не исключает возможность совместных занятий. Такая концепция предполагает двойную ценность. Дети учатся быть более самостоятельными, выполнять инструкции и общаться с миром. Родители получают возможность психологической и физической передышки, возможность «отключения» от ребенка, учатся выделять время для себя. И те, и другие получают навык автономного пребывания. Крайне важно получить такой навык не только детям, но и родителям. Важно иметь представление о том, чем занимается ребенок, важно попробовать те же виды активности, что и у ребенка, важно разделить с ним победу и радостные моменты. Но также важно дать ребенку возможность максимальной самостоятельности.