**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 ПНИмужской и женский корпуса. | ПолучателиСоциальныхУслуг«Болотский ПНИ»(далее – ПСУ) |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | День спорта | Еженедельно,пятницам | Территория ПНИТренажёрный зал | ПолучателиСоциальныхУслуг |  | 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 | ПолучателиСоциальныхУслуг |  | Инструктор физкультуры |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  | Весёлые старты«Воспитатель, Я-спортивная семья!»  | 19 Января 2024года | г.Собинка | КомандаПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультуры , волонтёры, Медицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  | Шорт - трек | 22 Января 2024 года | пос. Ворша | КомандаПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Подготовка команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  |  Лыжные гонки, Снегоступинг | февраль 2024 года | Территория ПНИ | КомандаПНИ |  | Инструктор физкультуры |
| **Февраль 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.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 | 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.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 | 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.23.Спортивные кружки: - гиревой спорт- настольные игры- ролики | Пн - Пт | Территория ПНИТренаж.залТренаж.залСпорт. площадка | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | День спорта  | Еженедельно,пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | Оздоровительное плавание | 1 раза в неделю | С Ш Сигнал,город Ковров | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский 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 | 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.Спорт кружки:- городки- туризм- ролики | Пн - Пт | Территория ПНИЗа пределами ПНИ | ПСУ |  |  |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | .День спорта.  | Еженедельно,по средам- ММГ,пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | Оздоровительное плавание  | 1 раз в неделю | С Ш Сигнал,город Ковров | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  | Соревнования по скоростному бегу на роликовых коньках | 23 мая 2023 г. | г. Кольчугино | КомандыПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие вестибулярного аппарата и координации движений, укрепление системы органов дыхания и ОДА, приобщение к природе и животному миру | Конно-спортивная школа | Май 2023 года1-2 раза по погоде | г.Ковров КСШ | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  | Бег на роликовых коньках | 07 мая 2024 года | г.Кольчугино | Команды ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  | Соревнования по городкам | 21 мая 2024г. | пос.Гусевской | Команды ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| **Июнь 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.Спортивные кружки: - туризм - городки- волейбол | Пн - Пт | Территория ПНИСпорт.площадка | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | .День спорта.  | Еженедельно,пятницам-МГ | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский 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 | КомандыПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | Оздоровительное плавание  | 1- 2 раза в неделю по погоде | В водоёмах района | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский 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 физкультурыМедицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  | Соревнования по пляжному волейболу | 19 июня 2024г. | пос. Гусевской | Команды ПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| **Июль 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.Спортивные кружки: - волейбол; - баскетбол- лёгкая атлетика | Пн - Пт | Территория ПНИСпорт.площадка | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | .День спорта.  | Еженедельно,пятницам- | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | Оздоровительное плавание  | 1- 2 раза в неделю по погоде | В водоёмах района | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Программа социокультурной реабилитации | Поездки псу на спортивные мероприятия области и района | 1 раз по погоде | Владимирская область и Ковровский район | ПСУ-актив |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| **Август 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. Адаптивная гимнастика.3. Спортивные кружки: - лёгкая атлетика- гиревой спорт | Пн - Пт | Территория ПНИОтделение МилосердияЗа 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 физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | Оздоровительное плавание  | 1-2 раза в неделю по погоде | В водоёмах района | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО ВООБО | Соревнования по мини -футболу | 3 августа 2023г | Г.Собинка Владимирская область | ПСУ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский 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 | КомандыПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский 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 физкультурыМедицинский сотрудник |
| Программа социокультурной реабилитации | Поездки псу на спортивные мероприятия области и района | 1 раз по погоде | Владимирская область и Ковровский район | ПСУ-актив |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО ВООБО | Соревнования по стритболу и Юнифайд стритболу | 01 августа 2024 года  | г.СобинкаВладимирская область | КомандыПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский 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 | 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.Спортивные кружки - бочче - мини футбол- настольные игры | Пн - Пт | Территория ПНИСпорт.площадка Трен.зал | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | .День спорта.  | Еженедельно,пятницам- | Территория ПНИВ корпусах | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, закаливание, укрепление иммунитета | Оздоровительное плавание  | 1 раз в неделю  | Природные водоёмы или СШ Сигнал | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский 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 физкультурыМедицинский сотрудник |
| Участие команды «Болотский ПНИ» в соревнованиях СО  | Соревнования по бочче  | 5 сентября2024 года | г. Собинка | КомандыПНИ | ВООБО СО | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| **Октябрь 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. Адаптивная гимнастика.3.Спортивные кружки: - бочча, - дартс,- кегельбант | Пн - Пт | Территория ПНИОтделение МилосердияТрен.залВ корпусах по погоде | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | .День спорта.  | Еженедельно,по средам- ММГ,пятницам-МГ | Территория ПНИВ корпусах | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский 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 физкультурыМедицинский сотрудник |
| **Ноябрь 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. Спортивные кружки:- дартс- гиревой спорт- настольные игры | Пн - Пт | Территория ПНИТрен.залПо корпусам | ПСУ |  | Инструктор физкультуры |
| Привлечение ПСУ к активному участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | .День спорта.  | Еженедельно,пятницам- | Территория ПНИ | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| Развитие функциональных систем организма, координации движений, закаливание, укрепление иммунитета.  | Оздоровительноеплавание | 1 раз в неделю | С Ш Сигнал,город Ковров  | ПСУ |  | Инструктор физкультурыМедицинский сотрудник |
| **Декабрь 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.Спорт и мы-друзья: - скандинавская ходьба- дартс- настольные игры | Пн - Пт | Территория ПНИЗа 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 физкультурыМедицинский сотрудник |
| Проведение тренировочных занятий по подготовке к Спец Олимпиаде | Весёлые старты | Пон - пят | п.Красный Маякили 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 | Лыжиснегоступинг | 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 физкультурыМедицинский сотрудник |

Инструктор физической культуры: