

## ПРОЕКТ "БЫТЬ ЗДОРОВЫМ - ЭТО КЛАССНО!"

**Девиз проекта:** «Здоровые дети – здоровая Россия!»

**Цель проекта:** пропаганда здорового образа жизни через организацию спортивных фестивалей и праздников и сдачу норм ГТО.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

- организация свободного времени молодежи, привлечение населения к занятиям спортом, к здоровому образу жизни через участие в общественно-полезной деятельности;
- создание тренажерного зала для регулярных тренировок, способствующих физическому развитию детей и подростков д.Буреть Усольского района Иркутской области и успешной сдаче комплекса норм ГТО;
- профилактика вредных привычек и социально-негативных явлений среди детей и молодежи; создание условий для адаптации детей к жизни в современном обществе, развитие их коммуникативных способностей, социальной инициативы, умения работать в коллективе.

Проект представляет систему мероприятий по просветительской, физкультурно-оздоровительной деятельности, направленной на формирование сознательного стремления к ведению здорового образа жизни, самосовершенствованию и самореализации в жизни, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям. Символ проекта - "Здоровячок". Его изображение будет сопровождать мероприятия, проводимые в рамках проекта. В начале реализации проекта будет объявлен конкурс на логотип "Здоровячка"

Любой человек хочет быть здоровым. Многие люди занимаются спортом, ведут здоровый образ жизни, посещают тренажерные залы. Хорошо, если люди живут в городе и у них есть такая возможность, а что делать в свободное время сельским жителям, когда количество спортивных секций ограничено и нет возможности тренироваться на спортивных тренажерах в виду их отсутствия?

В деревне Буреть кроме школы и сельского клуба нет ничего. Что делать молодежи? Как организовать свободное время и не попасть под негативное влияние взрослых?

Целевая аудитория нашего проекта - в первую очередь, дети и подростки д.Буреть и д. Кочерикова. Ребята из этих деревень обучаются в нашей школе. Кроме того, родители обучающихся и активные граждане

старшего возраста. Наши мамы и бабушки очень спортивные. Сборная команда д.Буреть по волейболу среди женщин - лидер по Усольскому району в своей подгруппе.

В МБОУ "Буретская СОШ" Усольского района обучаются 160 детей и подростков из деревень Буреть и Кочериково. Их них 12% - дети с ограниченными возможностями здоровья. Администрация школы делает все возможное для создания комфортных условий обучающимся, для их гармоничного развития. В школе работают спортивные секции, кружки дополнительного образования. Есть прекрасный спортивный зал, школьный тир (создан на средства грантовой поддержки), но к сожалению, нет тренажерного зала. Всем известно, что занятия в тренажерном зале способствуют развитию всех групп мышц, улучшению мышечного тонуса, массы тела и физическому развитию в целом.

В спортивном зале школы в свое время была сделана сцена, которая в настоящее время никак не используется. Посоветовавшись с администрацией школы, команда проекта пришла к мнению, что на данной площади можно оборудовать прекрасный тренажерный зал, где дети и подростки смогут тренироваться во внеурочное время, а при необходимости и во время уроков. В вечернее время на тренировки смогут приходить рабочая молодежь, родители обучающихся и активные, в спортивном плане, жители наших деревень. Общее количество жителей деревень Буреть и Кочерикова составляет почти 1000 чел., их них в возрасте от 10 до 60 лет, т.е. потенциальных наших благополучателей - более 400 чел. Создание тренажерного зала будет способствовать организации свободного времени школьников, их физическому развитию и профилактике негативных явлений.

В рамках проекта планируется проведение спортивных праздников различного масштаба. На первом этапе - мероприятия, с привлечением жителей д.Буреть, д.Кочерикова и п.Тайтурка, т.е жители Тайтурского муниципального образования, на втором этапе - мероприятия, с привлечением жителей Усольского района (в Усольском районе 15 МО - муниципальный уровень, на третьем этапе - мероприятия, с привлечением жителей Усольского, Черемховского, Ангарского муниципальных районов - межмуниципальный уровень.

Социальные партнеры: администрация Тайтурского муниципального образования; администрация Усольского района; СХ ПАО «Белореченское»; ООО «Телец» (п.Тайтурка); в/часть 35020; Усольское районное отделение ВОД "Волонтеры Победы".

## Этапы реализации проекта

Этап	Действия	Участники
<b>Подготовительный этап</b> - Сентябрь –Декабрь 2019 г.	1. Распределение обязанностей в рамках программы 2. Конкурс на логотип "Здоровячка" - символ проекта. 3. Разработка сценариев праздников. 4. Подготовка площадей для оборудования тренажерного зала 5. Участие лучшего добровольца проекта в фестивале "Доброволец-2019" ( г.Москва)	Команда проекта. Руководитель проекта
<b>Основной этап</b> - Декабрь 2019 – Июнь 2020 г.	1. Приобретение оборудования и расходных материалов для реализации программы 2. Подготовка объявлений, приглашений, буклетов для праздников . 3. Изготовление декораций и костюмов для праздничных представлений. 4. Проведение спортивных праздников.	Команда проекта, учащиеся школы, активные жители Усольского района.
<b>Заключительный этап</b> – Июль - август 2020 г.	1. Проведение спортивного фестиваля "Быть здоровым - это классно!"- театрализованное представление, посвященное окончанию проекта. 2. Оформление фото-летописи, видео-альбома и компьютерной презентации проекта	Команда проекта, учащиеся школы, активные жители Усольского, Черемховского, Ангарского района.

### Стоимость проекта:

Запрашиваемая сумма на реализацию проекта составляет **250000 руб.**

Эти финансовые средства будут использованы на проведение мероприятий в рамках проекта (грамоты, кубки, медали, сладкие призы), создание

тренажерного зала и на оплату поездки лучшего добровольца проекта на форум "Доброволец-2019" в г.Москву.

**Смета запрашиваемых финансовых средств  
на реализацию проекта "Быть здоровым - это классно!"**

№ п/п	Наименование оборудования	Ед. измер.	Стоимость	Кол-во	Сумма
<b>Основные материалы</b>					
1.	Тренажер dfc d7001	шт.	21000	1	21000
2.	Беговая дорожка unix st-350	шт.	21000	1	21000
3.	Велотренажер	шт.	7900	1	15800
4.	Эллиптический тренажер	шт.	22000	1	22000
5.	Вибромассажер	шт.	19000	1	19000
6.	Тренажер body-solid gab100 горизонтальная скамья для тренировки мышц брюшного пресса	шт.	33000	1	33000
7.	Министадион housefit ht-9108hp	шт.	25000	1	25000
8.	Степпер	шт.	5500		5500
9.	Турник-пресс-брусья	шт.	16800	1	16800
10.	Медали	шт.	150	60	9000
11.	Кубки	шт.	500	12	6000
12.	Дипломы, грамоты	шт.	17	100	1700
13.	Ростовой костюм "Здоровячок"	шт.	1	15000	15000
<b>Итого:</b>					<b>210800</b>
<b>Расходные материалы</b>					
14.	Краска для стен и пола (эмаль)	кг	300	5	1500
15.	Баннер	шт.			2500
16.	Сладкие призы (для проведения конкурсов)	Руб.	На сумму	-	10200
<b>Итого:</b>					<b>14 200</b>
<b>Транспортные расходы</b>					
17.	Оплата проезда участнику проекта на форум "Доброволец - 2019"				<b>25000</b>
<b>ВСЕГО:</b>					<b>250 000</b>

Основное оборудование будет поставлено на баланс школы и будет использоваться для проведения тренировочных занятий во внеурочное время, при необходимости - во время уроков.

### **Основные целевые группы:**

Обучающиеся МБОУ "Буретская СОШ" Усольского района, их родители и активные в спортивном плане жители д. Буреть и д. Кочерикова.

### **Значимые мероприятия проекта:**

#### **1. Осенний марафон "В поход за здоровьем":**

- легкоатлетический кросс;
- соревнования по футболу, волейболу, настольному теннису, Дартсу;
- соревнования по игре в "городки";
- скандинавская ходьба.

#### **2. "Зимние забавы":**

- соревнования по биатлону;
- соревнования по хоккею с мячом;
- лыжные гонки";
- народные игры - "Взятие снежного городка".

#### **3. Весенний марафон "Здоровья", посвященный всемирному Дню здоровья:**

- соревнования по стрельбе из пневматической винтовки;
- гиревое шоу;
- соревнования по футболу, волейболу, настольному теннису, Дартсу; спортивная эстафета "Быть здоровым - это классно!"

#### **4. Летний спортивный марафон:**

- легкоатлетический кросс;
- соревнования по футболу, волейболу, настольному теннису, Дартсу;
- военно-спортивная эстафета "Мы готовы Родине служить!";
- сдача нормативов комплекса ГТО;
- фестиваль, приуроченный ко Дню физкультурника "Быть здоровым - это классно!"

## **Результат проекта:**

Реализация проекта будет способствовать формированию у молодых людей гражданско-патриотической позиции, развитию творческого потенциала, популяризации активного и здорового образа жизни молодого поколения Усольского района. Создание тренажерного зала повысит мотивацию детей и подростков к занятию спортом, будет способствовать их физическому развитию, поможет успешной сдаче норм ГТО и укреплению здоровья в целом. Здоровый подросток сможет более качественно осваивать процесс обучения, будет более успешным в жизни и сможет достичь спортивных успехов сообразно своим способностям.

## **Команда проекта:**

В команду проекта входят опытные учителя-наставники и самые активные добровольцы, обучающиеся 11 класса. Все они имеют опыт реализации социальных проектов и спортивных программ. Командой проекта будет подготовлен и проведен ряд мероприятий направленных на формирование сознательного стремления к ведению здорового образа жизни.

1. Матвеева Светлана Владимировна - руководитель проекта; организатор внеклассной и внешкольной работы с детьми (стаж работы 26 лет); "серебряный волонтер", руководитель Усольского районного отделения ВОД "Волонтеры победы" Иркутской области. Имеет опыт реализации социальных проектов - осуществляет общее руководство исполнением проекта, заключает договора с подрядными организациями, приобретает необходимые материалы и ведет финансовую отчетность.
2. Корчагина Галина Антоновна - тренер-преподаватель ДЮСШ (стаж работы 37 лет); участник команды проекта, отвечает за подготовку спортивных мероприятий; проводит тренировки в тренажерном зале.
3. Константинов Владимир Борисович - учитель физической культуры (стаж работы 30 лет); участник команды проекта, отвечает за проведение спортивных мероприятий; проводит тренировки в тренажерном зале.
4. Каушева Елена - участник команды проекта, активист ВОД "Волонтеры победы"; член Детского Школьного Парламента МБОУ "Буретской СОШ"; автор грантового проекта-победителя "Школьный тир" (сумма гранта 118000руб.) - отвечает за набор и обучение волонтеров для проведения мероприятий проекта.

5.Шабанова Любовь - участник команды проекта, активист ВОД "Волонтеры победы"; член Детского Школьного Парламента МБОУ "Буретской СОШ" - отвечает за работу волонтеров во время проведения мероприятий проекта.

**Дата начала реализации проекта:**

01.09.2019 г.

**Дата окончания конкурсного этапа реализации проекта:**

31.08.2020г.

**Перспективы развитие проекта:**

После окончания конкурсного срока реализации планируем продолжать реализацию проекта, изыскивая для этого новые источники финансирования, будем участвовать в грантовых конкурсах, привлекать к сотрудничеству родителей и социальных партнеров, использовать личный потенциал, привлекая все большее количество населения к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни.