

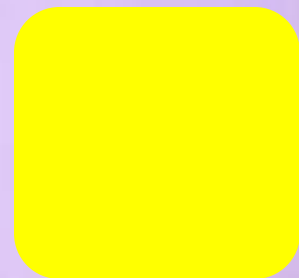
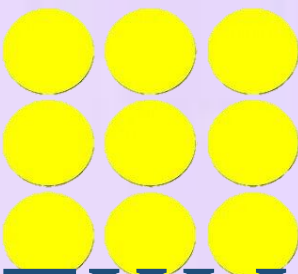


Министерство социальной защиты населения по Владимирской области

ГБУСОВО «Арбузовский дом социального обслуживания им. А.Л.Лосева».

Коммуникативно-познавательный проект

«Утро радостных встреч»



Автор: Яковлева Виктория Андреевна
ПСИХОЛОГ

Коммуникативно-познавательный проект «Утро радостных встреч»

Цель

зарядить человека бодростью и энергией на весь день

Задачи

- создать благоприятную атмосферу утром перед приёмом пищи;
- помочь жителям дома социального обслуживания получить заряд хорошего настроения на новый день;
- улучшить настроение;
- снизить уровень тревожности у жителей дома социального обслуживания с помощью утренней зарядки;
- информировать жителей дома социального обслуживания о времени года, дне недели, времени суток, погодных условиях, событиях в стране и мире;
- объявить анонс мероприятий на текущий день;
- развить у жителей дома социального обслуживания коммуникативные навыки через общение на единые темы.

Срок реализации

период 2025 - 2026 года



Целевая группа

110 человек из числа жителей дома социального обслуживания, принимающих пищу в столовой – 62 %

Направления

- спортивно-развлекательный
- информационно-развлекательный



Этапы проекта

Этап	Основные задачи
Подготовительный этап	<ul style="list-style-type: none">➤ Назначение ответственных лиц➤ Обеспечение материально-технической базы
Реализационный этап	<ul style="list-style-type: none">➤ Организация и проведения утренних встреч с жителями дома социального обслуживания
Аналитический этап	<ul style="list-style-type: none">➤ Сбор обратной связи от жителей дома социального обслуживания о новой для них технологии проведения утренних встреч➤ Определение психофизиологического состояния, стрессоустойчивости, активности и коммуникативных способностей по цветовой диагностике Люшера➤ Оценка ситуационной и личностной тревожности по диагностике самооценки Спилберга-Ханина
Итоговый этап	<ul style="list-style-type: none">➤ Закрепление результатов и определение необходимости продолжения проекта



Роль ключевых специалистов проекта



**Музыкальный руководитель
Тарасова Т. С.**

Организует музыкальное сопровождение, подбирает композиции для повышения настроения и содействует созданию позитивной атмосферы утром.



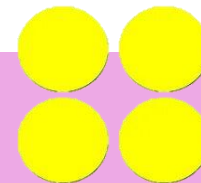
**Инструктор по адаптивной физкультуре
Раменова Н. А.**

Проводит утреннюю зарядку, направленную на укрепление здоровья и развитие физических навыков жителей дома социального обслуживания



**Психолог
Яковлева В. А.**

Обеспечивает психологическую поддержку, проводит диагностику на стрессоустойчивость и тревожность с помощью методик Люшера и Спилберга - Ханина



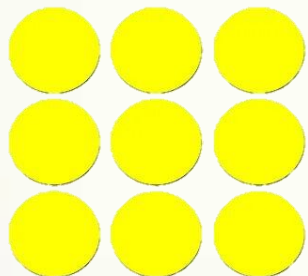
Материально – техническая база проекта



Используется акустическая система для качественного воспроизведения музыкального контента, создающего позитивную и энергичную атмосферу.



Костюм единорога добавляет элемент игры и веселья, стимулируя эмоциональный подъём и привлекая внимание участников к фитнес - активности



На зарядку становись!



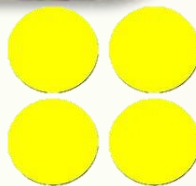
Цель утренней зарядки:

- Зарядить бодростью и энергией на весь день

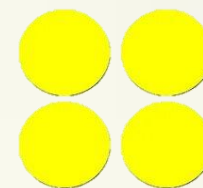


Задачи утренней зарядки:

- Развитие мышц;
- Активизация обмена веществ;
- Нормализация работы сердца и дыхания;
- Формирование привычки к упражнениям;
- Укрепление иммунитета;
- Улучшение кровообращения
- Повышение тонуса и настроения



Будь в теме!



Цель информационного направления:

- Создать благоприятную атмосферу перед утренним приёмом пищи



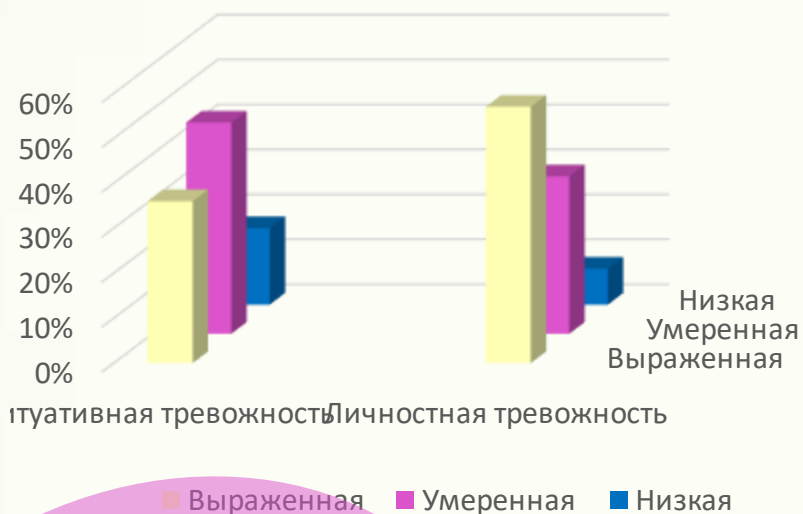
Задачи информационного направления:

- Информировать о времени года, дне недели, погодных условиях
- Информировать о событиях в стране и мире
- Анонсировать мероприятия на текущий день
- Расширить кругозор и стимулировать актуальное общение



Мониторинг психофизиологического состояния

«Методика оценки тревожности Ч. Д. Спилберга, Ю. Л. Ханина»

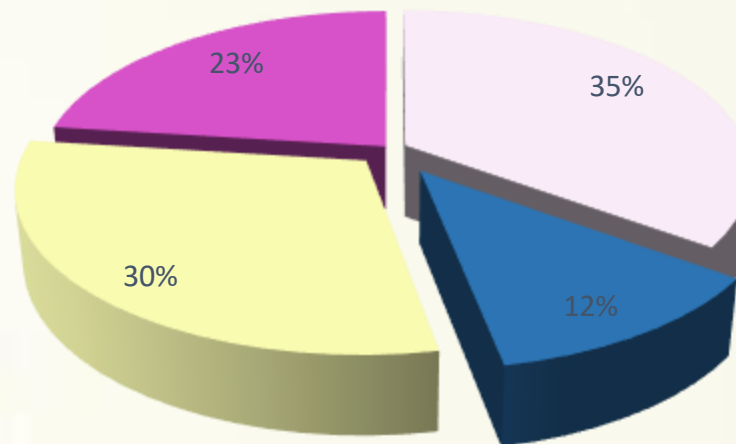


В ходе исследования были получены следующие результаты:

36% участников показали выраженную степень *ситуативной тревожности*
47%-умеренную
17%-низкую

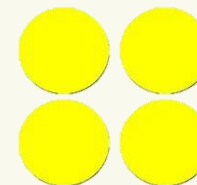
57% участников имеют выраженную степень *личностной тревожности*
35%-умеренную
8%-низкую

Цветовая диагностика Люшера



В ходе исследования были получены следующие результаты:

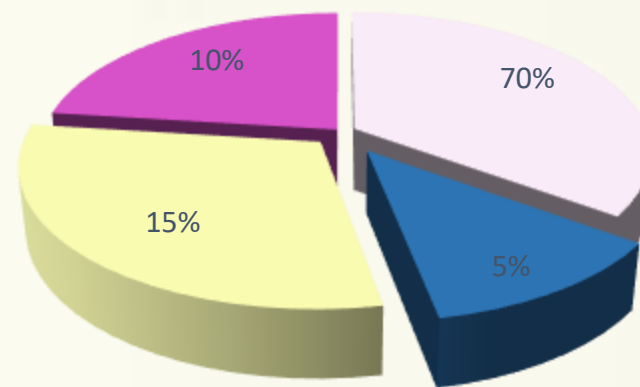
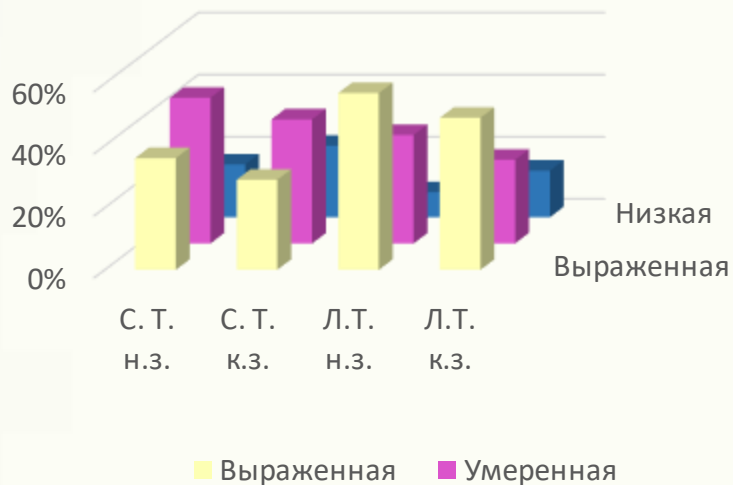
- 35%- готовы участвовать во всем- 38 чел.
- 12%- испытывают неуверенность, в которой не признаются- 13 чел.
- 30%- пытаются уклониться от проблем- 33 чел.
- 23%- нуждаются в спокойной обстановке- 26 чел





Мониторинг психофизиологического состояния

Индикаторы активности и стрессоустойчивости повышались по мере реализации мероприятия, а тревожность заметно уменьшалась.



В ходе контрольного исследования:

29%- ситуативная тревожность выраженной степени (н.з. 36%)
40%-умеренная (н.з. 47%)
23%-низкая (н.з. 17%)

49%-личностная тревожность выраженной степени (н.з. 49%)
27%-умеренная (н.з. 27%)
15%-низкая (н.з. 8%)

В ходе контрольного исследования:

- 70%- готовы участвовать во всем- 77 чел.
- 5%- испытывают неуверенность, в которой не признаются- 6 чел.
- 15%- пытаются уклониться от проблем- 16 чел.
- 10%- нуждаются в спокойной обстановке- 11 чел.

Ежедневные утренние встречи способствовали устойчивому улучшению психофизиологического состояния участников.



Подведение итогов

Проект охватывает 110 жителей дома социального обслуживания, что составляет 62% от общего числа с показателями улучшения эмоционального состояния и физической активности.

Комплексный эффект направлений обеспечивает всестороннее улучшение качества жизни участников.

Проект доказал эффективность в улучшении здоровья и настроения жителей дома социального обслуживания, с перспективой расширения охвата и укрепления технической базы для поддержки дальнейших успехов.

