**Планы развития практики «Активный город 55+» на 2024 – 2026гг.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **н/н** | **Наименование**  **мероприятия** | **Краткое описание** | **Примерное количество участников** |
| **1** | **«Уроки разума»**  **каждый понедельник** | Для граждан серебряного возраста каждый понедельник будут организовываться, и проводиться:  - интеллектуальные игры(«Что? Где? Когда?», «Словодел», «ЛогикУм», «Сто к одному», «Своя игра» и др.);  - настольные игры (Лото, «Монополия Россия», IQ пазлы, «Башня», «Шашки», «Шахматы»);  - народные игры («Море волнуется», «Ручеек», «Платочек», «Кошки-Мышки», «Каравай» и др.) | от 30 до 80 чел. |
| **2** | **«Активность без рекордов»**  **каждый вторник** | Для граждан 55 + каждый вторник будут организовываться, и проводиться спортивные мероприятия:  - «Серебряный фитнес» для укрепления мышц спины, рук и ног с использованием фитнес резинок, степ платформ, гантелей, гимнастических палок;  - «Дыши здорово» - дыхательные гимнастики по методике А. Стрельниковой, «Ци-гун», йога «Лотос»;  - «Легкость в стиле Сканди» - занятия по скандинавской ходьбе. | от 80 до 150 чел. |
| **3** | **«Мир вокруг нас»**  **каждую среду** | Каждую среду будут организовываться, и проводиться просветительские мероприятия:  - «Прогулки с доктором Ивановым»,  - «Эмоции и здоровье» (психологические тренинги),  - «Пенсия, как лайфстайл» (встречи с юристом, священнослужителями, сотрудниками центральной библиотеки, краеведческого музея),  - «Деловая среда» (встречи с представителями ОМВД, Пенсионного фонда, банков России, МФЦ, Единой управляющий компании),  - познавательные виртуальные экскурсии,  - компьютерная и финансовая грамотность. | от 100 до 160 чел. |
| **4** | **«Жизнь в ритме»**  **каждый четверг** | Каждый четверг будут организовываться, и проводиться танцевальные мероприятия:  - «Танцы 55+» («Гопак», «Лезгинка», «Цыганочка», «Барыня», «Лявониха», «Казачок», «Кадриль», «Тарантелла», «Танго», «Вальс»)  - Танцевально - двигательная терапия  - Танцевальный чизкейк «Новый формат». | от 60 до 90 чел. |
| **5** | **«Красота и стиль»**  **каждую пятницу** | Каждую пятницу будут организовываться, и проводиться эстетические мероприятия:  - «Фейс-фитнес» (массажные технологии для лица);  - «Стиль жизни - активное долголетие» (практические занятия с участием парикмахеров, косметологов, стилистов);  - «Мастерская радости» (изготовление украшений разных национальностей);  - «Направление в моде для граждан старшего поколения». | от 120 до 210 чел. |
| **6** | **Фотоквест «Я по городу гордо шагаю, удивляюсь красотам его!»** | Фотоквест пройдет для граждан старшего поколения в конце лета. Где каждый участник сможет показать свой талант креативного фотографа. | 120 чел. |
| **7** | **Спортивный фестиваль «Супер СТАРт»** | Будет проведен спортивный фестиваль «Супер СТАРт» к Международному дню пожилых людей для граждан серебряного возраста, где каждый участник сможет показать свои способности в спорте и побороться за золотой значок ГТО. | 600 чел. |
| **8** | **Фестиваль Национальной кухни** | Участники фестиваля Национальной кухни познакомят жителей Губкина с татарской, турецкой, русской, украинской кухней. Фестиваль планируется провести в третьем квартале 2024- 2026 гг. | 700 чел. |

**Примерный список экскурсионно-познавательных туров на ближайшие годы.**

1. Музей-диорама «Курская дуга Белгородское направление»;

2. Мемориально-культурный комплекс Владимира Федосеевича Раевского с. Богословка Губкинского городского округа.

3. Музей-заповедник «Прохоровское поле».

4. Город-крепость «Яблонов» Корочанский район.

5. Парк регионального значения «Ключи» (этнографический музей «Деревня Кострома», Пчелопарк, Парк живой природы).

6. «Белгород – культурная столица России».

7. «Засечная черта Белгородской области».

8. Познавательные экскурсии в Новооскольский и Яковлевский городские округа, Чернянский и Корочанский районы.

9. «Дивногорье и Костомарово: легенды пещерных храмов» Воронежская область.

**4500 граждан старшего поколения воспользуются турами.**

**Список российских и зарубежных фильмов**

1.Документальный кинофильм «Освобождение. Огненная дуга».

2. Художественный фильм «Иваново детство» снятый по мотивам повести Владимира Богомолова «Иван».

3. Документальный фильм «Курская битва. И плавилась броня».

4. Художественный фильм «В небо за мечтой».

5.Советский художественный фильм «Дорогой мой человек».

6. Художественный фильм «Тени забытых предков» о быте и нравах гуцульских народов.

7. Художественный фильм-комедия «Невероятные приключения итальянцев в России».

8. Белорусский художественный фильм «Песня весны».

9. Грузинский художественный фильм «Наш двор».

10. Художественный фильм «Первый учитель» снятый на студии «Киргизфильм».

11. Художественный фильм «Волчья яма»- «Узбекфильм» — киностудия.

12. Художественный фильм «Влюблен по собственному желанию».

**Список виртуальных экскурсий**

1. «Сражение под Прохоровкой: самый грандиозный танковый бой в истории».

2. «Крым в судьбах наших земляков».

3. «[Литва. Куршская коса](https://www.airpano.ru/360photo/Kurshskaya-Kosa-Lithuania/)».

4. «Беларусь. [Мирский замок](https://www.airpano.ru/360photo/Mir-Castle-Belarus/)».

5. «[Украина. Киево-Печерская](https://www.airpano.ru/360photo/Gobi-Mongolia/) Лавра».

6. «[Узбекистан. Минарет Калян](https://www.airpano.ru/360photo/bukhara/)».

7. Виртуальная экскурсия по святым местам Белогорья.

8. «Замок в Шенонсо. Франция».

[9. « Греция. Монастыри в Метеорах](https://www.airpano.ru/360photo/Meteora-Monasteries-Greece/)».

10. « Израиль. Иерусалим».

11. « [Куба. Архипелаг Сады Королевы. Подводные панорамы](https://www.airpano.ru/360photo/Cuba_Underwater/)».

12. « [Нидерланды. Голландия — страна тюльпанов](https://www.airpano.ru/360photo/Holland-Tulips/)».

13. « [Киргизия. Река Нарын, Сары-Челекский заповедник](https://www.airpano.ru/360photo/kyrgyzstan/)».

14. « [Таджикистан. Фанские горы, Чилдухтарон, озеро Каракуль](https://www.airpano.ru/360photo/tajikistan/)».

15. «Третьяковская галерея» Москва.

**13500 человек посетят кинотеатр под открытым небом «КиноЛето».**