

КУРОРТНЫЙ

пансионат для пожилых

Программа адаптивных, развивающих и развлекательных мероприятий

20.05. (понедельник)

10:00-10:45 «С бодрым утром!»-физическая разминка на все группы мышц, пальчиковая гимнастика и дыхательные упражнения с инструктором АФК

11:00-12:00 «Музыкальная гостиная» в творческом «кубике»

12:00-12:45 Упражнения на координацию движений с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

15:00-16:00 «Кудесники»-групповое занятие по рукоделию со специалистом Досуга в творческом «кубике»

16:50-17:50 Настольные игры (домино, шахматы, шашки)

21.05. (вторник)

10:00-10:45 «С бодрым утром!»-физическая разминка, пальчиковая гимнастика и дыхательные упражнения с инструктором АФК

11:30-13:00 «Эрготерапия»-групповое развивающее занятие в творческом «кубике»

11:00-12:50 Гимнастика для плечевого пояса - спортивное занятие с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

15:00-16:00 «Очумелые ручки»-групповое занятие по прикладному творчеству со специалистом Досуга

16:50-17:50 «Музыкальная гостиная»-развивающая программа в столовой

22.05. (среда)

10:00-10:45 «С бодрым утром!»-физическая разминка на все группы мышц, пальчиковая гимнастика и дыхательные упражнения с инструктором АФК

11:00-12:50 Гимнастика для нижних конечностей с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

12:30-13:10 «Познавательное рядом»-групповое тематическое занятие в столовой

15:00-16:00 «Мастеровые»-групповое занятие по рукоделию в творческом «кубике»

16:50-17:50 «ИгроМания»-развивающие занятия в столовой

23.05. (четверг)

10:00-10:45 «С бодрым утром!»-физическая разминка на все группы мышц, пальчиковая гимнастика и дыхательные упражнения с инструктором АФК

11:00-11:40 «В мире музыки и искусства» в творческом «кубике»

11:00-12:50 Йога с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

15:00-16:00 «Внимание: снимается кино!»-групповое занятие в творческом «кубике»

16:50-17:50 «Песни нашей юности»-музыкальное групповое занятие в столовой

24.05. (пятница)

10:00-10:45 «С бодрым утром!»-физическая разминка на все группы мышц, пальчиковая гимнастика и дыхательные упражнения с инструктором АФК

11:00-12:40 Общеукрепляющие упражнения. Гимнастика для глаз -групповое развивающее занятие в спортивном «кубике» с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

11:00-12:00 «Литературная гостиная» в творческом «кубике»

15:00-16:00 «Сделай сам»-кружок по интересам со специалистом Досуга (творческий «кубик»)

16:50-17:50 «Классическая музыка»-музыкально-развивающее занятие в столовой со специалистами Досуга

25.05. (суббота)

10:00-10:45 «С бодрым утром!»-физическая разминка, пальчиковая гимнастика и дыхательные упражнения с инструктором АФК

11:30-12:10 «Кино-клуб»-групповое развивающее занятие в творческом «кубике»

11:00-12:45 Скандинавская ходьба – групповое занятие с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

15:00-16:00 «Кудесники»-групповое занятие по рукоделию со специалистом Досуга

16:50-17:50 «ИгроМания»- групповое игровое, познавательное занятие в столовой

26.05. (воскресенье)

10:00-10:45 «С бодрым утром!»-физическая разминка на все группы мышц, пальчиковая гимнастика с инструктором АФК (столовая)

11:30-12:45 Игра в Городки - групповое занятие с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

12:30-13:15 «Арт-терапия»-групповое занятие со специалистом Досуга в творческом «кубике»

15:00-16:00 «Кудесники»-групповое занятие, кружковая работа по рукоделию со специалистом Досуга (творческий «кубик»)

16:50-17:50 «Шлягеры 70-х»- групповое музыкально-игровое занятие в столовой

В программе возможны дополнения и изменения