

«УНИВЕРСИТЕТ ТРЕТЬЕГО ВОЗРАСТА» СОЦИАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

«Университет третьего возраста» – одна из новых форм работы с пожилыми людьми, включающая в себя организацию просветительских и учебных курсов, творческих мастерских, курсовое обучение по различным программам.

Данный проект поможет пожилым людям адаптироваться к жизни в современных условиях, обрести уверенность в своих силах, реализовать себя, таким образом, решая актуальную социальную проблему востребованности и значимости пожилых граждан.

Цели и задачи «Университета третьего возраста»

Основные цели:

1. Повышение качества жизни граждан старшего поколения.
2. Укрепление физического и душевного здоровья.
3. Развитие творческого потенциала (творческих способностей) лиц старшей возрастной группы.

Основные задачи:

- создание и реализация программ, направленных на оказание социальной, информационной, психологической поддержки;
- получение новых знаний, умений и навыков;
- создание благоприятных условий для успешной адаптации пожилых людей в современной жизни, для самообразования и самосовершенствования;
- повышение психологической защищённости пожилых людей, поддержка и укрепление психического здоровья;
- снижение социально-психологической напряжённости;
- сохранение позитивного отношения к жизни;
- сохранение и укрепление физического здоровья;
- организация досуга;
- расширение круга интересов и общения;
- активизация творческого потенциала;
- вовлечение представителей старшего поколения в активную общественную жизнь.

Знания люди старшего поколения смогут получить на **ФАКУЛЬТЕТАХ**.

Факультет «Группа здоровья».

Направление деятельности: адаптивная физическая культура – комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на стимуляцию позитивных реакций организма и развитие необходимых двигательных умений и навыков, преодоление физических и психологических барьеров.

Цели и задачи: обучение основам и методологии личной гигиены и адаптивной физической культуры; улучшение физического состояния с помощью различных методов воздействия на организм; обучение различным техникам дыхания, двигательной активности, элементам адаптивной физической культуры при различных соматических заболеваниях.



Факультет психологии «Гармония».

Направление деятельности: поддержание психического здоровья и качества жизни пожилых людей.

Цели и задачи: обогатить и расширить имеющийся у пожилых людей опыт общения, предоставить психологическую помощь в разрешении трудностей в различных жизненных ситуациях, расширить круг взаимодействия с другими людьми, развивать навыки самопомощи и саморегуляции.

Психологический факультет «Гармония» объединяет граждан пожилого возраста и инвалидов, проявляющих интерес к самопознанию, самораскрытию, приобретению новых социальных связей и разнообразию досуга. Занятия проводятся в комнате психологической разгрузки социально-оздоровительного отделения. Обучение проходит в форме лекционно-практических занятий и тренингов. На факультете слушатели обретают возможность повысить уровень психологической культуры, узнают и овладевают разнообразными способами и приёмами решения психологических проблем.



Факультет компьютерной грамотности.

Направления деятельности: обучение навыкам работы на персональном компьютере.

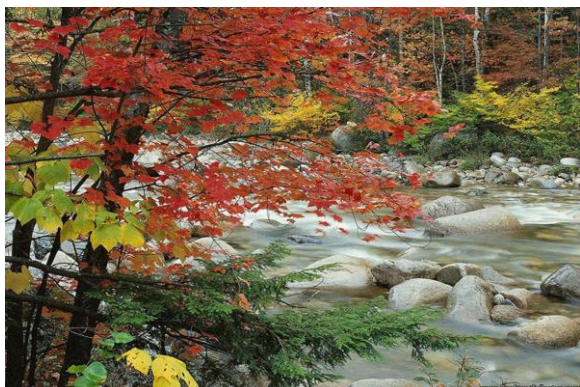
Цели и задачи: обучить самостоятельному использованию персонального компьютера, дать общее представление об устройстве компьютера, научить приёмам работы в операционной системе, её возможностях по настройке и запуску предложений, обучить использованию новых возможностей, открывшихся перед пользователями, благодаря информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».



Факультет «Социальный туризм».

Направления деятельности: организация досуга пожилых граждан путём проведения экскурсий; оздоровление пожилых людей.

Цели и задачи: организация культурно-досуговой деятельности граждан пожилого возраста; социокультурная реабилитация.



Кружок английского языка «Just say it!».

Направления деятельности: обучение навыкам общения на английском языке.

Цели и задачи: приобщить пенсионеров к иностранному языку, придать уверенности в общении на нём, повысить общий уровень грамматики и лексики, расширить словарный запас и развить разговорные навыки, правильное произношение и построение фраз.



Кружок «Креативное рисование».

Направление деятельности: выявление и развитие творческого потенциала.

Цели и задачи: оказание содействия в самореализации и раскрытии креативных способностей, оказание помощи в обретении уверенности в себе, своих творческих способностей, развитие художественного вкуса и творческой инициативы.



Народный хор «Журавушка».

Направление деятельности: изменение мироощущения человека и системы отношений с окружающим миром и самим собой, достижение им лучшего понимания своих переживаний, делаю пожилого человека свободным, творческим и счастливым.

Цели и задачи: открытие и высвобождение голоса, благоприятно воздействуя на физическое здоровье, умственное и эмоциональное состояние, внешний вид, социальную уверенность и искусство общения.



Слушатели «Университета третьего возраста» могут посещать одновременно разные факультеты. Программы занятий включают в себя: лекции, семинары, экскурсии, тренинги, практикумы и другие формы обучения. В настоящее время проводится набор на все факультеты.