**Проект «В экостудию за активным движением»**

**ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название инициативы** | **«В экостудию за активным движением»** |
| **Основное тематическое направление** | **Продвижение ЗОЖ на местном уровне среди всех групп населения: сокращение влияния основных факторов риска, таких как вредное употребление алкоголя, табакокурение, нездоровое питание, низкий уровень физической активности и др.** |
| **Полное название организации-заявителя** | **Государственное учреждение образования «Сморгонский районный центр творчества детей и молодёжи»** |
| **Территория реализации инициативы** | **г. Сморгонь** |
| **Общий бюджет инициативы,** евро | **5759 евро** |
| **Запрашиваемая сумма,** евро | **4974 евро** |
| **Срок реализации инициативы** | **11 месяцев** |

1. **ОПИСАНИЕ ИНИЦИАТИВЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Обоснование актуальности инициативы** | |
| По данным ГУ “Сморгонский зональный центра гигиены и эпидемиологии” за 2022 год среди учащихся Сморгонского района выявлено 1038 случаев с пониженной остротой зрения, 624 случая заболеваний сердчено-сосудистой системы (11,5%), что в 1,2 раза больше, по сравнению с 2016 гдом. По заболеваниям опорно-двигательной аппарата: в 2017 году зафиксировано 198 случаев с диагнозом сколиоз, 203 случая с нарушением осанки.  Одной из главных причин данных заболеваний медики называют низкий уровень физической активности учащихся.  По данным Сморгонской детской поликлиники по группам здоровья среди учащихся выявлено 50,8% - со 2 группой здоровья, 11 5 % с третей группой, 1,2% с четвертой. И только 36,5 % с первой группой.  Большинство учащихся имеют низкий уровень двигательной активности, что способствует развитию сутулости, плохой осанки, сколиоза, ухудшению остроты зрения, заболеваний сердечно-сосудистой системы.  А для учащихся с ОПФР эта ситуация усугубляется еще больше. Исследование, проведенное специалистами центра творчества с помощью «Шагомера», показало, что из 140 участников, 28% проходят около 20 000 шагов в сутки, остальные 72% активному времяпрепровождению предпочитают «сидячий образ жизни»: компьютерные игры, игры в телефоне, просмотр кинофильмов у телевизора, что способствует развитию гипокинезии. В то время как ориентировочной нормой двигательной активности учащихся 11-14 лет (по А.Г.Сухареву), является не менее 20 000 шагов в сутки.  Проблема на лицо: учащиеся учреждений образования Сморгонского района ведут малоподвижный образ жизни, последствием которого является нарушение осанки, сколиоза, сердечно-сосудистых заболеваний у подростков.  Одной из главных причин малоподвижного образа жизни является недостаток активных современных форм организации досуга учащихся.  Частично решить данную проблему и активизировать двигательную активность детей поможет инициатива «В экостудию за активным движением». В отличие от обучения в школе занятия в экостудии будут проходить на свежем воздухе, в активных формах. Приоритетными видами деятельности в экостудии будут:  1) Обучение в «Мастерской фитодизайна», где учащиеся, в том числе и учащиеся с особенностями психофизического развития будут осваивать мастерство фитодизайна, в процессе экспедиций в лес будут изучать природные растительные материалы, места их произрастания, влияние на организм человека, совершать походы по сбору материалов, правильной заготовке, а также учиться создавать поделки из природного материала. Будет оборудован кабинет эргономики, где обучение будет проходить с использованием методики В.Ф.Базарного: учебные занятия будут проводиться в режиме динамической смены поз, часть занятия учащиеся будут сидеть за партой, а другую часть – стоять за конторками, что будет способствовать развитию двигательнй активности учащихся; с использованием сенсорных крестовин.  2) Создание «Тропы ощущений» и использование её для активного досуга. Учащиеся совместно с учащимися с особенностями психофизического развития будут совершать выходы в лес для сбора необходимого материала, и создавать тропу из него, а также разработают комплекс упражнений на тропе. Тропа будет полезна для учащихся центра творчества, которые смогут в перерывах между занятиями проходить комплекс предложенных упражнений для профилактики плоскостопия, нарушения осанки, а также общего закаливания организма.  Для реализации данной инициативы в Сморгони имеются ресурсы: опытные педагоги, опыт работы с подростками и учащимися с особенностями психофизического развития, помещение, налажены партнерские отношения с ГОЛХУ «Сморгонский опытный лесхоз». | |
| **1.2. Цель и задачи инициативы** | |
| Цель: увеличение физической и двигательной активности учащихся в возрасте 11-14 лет, в том числе учащихся с особенностями психофизического развития через создание экостудии.  Задачи:  1. Обучить 12 учащихся в возрасте 11-14 лет, в том числе с особенностями психофизического развития, мастерству фитодизайна с использованием метода эргономики.  2. Привлечь не менее 12 учащихся в возрасте 11-14 лет, в том числе с особенностями психофизического развития, к активному досугу, через сбор природного материала и создание «Тропы ощущений».  3. Повысить уровень двигательной активности не менее чем у 540 учащихся, в том числе и с особенностями психофизического развития, через проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий с использованием Тропы ощущений. | |
| **1.3. Территория реализации инициативы** | |
| Город Сморгонь и Сморгонский район  ГУО «Сморгонский районный центр творчества детей и молодежи» - организация «Мастерской фитодизайна», мероприятий, создание Тропы ощущений  ГОЛХУ «Сморгонский опытный лесхоз» - проведение обучающих семинаров | |
| **1.4. Целевые группы** | |
| 24 учащихся, в том числе учащиеся с особенностями психофизического развития в возрасте 11-14 лет  540 учащихся учреждений образования Сморгони, в том числе 42 учащихся с особенностями психофизического развития. | |
| **1.5. Роль организаций-партнёров в реализации инициативы** | |
| Государственное учреждение образования «Сморгонский районный центр творчества детей и молодёжи»:  создание класса эргономики;  организация и проведение практических экспедиций, походов по сбору природного материала;  организация занятий в «Мастерской фитодизайна»;  организация и создание «Тропы ощущений»;  подготовка учащихся к проведению физических переменок на Тропе ощущений;  организация и проведение праздника «Природа и я – неразлучные друзья»;  создание памяток «Двигайся вместе с нами».  Государственное опытное лесохозяйственное учреждение «Сморгонский опытный лесхоз»:  организация и проведение обучающих семинаров по изучению природного растительного материала и его правильного сбора;  участие в создании «Тропы ощущений»; в организации и проведении праздника «Природа и я - неразлучные друзья» | |
| **1.6. Инновационность мероприятий и (или) подходов, предложенных в рамках инициативы** | |
| Несмотря на проводимые физкультурно-оздоровительные мероприятия в учреждениях образования и существующие спортивные секции в г. Сморгони, профилактика малоподвижного образ жизни носит эпизодический характер.  Будет организована практическое инклюзивное обучение для учащихся с особенностями психофизического развития, направленное на профилактику нарушения осанки, сколиоза, плоскостопия, сердечно-сосудистых заболеваний у учащихся.  Впервые будут внедрены новые формы организации активного досуга: «Мастерская фитодизайна», «Тропа ощущений», где под руководством опытных специалистов учащиеся смогут от учебы до создания конечного продукта реализовать свою физическую и двигательную активность.  В Центре творчества появится место для проведения активных физических переменок «Тропа здоровья», которая позволит учащимся на свежем воздухе выполнять комплекс упражнений для закаливания организма и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.  Впервые будут разработаны буклеты «Двигайся вместе с нами»  Появится класс эргономики для занятий учащимся в «Мастерской фитодизайна»: специально оборудованный кабинет с современной аппаратурой, современными партами и конторками: для динамической смены поз во время изготовления поделок, сенсорными крестами для наглядности, массажными ковриками для профилактики плоскостопия, где учащиеся смогут с комфортом не только обучаться, но и проводить любые мероприятия. | |
| **1.7. Вовлеченность местных органов управления и самоуправления, некоммерческих и других организаций, местных сообществ и целевых групп в реализацию инициативы** | |
| В реализацию инициативы «В экостудию за активным движением» вовлекаются:  специалисты государственного опытного лесохозяйственного управления «Сморгонский опытный лесхоз», которые будут оказывать информационную и практическую помощь в разработке и создании тропы ощущений; примут активное участие в организации и проведении праздника «Природы и я – неразлучные друзья»;  представители редакции газеты «Светлы шлях», Сморгонского телеканала «ОКС-ТВ», которые организуют информационное освещение деятельности по проекту, что привлечёт внимание населения города Сморгони и района к данной проблеме;  109 подростков, в том числе и подростки с особенностями психофизического развития, будут вовлечены в активные формы досуга: 12 учащихся будут заниматься в «Мастерской фитодизайна», 12 учащихся примут участие в создание Тропы ощущений, 85 учащихся учреждений образования Сморгонского района в возрасте 11-14 лет и 20 родителей примут участие в районном празднике здоровья «Природа и я – неразлучные друзья», что поспособствует популяризации совместного активного досуга;  540 учащихся учреждений образования Сморгони, в том числе и 42 учащихся с особенностями психофизического развития примут участие в активных физических переменках на Тропе ощущений. | |
| **1.8. Основные результаты (изменения), которые будут достигнуты после реализации инициативы; социальный эффект от реализации инициативы** | |
| 24 подростка, в том числе и учащиеся с особенностями психофизического развития в возрасте 11-14 лет, совершили пешие экспедиции и выходы в лесную зону, научились правилам сбора и заготовки природного растительного материала, а также мастерству фитодизайна, создали тропу ощущений; увеличилась их двигательная активность  В Сморгонском РЦТДМ появился класс эргономики, оборудованный современными партами, конторками для динамичной смены поз в течение занятия, массажные коврики для ног, сенсорный крестовик для наглядности, в котором 12 подростков освоили “Мастерство фитодизайна”.  12 учащихся приняли активное участие в создании Тропы ощущений на территории Сморгонского РЦТДМ, частично благоустроена территория.  540 учащихся, в том числе 42 с особенностями психофизического развития, провели активные физические переменки на Тропе ощущений, что способствовало активизации их физической активности, профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиоза, плоскостопия), а также профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.  85 учащихся и 20 родителей приняли участие в районном празднике здоровья «Природа и я – неразлучные друзья», сложился позитивный опыт проведения совместного активного досуга с пользой для здоровья.  Учащиеся, в том числе и учащиеся с психофизическими особенностями, начнут с пользой для здоровья проводить свой досуг, что поспособствует развитию их физической и двигательной активности.  Разработаны буклеты «Двигайся вместе с нами» и распространено не менее 50 штук в учреждениях образования. | |
| **1.9. Устойчивость результатов** | |
| После реализации проекта занятия в «Мастерской фитодизайна» будут проводиться по программе объединений по интересам, финансируемых из гос. бюджета. Пешие выходы, экспедиции будут способствовать развитию двигательной активности учащихся. Знания и умения, которые получат подростки во время занятий в «Мастерской фитодизайна», позволят создавать поделки из природного материала.  Активные физические переменки в открытом пространстве на Тропе ощущений, праздник здоровья, разработка памяток гарантируют их внедрение в практику работы Сморгонских учреждений образования в качестве профилактики малоподвижного образа жизни учащихся.  Созданный класс эргономики будет привлекать учащихся для проведения активного досуга.  Тропа ощущений станет востребованной формой проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий на свежем воздухе для учащихся кружков и их родителей, а также гостей центра. | |

1. **РАБОЧИЙ ПЛАН/БЮДЖЕТ ИНИЦИАТИВЫ (см. Приложение)**

Директор О.М.Каравай