**СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ ОТЧЕТ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата и срок проведения** | **Мероприятие** | **Результаты**  **мероприятия** |
| Апрель 2023  07.04.  Май 2023  05.05.  12.05.  19.05.  26.05.  Июнь -сентябрь 2023г.  06.06.  13.06.  20.06.  27.06.  04.07.  11.07.  18.07.  25.07.  01.08.  08.08.  15.08.  22.08.  05.09.  12.09.  19.09.  26.09.  04.09.  11.09.  18.09.  25.09. | 1.Согласование рабочего плана-графика проведения мероприятий социального проекта на базе «опорных площадок» на территории Нефтекумского городского округа Ставропольского края.  2.Отбор добровольцев для участия в реализации социального проекта.  3.Создание и администрирование страницы социального проекта, публикации по каждому мероприятию в социальной сети ВК, предоставление информации о реализации социального проекта в СМИ.  Проведение большой интерактивной программы к Всемирному дню здоровья на «опорных площадках» учреждения, в спортивном зале «Триумф» НГО СК.  Подготовка добровольцев для проведения мероприятий социального проекта.  Тема семинара-тренинга: «Методика преподавания классической практики йоги».  1.Проведение мероприятий социального проекта на «опорных площадках»:  - проведение практических занятий по методу хатха-йога в отделении дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов №1 г. Нефтекумска (ежемесячно 1 раз в неделю)  - проведение практических занятий по методу хатха-йога в отделении дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов №2 с. Ачикулак (ежемесячно 1 раз в неделю)  2. Проведение мероприятий социального проекта в местах отдыха (парки, скверы и т. п.) муниципальных образованиях Нефтекумского городского округа Ставропольского края. | Проведены встречи организаторов социального проекта и представителей «опорных площадок» по согласованию рабочего плана-графика проведения мероприятий социального проекта.  Проведен отбор не менее 10 «серебряных» волонтёров из числа пожилых людей, оказывающих содействие в организации и проведении мероприятий социального проекта.  Создана 1веб-страница социального проекта для регулярного размещения информации о ходе и результатах реализации социального проекта.  В рамках мероприятий, посвященных празднованию Всемирного дня здоровья проведена большая интерактивная программа, включающая в себя показательную программу по практике «Йога для пожилых». Участниками мероприятия стали более 30 чел.  Проведены 4 семинара-тренинга, включая мастер-классы с практическими занятиями общим объемом 8 часов по подготовке не менее 10 «серебряных» волонтёров к проведению мероприятий социального проекта. Добровольцы получили навыки и умения, необходимые для проведения оздоровительных мероприятий, основанных на мастер-классах по классической практике йоги.  Проведены 15 мероприятий социального проекта на «опорных площадках» - в учреждениях и оздоровительных центрах по месту жительства,  расположенных на территории Нефтекумского городского округа Ставропольского края. Проведены групповые занятия по программе классической йоги, составленной с учётом физических возможностей организма граждан старшего поколения, волонтерами- помощниками инструктора йоги, которыми стали участники группы здоровья ГБУСО  "Нефтекумский КЦСОН" Ставропольского края, в количестве не менее 10 чел.  Проведен IV Фестиваль «Йога для всех» для жителей старшего поколения старшего возраста города Нефтекумск.  В выходные и праздничные дни в местах отдыха (парки, скверы и т. п.) проведено 4 интерактивные программы, включающие в себя мастер-классы по практике йоги, дыхательным практикам в партнёрстве с АНО «Шаг к долголетию».  Мероприятия способствовали формированию здорового образа жизни пожилых людей, их физическому развитию, популяризации йога-практик среди населения. При проведении мероприятий использовался оборудование и инвентарь, приобретенные на средства социального проекта. |

Занятия по Йоге проводились с целью формирования и пропаганды здорового образа жизни среди граждан пожилого возраста, и как пример оздоровления, возвращения полного или частичного здоровья путем использования древней оздоровительной методики стран Индии. В дальнейшем планируется тесное сотрудничество со специалистами, инструкторами, организациями, с заботой о старшем поколении, в основе которого, будет методическая работа с предоставлением пособий и литературы по данной практике.

Мероприятия проекта повлияли положительным образом на популяризацию практики йоги, так как на интерактивных занятиях мы охватили не только благополучателей своего учреждения, но и пожилых жителей города Нефтекумска. Оказали помощь и поддержку посредством оздоровительных методик всем желающим.

Ведущий специалист проекта «Фестиваль йога для всех» является его автором, имеет полное понимание вопроса и соответствующий ряд компетенций, так как прошёл следующее обучение:

1) «Инструктор по хатха-йоге» в МБУ «Академия здорового образа жизни Василия Скакуна» г. Ставрополь, 2017 г.

2) «Инструктор по адаптивной физической культуре» в АНО ДПО «Сибирский институт практической психологии, педагогики и социальной работы», 2018 г.

3) «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре» ГАУДПО «Центр повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников социальной сферы», 2023 г.

Было оборудовано 2 зала для групповых занятий, в том числе закуплено спортивное оборудование: коврики, кирпичи, ленты для йоги, баннер, футболки для инструктора и для волонтеров.

Были изданы: учебное пособие с материалом для обучающих семинаров и буклеты, приглашения с анонсом «IV фестиваля йога для всех».

Создано методическое пособие и материалы по практикам, которые отправляли в электронном виде по запросу специалистов. Мастер – классы по методике преподавания хатха-йоги проводились для «серебряных» волонтёров и специалистов «опорных площадок» соц проекта.

Было проведено 25 занятий, запланированных с выходом на спортивные площадки города Нефтекумска, села Ачикулак и парковой зоны, и 2 крупных городских мероприятия, приуроченных ко Всемирному дню йоги и Дню здоровья.

25 человек пожилого возраста занимались раньше йогой в нашем центре.

65 человек, пенсионеры, от 55 лет и старше, добавились в течение проекта.

10 добровольцев участвовали в проекте, это пенсионеры, от 55 лет и старше.

Всего охвачено в рамках реализации проекта более 300 человек.

Партнерами выступили:АНО «Шаг к долголетию» НГО СК, ОО Спортивный клуб «Триумф» НГО СК, Администрация Нефтекумского городского округа СК, волонтёры двух отрядов добровольчества НГО СК «Связь поколений» и «Серебряная гвардия».

Для распространения практики привлекались «серебряные» волонтёры ГБУ СО «Нефтекумский КЦСОН», которые приняли участие в проведении занятий, мастер-классов, флэш-мобов, фестиваля и интерактивных программ.

В рамках продолжения деятельности по проекту будут проводиться онлайн занятия для специалистов и инструкторов по АФК с целью обучения и распространения практики, а также занятия для получателей социальных услуг и для жителей города на спортивных площадках и парковых зонах.

Освещение деятельности (публикации о проекте в СМИ и социальных сетях)

|  |  |
| --- | --- |
| Тип ресурса | Ссылки на публикации |
| VK | Мероприятия на «опорных» площадках соц проекта.  <https://vk.com/wall-219681094_2>  <https://vk.com/wall-219681094_19>  <https://vk.com/wall-219681094_20>  <https://vk.com/wall-219681094_22>  <https://vk.com/wall-219681094_29>  <https://vk.com/wall-219681094_30>  <https://vk.com/wall-219681094_31>  <https://vk.com/wall-219681094_33>  <https://vk.com/wall-219681094_34>  <https://vk.com/wall-219681094_35>  <https://vk.com/wall-219681094_36>  <https://vk.com/wall-219681094_37>  <https://vk.com/wall-219681094_44>  <https://vk.com/wall-219681094_45>  <https://vk.com/wall-219681094_46>  <https://vk.com/wall-219681094_49>  <https://vk.com/wall-219681094_50> |
| Одноклассники | https://ok.ru/profile/583606313050?utm\_campaign=web\_share&utm\_content=profile |
| Ютуб канал | IV Фестиваль йога для всех, ко Дню йоги; большая интерактивная программа с мастер-классом по йоге ко Дню здоровья. <https://youtu.be/D7pGmx6Y_xk?si=a_CGNoUpCEhMcH8T>  <https://youtu.be/pkD9lZNHxM0?si=twYRl90x_PIqxg-K>  <https://youtu.be/zavePID9frY?si=KIMFomUEUJQ1zXHt> |
| Общественно –политическая газета Нефтекумского городского округа Ставропольского края «Восход» |  |