

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Rekreācija - fizisko un garīgo spēju atjaunošana personām ar invaliditāti

ESF projektā "Personu ar invaliditāti vai garīga rakstura traucējumiem integrācija nodarbinātībā un sabiedrībā"
Nr.9.1.4.1/16/I/001

Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmijas students Dāvis Strazdiņš – topošais rekreācijas speciālists, par savu divus mēnešus ilgo prakses vietu ir izvēlējis Sociālās integrācijas valsts aģentūru (SIVA), lai ESF projekta dalībniekiem apmācību laikā organizētu interesantus un atraktīvus pasākumus darbaspēju saglabāšanai un uzlabošanai.

Speciālistu konsultācijas un nodarbības norisinās SIVA un, pamatojoties uz personu funkcionālo traucējumu veidiem, tiek noteikti vingrinājumi. Apmācību laikā katram ESF projekta dalībniekam speciālists izstrādā individuālu rehabilitācijas plānu, nosakot nepieciešamos atbalsta pasākumus. Projekta dalībniekiem nodrošinām kompleksu sociālās rehabilitācijas pasākumu kopumu atbilstoši specifiskai terapijas jomai, lai uzlabotu konkrētas darba tirgum, mobilitātei un pašaprūpei nepieciešamās funkcijas. Sociālā rehabilitācija var ietvert regulāras fiziskās aktivitātes sporta zālē, treniņu zālē, peldbaseinā u.c. Vienlaikus piedāvājam arī brīvā laika pavadīšanas iespējas, iesaistot klientus sporta un mūzikas nodarbībās, lai veicinātu personas sociālo aktivizēšanos un integrēšanos sabiedrībā.

Divus mēnešus SIVA ESF projekta dalībniekiem ir ekskluzīva iespēja piedalīties arī rekreācijas nodarbībās, ko kvalifikācijas prakses ietvaros vada topošais rekreācijas speciālists Dāvis. Pirmie iespaidi un projekta dalībnieku atsaucība apliecina rekreācijas nodarbību nozīmi un šāda speciālista nepieciešamību darbā ar personām ar invaliditāti vai garīga rakstura traucējumiem.



Rekreācijas specialitātes students Dāvis Strazdiņš aktīvi darbojas un vada nodarbības, lai projekta dalībniekiem nodrošinātu vēl efektīvākus sociālās rehabilitācijas pakalpojumus.



Uzziņai:

Rekreācija ir jauna zinātne, kura pēta cilvēka garīgo, emocionālo un fizisko spēku atjaunošanu, fizisko spēju attīstību, pilnveidošanu un veselības atjaunošanu un uzturēšanu. Viens no atjaunošanas stimulējošiem faktoriem ir daba – ārā no telpām un pilsētas vides.

Rekreācijas speciālista galvenie uzdevumi ir:

- rekreācijas pasākumu un projektu organizēšana iedzīvotājiem;
- valsts un privāto institūciju sadarbības koordinēšana iedzīvotāju rekreācijas jomā;
- sadarbojoties ar rekreāciju veicinošām institūcijām – tūrisma un sporta izglītības organizācijām, valsts, starptautiskajām un privātām institūcijām – koordinēt un īstenot rekreācijas darbības.

Šo speciālistu uzdevums ir ne tikai nostiprināt audzēkņu fizisko ķermeni, bet arī:

- aktivizēt un atjaunot cilvēka emocionālās, garīgās un intelektuālās spējas;
- paaugstināt dzīves kvalitāti;
- ieraudzīt rekreācijas iespējas ārpus sporta zāles – atpūšoties piknikā, pastaigā brīvā dabā;
- individuālo, kultūras, izglītības un māksliniecisko interešu apmierināšana, apmeklējot muzejus, koncertus, teātrus un piedaloties mākslinieciskās pašdarbības kolektīvos.

Rekreācijas pamatus var apgūt Latvijas Sporta pedagogijas akadēmijā, studējot profesionālā bakalaura grādu sporta zinātnē vai programmā Izglītības un sporta darba speciālists.

ESF projekta "Personu ar invaliditāti vai garīga rakstura traucējumiem integrācija nodarbinātībā un sabiedrībā" eksperts, 2019.gada 4.aprīlī