**УТВЕРЖДАЮ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **П Л А Н Директор МКУ «ЦСОГПВиИ Таштагольского г.п.»**

 **мероприятий отделения дневного пребывания М.В.Холмогорова**

 **(«03» марта 2025– «28» марта 2025года)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| понедельник | **вторник** | **среда** | **четверг** | пятница |
| 03 марта | 04 марта | 05марта | 06 марта | 07марта |
| 8.308.458.459.00 | Знакомство с распорядком дня, организационные вопросы. Инструктаж по пожарной безопасности.Утренние процедуры: измерение АД, t телаУтренняя гимнастика. | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт. тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* |
| 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК:«Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК:«Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК:«Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК:«Здоровье». |
| 9.3010.30 | Психолог: подготовка к занятию.**1Работа с документацией.****2Диагностика** | 9.3010.30 | Психолог:**ДИАГНОСТИКА****«Рисование часов»****Определение нарушений памяти****1Пальчиковая гимнастика****2Занятие по Нейробике****3Веселые скороговорки** | 9.3010.30 | **Психолог****Тренинг с элементом Арт -терапии.**  « Стать счастливой 60+». Снижение нервно -психического напряжения, способствовать формированию открытых отношений между псу. Регулярная умственная нагрузка и поступление новой информации оживят, сделают ПСУ активнее и жизнерадостнее. | 9.3010.30 | **Психолог:**Тренинг с элементом Арт -терапии. « Стать счастливой 60+». Снижение нервно -психического напряжения, способствовать формированию открытых отношений между псу. Регулярная умственная нагрузка и поступление новой информации оживят, сделают ПСУ активнее и жизнерадостнее. | 9.3010.30 | Психолог: подготовка к занятию.Работа с документацией и литературой. |
| 10.3012.00 | Культорганизатор:поиск материала для занятия. | 10.3012.00 | Культорганизатор:**Подвиги женщин в ВОВ. Лекция.** | 10.3012.00 | Культорганизатор:подготовка к занятию.**Поздравление дошкольников, концерт посвященный 8 Марта!** | 10.3012.00 | Культорганизатор.**День Красоты. Праздничное мероприятие.** | 10.3012.00 | Культорганизатор:Подготовка к следующему мероприятию. |
| 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед |
| 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство |
| 13.0014.30 | **Школа ухода (консультации по запросу)** | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) |
| 14.3015.30 | **Психолог:** **индивидуальные и групповые консультации (по запросу).** | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог: индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог: индивидуальные и групповые консультации (по запросу). |
| 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям |
| 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| понедельник | **вторник** | **среда** | **четверг** | пятница |
| 10 марта | 11 марта | 12 марта | 13 марта | 14 марта |
| 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД, t телаУтренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | *Утренние процедуры: измерение АД,**t тела.**Утренняя гимнастика.**Физическая активность «Серебряная нить» - комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* |
| 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | *Занятия ЛФК: «Здоровье».* | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК:«Здоровье». |
| 9.3010.30 | Психолог: подготовка к занятию. | 9.3010.30 | ***Психолог:*****ДИАГНОСТИКА**Цель теста «Где вы на этом дереве?»*—*по*мочь* человеку разобраться в своих чувствах и понять себя как личность, найти баланс в жизни, определить свой социальный статус и место в обществе и максимально реализовать свой потенциал во всех сферах — от семейной до профессиональной.***Нейропсихология – занятия по нейротренажеру. Межполушарная развивающая доска****.* | 9.3010.30 | **Психолог:****ДИАГНОСТИКА**Цель теста «Где вы на этом дереве?»*—*по*мочь* человеку разобраться в своих чувствах и понять себя как личность, найти баланс в жизни, определить свой социальный статус и место в обществе и максимально реализовать свой потенциал во всех сферах — от семейной до профессиональной***Нейропсихология – занятия******по нейротренажеру. Межполушарная развивающая доска.*** **Таштагол** | 9.3010.30 | Психолог:Социум и Я | 9.3010.30 | Психолог: подготовка к занятию.Работа с документацией и литературой. |
| 10.3012.00 | Культорганизатор: подготовка материалов к занятию. | 10.3012.00 | ***Культорганизатор:*****Курская битва****Лекция**Заведующий ОДП | 10.3012.00 | Культорганизатор: разработка мероприятия. | 10.30 12.00 | **Культорганизатор:****Скандинавская ходьба: "Северная ходьба-молодость на года". В отделении дневного пребывания под руководством специалиста проводятся занятия по скандинавской ходьбе с получателями социальных услуг.** | 10.30 12.00 | Культорганизатор:Подготовка к следующему мероприятию. |
| 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | *Обед* | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед |
| 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство |
| 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) |
| 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | *Психолог:**индивидуальные и групповые консультации (по запросу).* | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации(по запросу).Работа с документацией и литературой. |
| 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | *Подготовка к мероприятиям* | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям. |
| 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | *Сан. работы* | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| понедельник | **вторник** | **среда** | **четверг** | пятница |
|  17 марта | 18 марта |  19 марта |  20 марта |  21 марта |
| 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД, t телаУтренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* |
| 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК:«Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». |
| 9.3010.30 | Психолог: подготовка к занятию.**Индивидуальные занятия** | 9.3010.30 | Психолог: занятияпо Нейромедиатору.**ДИАГНОСТИКА****Определение своего психологического состояния** | 9.3010.30 | **Психолог: занятия****Тренинг «Эмоциональный интеллект» знакомство с понятием эмоциональный интеллект и развитие эмоциональнойкомпетентности.Определить, что помогает понимать эмоций других и отработать навык выражения эмпатии;Ознакомиться с упражнениями на снятие эмоционального напряжения** | 9.3010.30 | Психолог:**Психолог: 1.занятия****Тренинг «Эмоциональный интеллект» знакомство с понятием эмоциональный интеллект и развитие эмоциональнойкомпетентности.Определить, что помогает понимать эмоций других и отработать навык выражения эмпатии;Ознакомиться с упражнениями на снятие эмоционального напряжения**.**2.Индивидуальные занятия****Восстановление после инсульта** | 9.3010.30 | Психолог: индивидуальные и групповые консультации(по запросу). Работа по психологическому просвещению — разработка и публикация памяток самопомощи на интернет-площадках. |
| 10.3012.00 | Культорганизатор: подготовка к занятию. | 10.3012.00 | **Культорганизатор:****Презентация.****Маленькие герои ВОВ**Заведующий ОДП | 10.3012.00 | Культорганизатор:Подготовка к мероприятию |  | Культорганизатор:**Лекция.**Заведующий ОДП | 10.30 12.00 | Культорганизатор: Работа с документацией, подготовка к занятию. |
| 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед |
| 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство |
| 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) |
| 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу) | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). |
| 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям |
| 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан.работы | 16.3017.00 | Сан. работы |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| понедельник | **вторник** | **среда** | **четверг** | пятница |
|  24 марта |  25 марта |  26 марта |  27марта |  28 марта |
| 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД, t телаУтренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* | 8.309.00 | Утренние процедуры: измерение АД,t тела.Утренняя гимнастика.Физическая активность «Серебряная нить» - *комплекс физических упражнений, занятия на спорт.тренажерах.* |
| 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК:«Здоровье». | 9.009.30 | Занятия ЛФК: «Здоровье». |
| 9.3010.30 | Психолог: подготовка к занятию. Работа с документацией и литературой.**Индивидуальные занятия** | 9.3010.30 | Психолог:**Дыхательные упражнения**Занятие по нейробике | 9.3010.30 | **Психолог****Преемственность поколений.** **Встреча поколений в Городской библиотеке.** | 9.3010.30 | **Психолог****Дыхательные упражнения****Использование приемов гештальт-терапии, сказкотерапии** | 9.3010.30 | Психолог: подготовка к занятию. Работа с документацией и литературой. |
| 10.3012.00 | Культорганизатор: подготовка к занятию. | 10.3012.00 | Культорганизатор: **Лекция** | 10.3012.00 | Культорганизатор: подготовка к занятию. | 10.3012.00 | Культогранизатор.**Культорганизатор:****Скандинавская ходьба: "Северная ходьба-молодость на года". В отделении дневного пребывания под руководством специалиста проводятся занятия по скандинавской ходьбе с получателями социальных услуг.** | 10.30 12.00 | Культорганизатор: Работа с документацией, подготовка к занятию. |
| 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед | 12.0013.00 | Обед |
| 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство | 13.00-16.00 | Волонтерство |
| 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) | 13.0014.30 | Школа ухода (консультации по запросу) |
| 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу). | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу) | 14.3015.30 | Психолог:индивидуальные и групповые консультации (по запросу).Работа с документацией и литературой. |
| 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям | 15.3016.30 | Подготовка к мероприятиям |
| 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан. работы | 16.3017.00 | Сан.работы | 16.3017.00 | Сан. работы |

**\*Тренинги, индивидуальные беседы, консультации. \*Занятия по нейробике. Арт -терапия. \*Психологическая гостиная для социальных работников (мероприятия, тренинги, индивидуальные консультации, диагностика...) \*Волонтерство. \*Клуб «Шах и Мат». \*Санаторий на дому. \*Преемственность поколений, сотрудничество с МБУДО «ЦРТДЮ» пгт. Шерегеш. \*Преемственность поколений, сотрудничество с МБДОУ детский сад №18 «Сказка» пгт. Шерегеш. \* Сотрудничество с городской Библиотекой г. Таштагол. \*Занятия ЛФК: «Здоровье».**

Ознакомлены:

 Психолог в социальной сфере: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.А.Солотенкова «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025

Культорганизатор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.В.Смирнова «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025

 Выполнено: Зав. ОДП \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Э.И. Диц /«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025