



Здоровый отдых всей семьёй!



В небольшом моногороде ЗАТО г. Радужный по инициативе самих родителей (многодетных, приемных, имеющих членов семей инвалидов) с 2020 года при финансовой поддержке Фонда Президентских грантов и имущественной администрации города (возможность безвозмездного пользования помещениями для проведения занятий) открыт семейный спортивный клуб «Радуга-Теннис» (начинали с большого тенниса). На бесплатной основе дети вместе с родителями из семей, преимущественно находящиеся в трудной жизненной ситуации, могут посещать спортивные занятия 6 направлений, которых не было в городе: теннис, кинезиотерапия, гидротерапия, адаптивная физкультура, самооборона, семейный бокс. Бесплатно и в выходные дни.

Семейный спортивный клуб "Радуга-Теннис"



Задачи проекта

1. Организовать работу ССК "Радуга-Теннис" для детей и родителей из семей г. Радужный, преимущественно находящиеся в ТЖС, а так же молодых инвалидов по 6 уникальным направлениям: теннис, адаптивная физкультура, кинезиотерапия, гидротерапия, самооборона, семейный бокс.
2. Способствовать развитию в Радужном семейных форм досуга, ориентированных на укрепление семьи, формирование здорового образа жизни.
3. Мотивировать детей и родителей из семей г. Радужный к занятиям спортом.



Направления клуба "Радуга - теннис"



2019 г.



2021 г.



2021г.



2022г.



2022г.

1

Классический
теннис

2

Пляжный
теннис

3

Адаптивная
физкультура для детей
с ограниченными
возможностями

4

Кинезотерапия

5

Гидротерапия

6



Самооборона
и
Семейный бокс

2024-2025





ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

Классический и пляжный теннис

Семейный спортивный клуб "Радуга-Теннис" в нашем городе популярен. Дети и взрослые, а так же бабушки и дедушки, осваивают технику игры в классический теннис и пляжный теннис.

***Занятия проводят тренеры спортсмены,
увлеченные, внимательные доброжелательные к
каждому пришедшему в клуб.***

Руководитель клуба Н. Пугаева.



Турниры и совместные праздники



Дети и взрослые принимают участие в соревнованиях как в самом Клубе так и на выезде в городах Владимир, Гусь - Хрустальный, Доброград Иваново, Кострома, добиваясь успехов.

Совместно с родителями и волонтерами традиционно проводятся тематические семейные спортивные праздники: "Вместе всей семьей!", "Спортивная мама", "Спортивный Новый год и Рождество", "Папа может", "Спортивная семья - крепкая семья!".

Мастер классы

Ведётся работа по развитию массового спорта, через занятия пляжным теннисом регулярно в СК «Кристалл», мастер-классы на открытых площадках г. Радужный, п. Ладога, г. Владимира.



Адаптивная физкультура



В 2021 г. при поддержке ВРООО "Специальная олимпиада" открылось новое - **адаптивное направление**.

Целью занятий в клубе не ставилось достижение ребятами и взрослыми спортивных побед, но регулярные занятия под руководством профессионального тренера, усердие ребят давали высокие спортивные результаты.

Илья, молодой инвалид с ментальными нарушениями. Вместе с тренером в составе команды Владимирской области в конце января 2023г. участвовал в г. Казани в Единых играх Специальной Олимпиады. На дистанции 25 метров баттерфляй в сильнейшем дивизионе Илья завоевал бронзовую медаль. В эстафетном командном плавании заслужил золотую медаль Специальной Олимпиады



Кинезотерапия и гидротерапия



В 2022 году мы расширили возможности для совместного бесплатного спортивного досуга всей семьей добавив **занятия кинезотерапией - терапия движением**, включающая гидрокинезотерапию (лечебное плавание и аквагимнастика), детензор-терапию (с элементами йоготерапии, дыхательной гимнастики)

Они проходят на базе плавательного бассейна МБОУ ДО ДЮСШ под руководством опытных тренеров еженедельно для членов из 15 семей, имеющих проблемы, связанные с позвоночником и опорно-двигательным аппаратом, обостренные в постковидный период.

В результате ребята и взрослые улучшают свою физическую форму, эмоциональный фон, учатся приемам саморегуляции, снятия напряжения и смогут применять их в дальнейшем самостоятельно.



Наши награды

В 2022 году проект «Радуга - Семья» был отмечен дипломом Всероссийского конкурса «Россия - территория здоровья»



В 2023 году проект вошёл в число победителей конкурса «Большая семья - сильная Россия», который был организован Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации совместно с Объединением многодетных семей Москвы «РО СМСМ». Эксперты выбрали 55 из 120 лучших практик, направленных на повышение качества жизни многодетных семей.



9 июля 2025 г. в Национальном центре «Россия» на V Всероссийском форуме «Многодетная Россия» был отмечен проект «Радуга-семья». Вручила награду руководитель проекта - Наталья Карпович (руководитель РОО «Объединение многодетных семей города Москвы», общественный и политический деятель)



Наши тренеры в рисунках детей

