**Расписание занятий в Дневном центре**

***Группа молодых инвалидов с ментальными нарушениями***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **День недели** | **Название занятия** | **Время проведения** | **Направление** |
| Понедельник - вторник  Понедельник | Досуговая деятельность | 8.00-8.30 | Газеты, журналы, книги, шашки, шахматы, теннис |
| Галокамера | 8.30-9.00 | Восстановление защитных функций организма |
| АФК, ЛФК | 9.00-9.30 | Занятие с применением метода по остеокинезису, занятие на фитболе, разучивание дыхательных гимнастик, тренажерный зал |
| Занятие с психологом | 9.30-10.00 | Арт-терапия, психологический тренинг, ароматерапия |
| Музыкотерапия | 10.00-10.30 | Коррекция и улучшение речевой деятельности |
| Занятия на гончарном круге/занятия по самообслуживанию | 10.30-11.30 | Изучение специальных инструментов, знакомство с глиной/ Изучение алгоритма приготовления простых повседневных блюд |
| Обед | 11.30-12.00 | Прием пищи |
| **День недели** | **Название занятия** | **Время проведения** | **Направление** |
| Среда  Среда | Ароматерапия | 8.30-09.00 | Поддержание психоэмоционального состояния |
| Галокамера | 09.00-09.30 | Восстановление защитных функций организма |
| Механотерапия  (1,3 подгруппа) | 09.30-10.00 | Улучшение подвижности суставов |
| ЛФК, АФК | 10.00-10.30 | Разучивание гимнастики для укрепления опорно-двигательного аппарата |
| Занятия с игровым  набором  «Ф. Фребеля», занятия на тренажере «Я могу», балансировочных досках | 10.30-11.00 | Развитие мелкой моторики, развитие различных навыков: понимание цвета, понимание предметов, художественно-эстетическое развитие, творческое воображения, развитие логического мышления, координация движения, концентрация внимания |
| Лекционный час | 11.00-11.30 | Привитие навыков личной гигиены, беседы о здоровье |
| Обед | 11.30-12.00 | Прием пищи |
| **День недели** | **Название занятия** | **Время проведения** | **Направление** |
| Четверг, Пятница  Пятница | Досуговая деятельность | 8.00-8.30 | Газеты, журналы, книги, шашки, шахматы, теннис |
| Театральное мастерство | 8.30-9.00 | Восстановление психоэмоционального состояния, развитие речи |
| Занятие с психологом | 09.00-09.30 | Арт-терапия, психологический тренинг |
| ЛФК, АФК | 09.30-10.00 | Упражнения по восстановлению двигательной активности |
| Занятия по социально-средовой реабилитации | 10.00-10.40 | Занятия, направленные на социализацию (Магазин, МФЦ, почта, аптека) |
| Занятие по трудотерапии в кабинете ручного труда на лазерном станке | 10.40-11.10 | Знакомство и изучение устройства лазерного станка |
| Настольные игры | 11.10-11.30 | Мемо, дженга, лото |
| Обед | 11.30-12.00 | Прием пищи |

***Группа получателей услуг***

***отделения долговременного ухода надомного обслуживания***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **День недели** | **Название занятия** | **Время проведения** | **Направление** |
| Понедельник-пятница  Понедельник-пятница | Досуговая деятельность | 8.30-9.00 | Газеты, журналы, шашки, шахматы |
| Механотерапия | 9.00-9.30 | Улучшение подвижности суставов |
| ЛФК | 9.30-10.00 | Занятие с применением метода по остеокинезису, занятие на фитболе, разучивание дыхательных гимнастик |
| Занятия направленные на развитие мелкой моторики | 10.00-10.30 | Восстановление координации и мелкой моторики  Восстановление утраченной подвижности суставов |
| Музыкотерапия, театральное мастерство | 10.30-11.00 | Коррекция и улучшение речевой деятельности |
| Галокамера, сухая углекислая ванна | 11.00-11.30 | Восстановление защитных функций организма |
| Обед | 11.30-12.00 | Прием пищи |

***Группа активного долголетия***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **День недели** | **Название занятия** | **Время проведения** | **Направление** |
| Понедельник-пятница  (по графику) | Обед | 13.00-13.30 | Прием пищи |
| Занятия с психологом | 13.30-14.00 | Тренинги, направленные на улучшение когнитивных функций, ароматерапия |
| ЛФК, АФК | 14.00-14.30 | Занятие с применением метода по остеокинезису, занятие на фитболе, разучивание дыхательных гимнастик, скандинавская ходьба, тренажерный зал |
| Фитобар | 14.30-14.40 | Чаепитие из полезных трав |
| Занятия, направленные на развитие мелкой моторики,  су-джок-терапия | 14.40-15.00 | Восстановление координации и мелкой моторики  Восстановление утраченной подвижности суставов  Лечения эмоционального перенапряжения, стрессов, депрессий. Восстановление организма при физическом переутомлении, нарушении адаптивных функций. |
| Галокамера,  сухая углекислая ванна | 15.00-15.20 | Восстановление защитных функций организма |
| Занятия по интересам | 15.20-16.00 | Музыкальная студия, тренировка памяти, компьютерные курсы, занятия по трудотерапии, беседы о здоровье |