**«Воркаут – спорт, доступный каждому»**

Команда «Вектор активности» Новопортовской школы-интерната представляет свой проект «Воркаут – спорт, доступный каждому».

Авторский коллектив проекта: Савин Глеб, учащийся 9а класса и Погадаев Кирилл, учащийся 8а класса.

В летнее время у ребят появляется много свободного времени, которое они используют не всегда с пользой. В течение года мы занимаемся тяжелой атлетикой, и подумали, что интересно было бы провести соревнования по подтягиванию среди мальчишек в нашем поселке. Кроме того, на лето приезжают студенты, которые учатся в других городах. Мы думаем, что им тоже захотелось бы принять участие в соревнованиях по воркауту.

Главной **проблемой** широкого вовлечения подростков и молодежи села в активный спортивный досуг, является отсутствие необходимого спортивного инвентаря на улице (перекладины, шведской стенки, брусьев и др.).

**Основные целевые группы**, на которые направлен проект: ребята 5-11 классов, проживающие в с.Новый Порт, студенты средних специальных и высших учебных заведений, родители.

**Цель проекта:** создание площадки для воркаута и проведение соревнований.

**Задачи:**

1) Создание группы единомышленников по реализации проекта.

2) Изготовление и установка турников, рукохода-змейки, брусьев низких параллельных для воркаута, а также мини-комплекса «ГТО».

3) Проведение соревнований по воркауту.

4) Создание условий для привлечения наибольшего количества подростков и молодежи села и формирование у них позитивного отношения к здоровому образу жизни, чувства ответственности за свое здоровье.

5) Популяризация Многоборья ГТО.

Мы считаем, что наш проект будет востребован, так как мы с друзьями активно занимаемся спортом и хотим привлечь к этому ребят, которые проживают в нашем селе. А **актуальным** этот проект будет, потому что сейчас здоровому образу жизни уделяется большое внимание на различных уровнях: в школе, районе, области и государстве в целом. Строятся новые спортивные комплексы, корты. А мы хотим при небольших финансовых вложениях обустроить спортивную площадку возле нашей школы. Многие ребята уже заинтересовались нашей идеей.

**Миссия проекта:** формирование у подростков и молодежи позитивного отношения к здоровому образу жизни, чувства ответственности за свое здоровье.

Мы считаем, что проект будет востребован среди большого количества подростков, так как в летнее время очень часто нечем заняться вечером. Увеличится количество ребят, которые захотят заниматься спортом. Увеличится число подростков и молодежи села, вовлеченных в движение воркаут. Произойдет увеличение количества подростков и молодежи села и сформированность у них позитивного отношения к здоровому образу жизни, формирование чувства ответственности за свое здоровье, а также увеличение числа форм организованной спортивной и досуговой деятельности для подростков и молодежи села с учетом их интересов. Увеличится число участников многоборья ГТО.

Многие ребята не умеют правильно подтягиваться, и занятия на турниках научат их как правильно это сделать.

Улучшится здоровье у ребят.

Улучшится осанка, так как сейчас молодежь много времени проводит за компьютером.

Улучшится фигура участников.

Изменится отношение к своему здоровью.

На наши соревнования можно пригласить ребят из других поселков района. Ведь реализовать подобный проект можно в любом, даже небольшом селе.

**Срок реализации проекта:** 3 месяца (01.04.16. – 30.06.16.)

**План реализации проекта**

1. Покупка материала для строительства турников, рукохода-змейки, брусьев низких параллельных, мини-комплекса «ГТО».

2. Монтаж и установка турников.

3. Мастер-класс по правильным приемам подтягивания.

4. Тренировки перед соревнованиями.

5. Соревнования по воркауту.

Команду проекта и привлечённых специалистов составляют опытные и квалифицированные кадры: педагог-организатор школы, редактор газеты «Растишка», руководитель видеостудии, учителя физической культуры, инструктор по физкультуре и спорту, социальный педагог, врач-педиатр больницы, родители, волонтеры.

Для формирования общественного мнения мы планируем провести следующие мероприятия:

1. Рекламная акция (совместно с ДМОО «Ребячья республика»)

2. Освещение проекта в школьной газете «Растишка»

3. Создание видеоролика о воркауте и социальном проекте «Воркаут – спорт, доступный каждому»

4. Привлечение учителей физической культуры школы

5. Привлечение к реализации проекта волонтеров

6. Освещение мероприятий по проекту на сайте Новопортовской школы-интерната

7. Создание группы «Воркаут – спорт, доступный каждому» в социальной сети «ВКонтакте»

Смета

При реализации проекта возможны кризисные ситуации, поэтому мы определили план антикризисных мероприятий.

На наш взгляд возможные риски таковы:

1) Нехватка денежных средств (денег может не хватить в связи с ростом цен, можно привлечь деньги спонсоров, или изготовить меньшее количество турников, или использовать бывший в употреблении материал (трубы).

2) Окажется мало участников проекта (провести рекламную акцию, развесить объявления, выбрать удобное для всех время, привлечь учителей физической культуры школы, волонтеров, провести агитацию во время организации досуга по месту жительства и т.д.)

3) Отказ исполнителей проекта от участия (найти других последователей, в том числе из числа студентов).

4) Погодные условия (сдвинуть сроки реализации проекта).

Перспективы развития проекта:на наши мастер-классы, тренировки, соревнования можно пригласить ребят из других поселков района, ведь реализовать подобный проект можно в любом, даже небольшом селе.

На наш взгляд, проект, который мы предлагаем, может быть реализован в каждом населенном пункте, даже небольшом, так как он не требует больших финансовых вложений. На стадионах некоторых сел еще сохранились турники, главное провести небольшой ремонт и можно так же проводить соревнования.

Также планируется эффективная совместная деятельность родителей, педагогического коллектива, учащихся, социального окружения. Снижение факторов риска потребления ПАВ среди детей и подростков. Формирование здорового жизненного стиля подростков и молодежи.