«Утверждаю»

Директор ГБУСО ВО «Тюрмеровский

ПНИ «Учебный центр сопровождаемого проживания»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.А. Струкова

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 год

**План**

**работы инструктора по адаптивной физкультуре**

**на 2025 год**

**с получателями социальных услуг в рамках социального проекта «Быть здоровым и активным»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование мероприятий** | **Срок исполнения** | **Ответственный** |
| 1. **ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ:** | | | |
| 1. | Привлечение получателей социальных услуг к активному участию в физкультурно – оздоровительных мероприятиях. | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 2. | Создание у ПСУ мотивации заниматься физкультурой и спортом. | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре  Психолог |
| 3. | Формирование интереса у инвалидов к разным видам спорта. | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 4. | Отбор получателей услуг в спортивные секции по видам спорта | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 5. | Освещение работы на сайте учреждения, сайте МСЗН, в социальных сетях. | Еженедельно | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 1. **Физкультурно – спортивная деятельность** | | | |
| 6. | Проведение утренней гимнастики, лого ритмики. | ежедневно | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 7. | Проведение спортивно – массовых мероприятий в учреждении:  - эстафеты;  - марафоны;  - весёлые старты;  - спортивные подвижные игры;  - занятия на свежем воздухе;  - спортивные квесты; | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре  Психолог  Культорганизатор |
| 8. | Участие получателей социальных услуг в областных фестивалях спорта и соревнованиях на разных выездных спортивных площадках. | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 9. | Занятия на тренажёрах, в спортивном зале и спортивных площадках учреждения. | Еженедельно | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 10. | Проведение тренировочных занятий по подготовке к областным соревнованиям в рамках Специальной Олимпиады. | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре  Психолог |
| 11. | Участие в областных и Всероссийских соревнованиях по различным видам спорта в соответствии с календарным планом Специальной Олимпиады | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре  Психолог |
| 12. | Проведение шахматно-шашечных турниров в рамках года «Защитника Отечества» | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре  Психолог |
| 13. | Применение в работе с получателями социальных услуг здоровьесберегающих технологий – пальчиковые игры, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, тропа здоровья. | Весь период | Инструктор по адаптивной физкультуре  Психолог |
| 14. | Спортивные развлечения на свежем воздухе и спортивных площадках, проводимые в рамках года «Защитника Отечества. | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре |
| 15. | Индивидуально – оздоровительные занятия по физическому развитию с маломобильными получателями социальных услуг. | В течение года | Инструктор по адаптивной физкультуре |