

КУРОРТНЫЙ

пансионат для пожилых

Программа адаптивных, развивающих и развлекательных мероприятий

22.07 (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 Упражнения с отягощением с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

12.00-12.50 « День Невской битвы»-тематическое развлекательное занятие в творческом «кубике» (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)

23.07 (вторник)

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

11:00-11:45 Гимнастика с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

12:00-12:45 «День дачника в России» – тематическое мероприятие в столовой (в хорошую погоду проводится на улице)

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

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

24.07 (среда)

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

11:00-11:45 Спортивно-интеллектуальные игры с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

12:00-12.45 «Литературная викторина» - тематическое занятие в столовой (в хорошую погоду проводится на улице)

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

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

25.07 (четверг)

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

11:00-11:45 «День загадывания загадок»- игровой развлекательный турнир (в хорошую погоду проводится на улице)

12:00-12:50 Йога с инструктором АФК в спортивном кубике

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

16:50-17:50 «Пословицы и поговорки»-познавательное групповое занятие в столовой

26.07 (пятница)

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

11:00-11:45 Игра в городки -спортивно мероприятие с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

12:00-12:50 «Владимир Высоцкий: жизнь и творчество» - тематическое занятие со специалистом Досуга в творческом «кубике»

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

16:50-17:50 «Вечерние посиделки» – тематическое мероприятие в столовой

27.07 (суббота)

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

11:00-11:45 Комплекс упражнений для подвижности суставов с инструктором АФК (в хорошую погоду проводится на улице)

12:00-12:50 «День работников торговли» –тематическое мероприятие (в хорошую погоду проводится на улице)

15:00-16:00 «Гарденотерапия»-групповое занятие по уходу за растениями со специалистом Досуга

16:50-17:50 «Романс в Курортном»- групповое музыкально-игровое занятие в столовой

28.07 (воскресенье)

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

11:00-11:45 -«День крещения Руси»- тематическое мероприятие в творческом «кубике» (в хорошую погоду проводится на улице)

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

15:00-16:00 Кружок «Сплетницы»-групповое занятие со специалистом Досуга (творческий «кубик»)

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

В программе возможны дополнения и изменения.