

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ



Инструкторы по адаптивной физической культуре:

Харцхаев Чимид Борисович

Шилова Виктория Сергеевна

Цель:

- Создание физкультурно-оздоровительной среды как реабилитационного пространства для жителей, выпускников и работников учреждения, а также укрепление их здоровья.

Задачи:

- Популяризация спортивных и подвижных игр среди получателей социальных услуг, выпускников и работников учреждения.
- Обеспечить информирование целевой аудитории о целях проекта и предстоящих спортивных мероприятиях.
- Организация туристического похода для всех участников проекта.
- Проведение спортивных мероприятий и занятий по настольному теннису

Проект «Территория здоровья»:

- **дает комплексное формирование у получателей социальных услуг целостной картины здорового образа жизни**
- **привлекает внимание к проблеме гиподинамии как среди работников так и среди жителей дома**
- **акцентирует внимание на проблему растущего интереса к проведению времени с различными гаджетами, как следствие, отсутствие умения общаться, снижение двигательной активности**



Физкультурно-оздоровительная среда



Совместные спортивные мероприятия работников, выпускников и жителей дома способствуют совершенствованию дисциплины, силы воли, а также позволят повысить морально-волевые качества



Теннис без границ



Проведение открытых тренировок и турниров по теннису на площадках позволит получателям социальных услуг проводить время с пользой для здоровья.

Туризм



Туризм всегда связан с перемещением. Он обеспечивает смену обстановки, изменение обычного образа жизни. Чистый воздух, активная форма отдыха способствуют физическому оздоровлению.

Подвижные игры имеют большой диапазон действий на организм и личность, и дают неограниченные возможности для влияния на все сферы жизнедеятельности получателей социальных услуг. Целеустремленная эмоциональная игровая нагрузка оказывает стимулирующее действие на организм умственно и отвечает удовлетворению естественной потребности в движении.



Различные эстафеты, подвижные игры, игры по видам спорта повышают интерес у всех участников проекта к физкультуре и спорту.



Особенная ценность подвижных игр заключается в возможности одновременного воздействия на двигательную и психическую сферу. Быстрое изменение игровых ситуаций предъявляет повышенные требования к подвижности нервных процессов, скорости реакции и нестандартности действий. Игры заставляют экономнее мыслить, реагировать на действия партнеров, приспосабливаться к обстановке.



Пословицы о спорте:

«Спорт и туризм укрепляют организм»;

« Крепок телом- богат и делом».

До встречи на спортивной площадке!