



Ленинградское областное государственное бюджетное учреждение
«Приозерский комплексный центр социально обслуживания населения»

Тема практики: «Футболу все возрасты покорны!»



Руководитель практики:

Науменко Наталья Юрьевна Директор ЛОГБУ «Приозерский КЦСОН»

Соавтор практики:

Терещенкова Вероника Дмитриевна инструктор по лечебной физкультуре





География практики

г. Приозерск, Приозерский район, Ленинградская область

ЦЕЛЕВЫЕ ГРУППЫ

Граждане старшего и пожилого возраста





Кадровый состав:

Руководитель практики:

Науменко Наталья Юрьевна, директор ЛОГБУ «Приозерский КЦСОН»

Соавтор практики:

Терещенкова Вероника Дмитриевна инструктор по лечебной физкультуре

Рабочая группа:

Нескромная Галина Алексеевна заместитель директора

Фрибус Светлана Владимировна, заведующий стационарным отделением с временным проживанием для совершеннолетних граждан





Цель: формирование и развитие социальной активности, повышение качества жизни, устойчивого интереса и мотивации к занятиям физической культурой и спортом 25% граждан к октябрю 2024 года на базе учреждения.



Задачи:

- Развитие физических и воспитание морально-этических и волевых качеств.
- Вовлечение максимального количества получателей социальных услуг в занятия физической культурой и спортом.
- Улучшение физического состояния и эмоционального настроения получателей социальных услуг, ведущих здоровый образ жизни.





ПРОБЛЕМАТИКА

Снижение физической активности, предоставления услуг, способствующих формированию здорового образа жизни..

ОПИСАНИЕ

Практика «Футболу все возрасты покорны!»

- направлена на активный вид отдыха и развитие физической выносливости.

Футбол – это командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук)

большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире.

Люди пожилого возраста острее переживают малейшие успехи в своих двигательных способностях. Они искренне выражают свои чувства, радуются возможности играть, соревноваться, общаться, побеждать. Растущее количество научных данных показывает, что

виды спорта с мячом, в том числе развлекательный футбол, могут быть очень эффективным и мотивирующим способом тренировок для улучшения самочувствия, укрепления здоровья, физической активности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.

Оказывает тренирующее и закаляющее действие, повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижает частоту простудных заболеваний, является средством гармоничного развития личности.



ЗНАЧИМОСТЬ реализации такой практики в учреждении социального обслуживания обуславливается тем, что граждане старшего и пожилого возраста могли реализовать те способности, которые у них имеются. Подвижная и спортивная игра оказывает тренирующее и закаливающее действие, сохранение здоровья и продления жизни старшего поколения.

НОВИЗНА идеи заключается в здоровом старении, профилактики деменции, «борьбы» с вынужденной малоподвижностью, профилактики огромного количества заболеваний.



ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ

1. Этап апробации – 2022-2023 год
2. Этап внедрения – 2023-2024 год
3. Этап совершенствования практики – 2024 год





МЕХАНИКА РЕАЛИЗАЦИИ

1. Этап апробации - оценка актуальности в организации занятиями футболом среди граждан старшего и пожилого возраста. Информирование населения о реализации практики.

2. Этап внедрения – привлечение граждан старшего и пожилого возраста в игру. Обучение основным правилам игры в футбол. Организация тренировок футбольной команды. Планирование основных организационно - содержательных мероприятий для занятий футболом, организация досуга, реализация желаний, возможностей и умений.

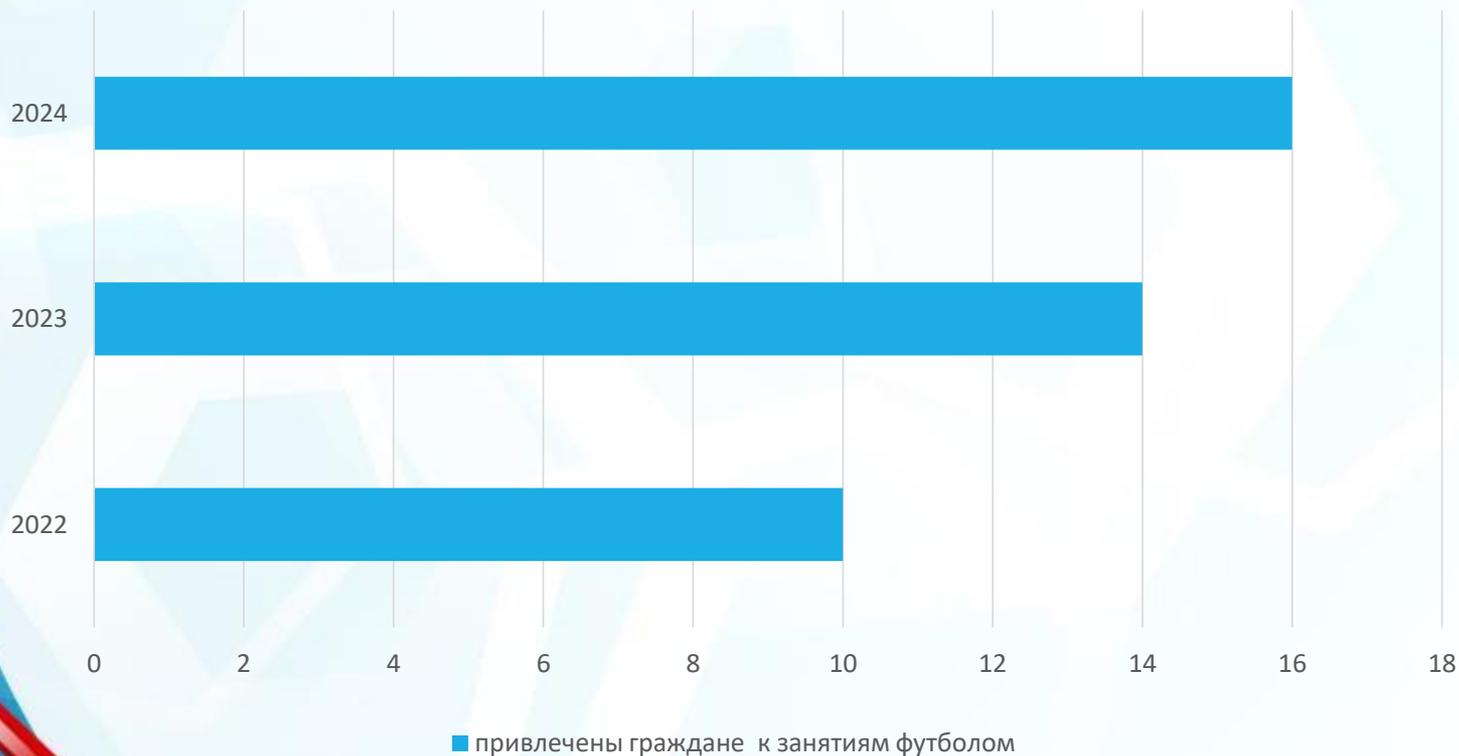
3. Этап совершенствования практики – систематизация занятий футболом и неоднократное состязание футбольных команд. Ведение портфолио о проведённых мероприятиях и занятиях футболом.

Фотографии о проведённых мероприятиях; достижения; заметки, статьи, опубликованные в СМИ; отзывы о проведённых мероприятиях и др. перспективные направления развития и совершенствования работы футбольной команды.



АКТУАЛЬНОСТЬ И ЗНАЧИМОСТЬ ПРАКТИКИ

привлечены граждане к занятиям футболом





В ходе реализации практики 16 человек старше 50 лет, привлеченных к занятиям спортом, организовали две футбольные команды, что составляет 25% от общего количества граждан, посещающих учреждение, у которых:

- Улучшилось общее физическое состояние, укрепился иммунитет;

- Уменьшились простудные заболевания, улучшилось самочувствие, повысилась физическая и социальная активность;

- Распространение опыта по данному направлению через СМИ, буклеты.

транслирование занятий футболом в Telegram-канале.

В ходе реализации практики получили следующие количественные результаты:

- создали 2 футбольные команды из граждан пожилого возраста в количестве 16 человек;

- Проводилось неоднократно состязание футбольных команд.

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРАКТИКИ:



БЮДЖЕТ ПРОЕКТА

№ п/п	Наименование статьи расходов	Цена за единицу (тыс. руб.)	Количество (ед.)	Общая стоимость (тыс. руб.)	Источник финансирования
Приобретение материалов длительного пользования					
1	Спортивные костюмы	3,0	16	48,0	Собственные средства
2	Мячи футбольные	0,6	5	3,0	Собственные средства
3	Атрибутика для тренировки (кегли, кубики, деревянные палки спортивные, мячи)	1,5	10	15,0	Собственные средства
Печатная продукция					
4	Буклеты	0,1	40	4,0	Собственные средства
Специалисты					
5	Заработная плата инструктора по танцам	30,0x12	0,5	360,0	Собственные средства
				итого	430,0 тыс.руб



ОЦЕНКА ВОЗМОЖНОСТЕЙ ТИРАЖИРОВАНИЯ ПРАКТИКИ:

1. Федеральный уровень: транслирование занятий футболом в Telegram-канале
2. Региональный уровень: внедрение в учреждениях социального обслуживания, подведомственных комитету по социальной защите населения Ленинградской области.
3. Муниципальный уровень: тиражирование результатов практики через сайт учреждения, группу ВК, буклеты.



https://vk.com/club136510304?z=photo-136510304_457268033%2Fwall-136510304_6646

https://vk.com/club136510304?z=photo-136510304_457263067%2Fwall-136510304_6176

https://vk.com/club136510304?w=wall-136510304_6420%2Fall

https://vk.com/club136510304?w=wall-136510304_6535%2Fall



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ



***Футбол – это игра, которая продлит
ТВОЮ ЖИЗНЬ***