

МБОУ Кулаковская СОШ
Красноярский край
Мотыгинский район

Социальный проект:

«Создание тренажерного зала для взрослых и детей»



Разработчики проекта:
коллектив школьного самоуправления «Городок»

2016 год

Цель проекта:

- Создание благоприятных условий для популяризации здорового образа жизни среди подростков, молодёжи и взрослого населения микрорайона.

Задачи:

- Расширение кругозора школьников и подростков в области физической культуры и спорта.
- Увеличение количества взросло-детских объединений спортивной направленности.
- Организация досуга, воспитания негативного отношения к вредным привычкам, позитивного восприятия здорового образа жизни.
- Использование современного оборудования для оздоровления молодежи.

Социальная значимость:

Реализация проекта будет способствовать повышению культуры развития сорта в поселке в соответствии с требованиями нашей страны о массовом вовлечении населения в занятия спортом и сдачи ГТО.

Актуальность проекта:

Создание эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения приведет к модернизации системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях.

Комплекс «Готов к Труду и Обороне» является программной и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации, устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации, включающие виды испытаний (тесты) и нормы, перечень знаний, навыков ведения здорового образа жизни, двигательных умений и навыков. Комплекс «Готов к Труду и Обороне» предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше). И создание тренажерного зала будет способствовать выполнению программы ГТО.

В поселке есть школьный спортивный зал . Но тренажеров нет. В этом году планируется ремонт спортзала за счет бюджетных средств района. И хотелось бы, чтобы сразу при ремонте учли пожелания учащихся, сельской молодежи и взрослого поколения- оборудовать часть зала тренажерами. Планируется привлечь большое количество детей и населения, живущих в поселке. Систематические силовые тренировки для любого человека это наилучший способ избежать ослабления мышц, сохранить здоровье и подвижность суставов, эластичность связок и сухожилий. Занятия в тренажерном зале также работают на поддержание достигнутой физической формы и сохранения здоровья и продления долголетия. Не каждый может себе купить спортивный тренажер.

Здоровые дети - это благополучие общества. Без здорового подрастающего поколения у нации нет будущего. Проблема сохранения здоровья - социальная и решать ее нужно на всех уровнях общества.

Реконструкция спортивной площадки станет хорошим звеном в достижении спортивных результатов, обеспечит возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, даст возможность школьникам, молодежи реализовать свои потребности в занятиях любимым видом спорта в любое время года.

Целевые группы:

- учащиеся 1-11 классов, педагоги, родители, жители посёлка.

Сроки реализации проекта:

- июнь-сентябрь

Место реализации: п. Кулаково, спортзал

Сумма затрат на реализацию проекта:

по возможностям спонсоров

План действия:

1. Ремонт помещения зала.
2. Составление информационных буклетов, с обращением к спонсорам и районной администрации.
3. Создание сметной документации
4. Оборудование тренажерного зала. Составление плана работы тренажерного зала.
5. Составление графика работы зала.
6. Открытие тренажерного зала.
7. Организация и проведение спортивно-оздоровительных мероприятий.
8. Анализ результатов реализации программы: опрос жителей, учащихся, родителей, проведение круглого стола.
9. Корректировка программы и графика работы.

Схема взаимодействия



Ожидаемые результаты:

- В спортзале появится оборудованная тренажерная площадка для занятий спортом и оздоровительной физкультуры;
- Здоровый образ жизнедеятельности будет способствовать расширению кругозора детей и подростков, воспитывать их волевые качества;
- Внедрение новых форм профилактики заболеваний и привития здорового образа жизни населения поселка ,будет способствовать уменьшению заболеваемости;
- Решится проблема безнадзорности-употребления алкоголя, табака, наркотиков.
- Достижение ощутимых успехов в спортивных соревнованиях разного уровня.

Перечень необходимых тренажеров на начальном этапе:

- 1.Беговая дорожка-2**
- 2.Силовой тренажер-2**
- 3.Штанга-2**
- 4.Гири-16,24,32.**
- 5.Велотренажер-2**
- 6.Скамья для пресса-2**
- 7.Силовая скамья-2**
- 8.Турник-2**
- 9.Брус-2**
- 10.Фитнес скамья-2**
- 11.Экспандер-10**

Тренажерный зал будет способствовать значительной активизации двигательного режима школьников, особенно во второй половине дня, увеличится возможность для более полного охвата детей внеурочными формами физического воспитания (возможно до 100%).

Реализация проекта позволит открыть дополнительные спортивные секции для детей, не имеющих достаточного опыта в физкультурно-спортивной деятельности, группы здоровья, свободного посещения, общей физической подготовки, позволит расширить возможность проведения мероприятий для детей совместно с родителями .

