**Утверждаю**

**Директор ГБУСОВО «Болотский ПНИ»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.Ю. Морозова**

**«\_\_\_\_\_» «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» 20\_\_\_ г.**

**ПЛАН**

**физкультурно-оздоровительной и спортивно– массовой работы среди получателей социальных услуг**

**ГБУСОВО «Болотский психоневрологический интернат»**

**на 2024 год .**

В рамках программы Активное долголетие

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Январь 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответственные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2. Кружки: Спорт и мы. настольные игры | | Пн - Пт | Территория ПНИ  мужской и женский корпуса. | Получатели  Социальных  Услуг  «Болотский ПНИ»  (далее – ПСУ) |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | День спорта | | Еженедельно,  пятницам | Территория ПНИ  Тренажёрный зал | Получатели  Социальных  Услуг |  | Инструктор физкультуры |
| Подготовка команды ПНИ к участию в соревнованиях Спец Олимпиады | | Весёлые старты, Шорт – трек, Лыжные гонки, Снегоступинг | | Пн - пт | п. Красный Октябрь территория ПНИ | Получатели  Социальных  Услуг |  | Инструктор физкультуры |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Весёлые старты  «Воспитатель, Я-спортивная семья!» | | 19 Января 2024года | г.Собинка | Команда  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры , волонтёры, Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Шорт - трек | | 22 Января 2024 года | пос. Ворша | Команда  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Подготовка команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Лыжные гонки, Снегоступинг | | февраль 2024 года | Территория ПНИ | Команда  ПНИ |  | Инструктор физкультуры |
| **Февраль 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | Дни недели | | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения. | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2.Спорт кружки: спорт и мы  плавание, настольный теннис | | Пн - Пт | Территория ПНИ;  мужской и женский корпуса;  Территория ПНИ, лес | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | День спорта: | | Еженедельно,  пятницам | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | | Подготовка к Спец Олимпиаде  Лыжи, снегоступинг, плавание,  - настольный теннис | | Ежедневно | С К Молодёжный,  город Ковров,  территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Лыжные гонки, Снегоступинг | | 08.02.2024г | г. Кольчугино | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры |
| **Март 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | Наименование | | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения. | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2.Спорт кружки:  - мини футбол  - настольные игры  - коньки  - плавание | | Пн - Пт | Территория ПНИ;  мужской и женский корпуса;  территория ПНИ,  п.Мелехово,  СК Молодёжный | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | День спорта. | | Еженедельно,  пятницам- | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание и укрепление иммунитета. | | Оздоровительное плавание | | Понедельник  1 раз в неделю | город Ковров СК Молодёжный | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | | Подготовка к соревнованиям по роликовым конькам | | Пон -чет | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Плавание | | 21 марта  2024 года | г.Собинка | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Настольный теннис, Юнифайд настольный теннис | | 28 марта 2023 года | г. Гусь-Хрустальный | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры |
|  | |  | |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | |
| **Апрель 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения. | | 1. Оздоровительная гимнастика.  23.Спортивные кружки:  - гиревой спорт  - настольные игры  - ролики | | Пн - Пт | Территория ПНИ  Тренаж.зал  Тренаж.зал  Спорт. площадка | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | День спорта | | Еженедельно,  пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | | Оздоровительное плавание | | 1 раза в неделю | С Ш Сигнал,  город Ковров | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | | Подготовка к соревнованиям по роликовым конькам | | Ежедневно | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| **Май 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2.Спорт кружки:  - городки  - туризм  - ролики | | Пн - Пт | Территория ПНИ  За пределами ПНИ | ПСУ |  |  |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | .  День спорта. | | Еженедельно,  по средам- ММГ,  пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | | Оздоровительное плавание | | 1 раз в неделю | С Ш Сигнал,  город Ковров | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Соревнования по скоростному бегу на роликовых коньках | | 23 мая 2023 г. | г. Кольчугино | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие вестибулярного аппарата и координации движений, укрепление системы органов дыхания и ОДА, приобщение к природе и животному миру | | Конно-спортивная школа | | Май  2023 года  1-2 раза  по погоде | г.Ковров КСШ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Бег на роликовых коньках | | 07 мая 2024 года | г.Кольчугино | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
|  | |  | |  |  |  |  |  |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Соревнования по городкам | | 21 мая 2024г. | пос.Гусевской | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| **Июнь 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2.Спортивные кружки:  - туризм  - городки  - волейбол | | Пн - Пт | Территория ПНИ  Спорт.площадка | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | .  День спорта. | | Еженедельно,  пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Всероссийские соревнования по адаптивному туризму  «Робинзон – 2024» | | 24 – 28 июня  2024 года | Собинский район, п/о Бабаево | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | | Оздоровительное плавание | | 1- 2 раза в неделю по погоде | В водоёмах района | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Программа социокультурной реабилитации | | Поездки псу на спортивные мероприятия области и района | | 1- 2 раз по погоде | Владимирская область и Ковровский район | ПСУ-актив |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Соревнования по пляжному волейболу | | 19 июня 2024г. | пос. Гусевской | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| **Июль 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2.Спортивные кружки:  - волейбол;  - баскетбол  - лёгкая атлетика | | Пн - Пт | Территория ПНИ  Спорт.площадка | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | .  День спорта. | | Еженедельно,  пятницам- | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | | Оздоровительное плавание | | 1- 2 раза в неделю по погоде | В водоёмах района | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Программа социокультурной реабилитации | | Поездки псу на спортивные мероприятия области и района | | 1 раз по погоде | Владимирская область и Ковровский район | ПСУ-актив |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| **Август 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2. Адаптивная гимнастика.  3. Спортивные кружки:  - лёгкая атлетика  - гиревой спорт | | Пн - Пт | Территория ПНИ  Отделение Милосердия  За пределами ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | .  День спорта. | | Еженедельно,  по средам- ММГ,  пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | | Оздоровительное плавание | | 1-2 раза в неделю по погоде | В водоёмах района | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО ВООБО | | Соревнования по мини -футболу | | 3 августа 2023г | Г.Собинка  Владимирская область | ПСУ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО ВООБО | | Соревнования по легкоатлетическому троеборью:  Кросс-1000 м.; прыжок в длину с разбега; толкание ядра. | | 15 августа 2024г. | ГАУВО СОЦ «Олимп», п.Красная горбатка.  Владимирская область | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие вестибулярного аппарата и координации движений, укрепление системы органов дыхания и ОДА, приобщение к природе и животному миру | | Конно-спортивная школа | | 1 раз по погоде | Ковровский район | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Программа социокультурной реабилитации | | Поездки псу на спортивные мероприятия области и района | | 1 раз по погоде | Владимирская область и Ковровский район | ПСУ-актив |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО ВООБО | | Соревнования по стритболу и Юнифайд стритболу | | 01 августа 2024 года | г.Собинка  Владимирская область | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Мини футбол | | 28 августа  2024 года | г.Собинка | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры |
| **Сентябрь 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2.Спортивные кружки  - бочче  - мини футбол  - настольные игры | | Пн - Пт | Территория ПНИ  Спорт.площадка  Трен.зал | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | .  День спорта. | | Еженедельно,  пятницам- | Территория ПНИ  В корпусах | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | | Оздоровительное плавание | | 1 раз в неделю | Природные водоёмы или  СШ Сигнал | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | | Бочча | | 2 раза в неделю | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры Медицинский сотрудник |
| Развитие вестибулярного аппарата и координации движений, укрепление системы органов дыхания и ОДА, приобщение к природе и животному миру | | Конно-спортивная школа | | 1-2 раза в месяц | Ковровский район | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО | | Соревнования по  бочче | | 5 сентября  2024 года | г. Собинка | Команды  ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| **Октябрь 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2. Адаптивная гимнастика.  3.Спортивные кружки:  - бочча,  - дартс,  - кегельбант | | Пн - Пт | Территория ПНИ  Отделение Милосердия  Трен.зал  В корпусах по погоде | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | .  День спорта. | | Еженедельно,  по средам- ММГ,  пятницам-МГ | Территория ПНИ  В корпусах | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | | Бочче | | 2 раза в неделю, вторник, четверг | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры Медицинский сотрудник |
|  | |  | |  |  |  |  |  |
| Программа социокультурной реабилитации | | Поездки псу на спортивные мероприятия области и района | | 1 раз по погоде | Владимирская область и Ковровский район | ПСУ-актив |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| **Ноябрь 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2. Спортивные кружки:  - дартс  - гиревой спорт  - настольные игры | | Пн - Пт | Территория ПНИ  Трен.зал  По корпусам | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | .  День спорта. | | Еженедельно,  пятницам- | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, координации движений, закаливание, укрепление иммунитета. | | Оздоровительное  плавание | | 1 раз в неделю | С Ш Сигнал,  город Ковров | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| **Декабрь 2024 года** | | | | | | | | |
| Задачи | | Наименование | | Дни недели | Место проведения | Участники | Ответствен  ные  организации | Ответственные |
| Воспитание у ПСУ«Болотский ПНИ» потребности к систематическим занятиям физической культурой и привлечение их к здоровому образу жизни. Проведение ежедневных и систематических бесед о вреде курения | | 1. Оздоровительная гимнастика.  2.Спорт и мы-друзья:  - скандинавская ходьба  - дартс  - настольные игры | | Пн - Пт | Территория ПНИ  За пределами ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | | День спорта. | | Еженедельно,  по средам- ММГ,  пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | | Весёлые старты | | Пон - пят | п.Красный Маяк  или трен.зал ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры Медицинский сотрудник |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | | Шорт-трек | | 1 раза в неделю, вторник, | п. Мелехово, Ледовый Дворец | ПСУ |  | Инструктор физкультуры Медицинский сотрудник |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | | Лыжи  снегоступинг | | Ежедневно, в зависимости от погоды | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультуры Медицинский сотрудник |
| Программа социокультурной реабилитации | | Поездки псу на спортивные мероприятия области и района | | В зависимости от ситуации с пандемией | Владимирская область и Ковровский район | ПСУ-актив |  | Инструктор физкультуры  Медицинский сотрудник |

Инструктор физической культуры: