

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГБУ СО  
«КЦСОН «Дивногорский»  
О.В. Чикункова  
«    »    2022 год





## ПЛАН СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА 2023 ГОД

№	Наименование мероприятия	Дата и время	Формат проведения	Место проведения
1	Практическое занятие «Правильная и красивая осанка в любом возрасте»	27 января в 11.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
2	Практическое занятие «Скажи «Нет!» упадку сил»	21 марта в 10.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
3	Практическое занятие «Укрепление мышц спины и пресса»	24 мая в 12.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
4	Практическое занятие «Веселая физкультура для детей»	3 июля в 15.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
5	Практическое занятие «Гимнастика для старшего поколения»	19 сентября в 12.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
6	Беседа «Что такое Пилатес и чем он полезен?»	26 октября в 11.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
7	Практическое занятие «Профилактика плоскостопия»	04 декабря в 15.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
8	Беседа «Правильное питание залог долголетия и хорошего самочувствия»	18 декабря в 12.00	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»
9	Привлечение получателей социальных услуг к сдачи ВФСК ГТО	В течение года	групповое	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»

Заведующий социально-реабилитационным  
отделением

Инструктор по АФК

 О.Г. Дробышевская  
 Н.А. Сушкина