**Аналитическая записка по проекту**

Название проекта: Смартфит

Видеоматериалы реализации проекта:

Целевая аудитория

- Представители российской молодежи в возрасте 16-23 лет

Цели проекта

Целями проекта являются создание условий для массового вовлечения

молодежи в занятия спортом дома с помощью видео-тренировок; формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям спортом у данной целевой группы.

Задачи проекта

1. Информирование молодежи о проекте посредством создания аккаунтов и размещения постов в социальных сетях, промо-ролика
2. Создание видео-тренировок
3. Проведение тематического мероприятия с использованием данных видео-тренировок
4. Выявление и поощрение наиболее активных участников мероприятия
5. Пропаганда здорового образа жизни
6. Создание доступной среды для занятий физической активностью у данной целевой группы через инновационные социокультурные технологии

Обоснование социальной эффективности проекта

Актуальность данной проекта обоснована тем, что сохранение и укрепление здоровья человека, продление творческой активности и трудоспособности граждан России - насущная социальная задача. В ее решении важную роль играют физическая культура и спорт. Согласно Закону «О физической культуре и спорте» физическая культура - это «часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития» (ч.26 ст.2)

Особенно тема формирования здорового образа жизни и физического воспитания сегодня актуальна среди молодежи. Это объясняется их низкой двигательной активностью, обусловленной зависимостью от гаджетов.

Увлечение молодежи жизнью онлайн сегодня становится одной из самых серьезных социальных проблем. Согласно исследованиям, дети уже в подростковом возрасте часто проводят в сети до 6,5 часов в день (<https://www.kaspersky.ru/about/press-releases/2016_news-12-05-16> ).В онлайн переходит общение, образование, вся познавательная и развлекательная активность. Помимо несомненных возможностей, которые появляются у молодежи в связи с этим, возникает привычка все задачи решать именно таким способом, который в сою очередь вызывает малоподвижность. Важно отметить, что малоподвижный образ жизни ведет к постепенному снижению функциональных способностей человека, ослаблению его скелетно-мышечного аппарата, сбоям в работе внутренних органов. О том, как связаны физическая активность и здоровье молодежи, свидетельствует и медицинская статистика. По сведениям врачей, 70% часто болеющих молодых людей не занимаются спортом и редко посещают занятия физической культуры.

Задача данного проекта в том, чтобы не выводя молодежь из зоны комфорта, привычной для них активности на просторах интернета, вовлечь как можно большее их количество в самостоятельные занятие спортом и привить культуру регулярных тренировок.

Проект предусматривает создание видео-тренировок, которые будет размещаться в сети "Ютуб"( <https://www.youtube.com/playlist?list=PLZa-NCgrRrzUHg4yYRUvHuVGYi6nRnFCO>) и впоследствии формироваться в тематические марафоны с мотивирующими призами, которые в свою очередь будут проводиться в других, популярных среди молодежи, социальных сетях:

* Вконтакте <https://vk.com/smartfit.project>;
* Инстаграм <https://www.instagram.com/smartfit.project/?hl=ru> .

Каждом желающему достаточно просто подписаться на страницу.

Комплекс тренировок не предполагает наличия какого-либо инвентаря, что делает их общедоступными.

Таким образом, создаваемое онлайн-сообщество поможет почувствовать себя причастным к большому социально-культурному событию, не выходя их дома.

Задействованные в проекте методы, формы, средства социально-культурной деятельности и социокультурным технологиям

Как уже было упомянуто ранее, влияние интернета и медиа-средств изменило жизнь также молодых людей. В современном мире жизнь молодежи связана с социальными сетями, интернет ресурсами, мобильными телефонами и другими техническими новинками. Межличностные отношений все чаще осуществляются через интернет ресурсы или посредством виртуального общения, а не реального.

Учитывая данные особенности развития молодежи, можно сделать вывод о том, что самыми подходящими средствами социально-культурной деятельностью для молодых людей являются «инновационные» средства, к которым в свою очередь относят средства аудиовизуальной выразительности (телевидение, аудио и видео, кино, мультимедия, интернет).

Исходя из вышеперечисленного, проект «СмартФит» предполагает создание не только видео-контента, но и тематического контента различных форматов:

* аудио (подкасты с информацией по соответствующим тематикам)
* текст (короткие посты и лонгриды)
* графический (изображения в авторской обработке, авторская инфографика и авторские концептуальные фотографии)

Данный мультиформатный контент будет разработан на следующие темы:

1. Здоровое питание — основные принципы здорового питания и практические советы по составлению «здорового» меню

2. Физическая активность — лайфхаки, простые упражнения, которые может выполнять каждый, с разъяснением всех плюсов и минусов того или иного вида физической активности;

3. Культура здоровья – информация о соблюдении гигиены, безопасном поведении для своего здоровья и здоровья окружающих, полезных привычках, профилактике заболеваний;

4. Философия здорового образа жизни – основная мысль: соблюдение ЗОЖ — один из главных аспектов жизни человека будущего, ведь здоровый человек имеет более высокий потенциал интеллектуального и творческого развития.

Что касается форм социально-культурной деятельности, то учитывая характер целевой аудитории, ее возрастные особенности и само содержание проектной деятельности, наиболее подходящей формой становиться «групповая», предполагающая взаимное общение и обогащение между участниками группы.

Планируется создание инновационного варианта группового взаимодействия между участников проекта «Смартфит» под названием «коворкинг».

Открытое сообщество молодых людей с одинаковыми интересами, но с разными знаниями — принципиальное отличие коворкингов от других методов взаимодействия. Здесь важную роль играет обмен опытом и идеями, что повышает скорость социализации и усвоения информации.

Для реализации данной формы взаимодействия будут созданы «беседы» в социальных сетях «Вконтакте» и «Инстаграм», а также публичный канал в мессенджере «Телеграм», где участники проекта смогут непосредственно обсуждать друг с другом свои эмоции, например, о проектном мероприятии, высказывать своё мнение и обмениваться полезной информацией.

По отношению к методам социально-культурной деятельности, проекту «Смартфит» удается совмещать одновременно несколько эффективных методов воздействия на аудиторию:

1. Практико-ориентированный метод (онлайн мероприятия, тематические марафоны и тренинги, посвященные физической активности и здоровому образу жизни)
2. Воспитательный метод (положительный пример, который будет показываться через видео-контент, поощрение участников мероприятия призами)
3. Метод познавательной деятельности (посты и инфографика в социальных сетях с различной информацией)
4. Метод формирования общественного формирования личности (убеждения и примеры с помощью инновационных средств социально-культурной деятельности)

В целом, надо отметить, что применение инновационных технологий в социально-культурной деятельности данного проекта позволяет учитывать интересы современного молодежи в интерактивности, наглядности материала, мобильности передвижения и независимости от местонахождения и времени суток, что повышает мотивацию и способствует всестороннему развитию личности.

Обоснование коммерческой эффективности проекта

**Современные технологии онлайн-фитнеса и тренировок дома – это не просто мимолетный тренд. Сегодня это одно из самых бурно развивающихся направлений, так как из-за пандемии дистанционная жизнь прочно вошла в нашу жизнь.** Ожидается, что глобальный рынок цифрового фитнеса достигнет $27 млн к 2022 году и будет расти дальше. (<https://b-mag.ru/onlajn-fitnes-rynok-segodnja-trendy-issledovanie-rynka/>)

Преимущества онлайн-тренировок:

* возможность тренироваться, не выходя из дома;
* экономия времени и денег;
* нет привязки к конкретному времени;
* возможность получать бесплатный контент;
* эффективный способ набрать форму;

Так, например, самая большая в России сеть фитнес-клубов

«World Class» решил сделать онлайн-тренировки новым источником дохода:

В марте 2020 года буквально за пару дней до того, как фитнес-индустрия была вынуждена закрыть все клубы из-за введения режима самоизоляции, World Class принял решение запустить онлайн-тренировки c широким набором занятий, в которых на платформах YouTube и Instagram могли удаленно участвовать клиенты. По словам Прянишникова, до сих пор ежедневно с этими занятиями тренируется миллион человек как в России, так и в других странах.

«Мы сами были очень удивлены, насколько занятия стали популярны. Мы начали их как социальный проект, нужно было поддержать клиентов. Пандемия дала нам этот шанс, без нее мы бы не поняли такого интереса к продукту», — делится глава сети.
(<https://www.rbc.ru/business/02/07/2020/5efc59489a794790b5eb5c2a>)

Исходя из всего вышеперечисленного, можно сделать вывод о том, что данный проект способен не только быть полезным обществу в решении важной социальной проблемы, но и иметь финансовую стабильность за счет трендов и современных способов монетизации.

В итоге, проект «Смартфит» может в полной мере представлять себя как новаторскую социально-культурную деятельность – социальное предпринимательство.