

Молодежный проект

Название молодежного проекта	«Джампинг»
Направление проекта (в соответствии с пунктом 2 Порядка)	Организация досуга, отдыха, оздоровления молодежи, формирование условий для занятия физической культурой, спортом, содействие здоровому образу жизни молодежи
Исполнитель проекта	Мартынова Мария Михайловна
	Образование: среднее профессиональное ОГБПОУ «Рязанский колледж культуры» г. Шацк; неоконченное высшее ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
	Место работы: МОУ ДО «Шацкий Дом детского творчества»
	Адрес проживания: Рязанская область, Шацкий район, г. Шацк, ул. Первомайская, д.20Г, кв.8 Контактный телефон: 89006051008 Адрес электронной почты: mariamartynova657@gmail.com
Место реализации проекта	Муниципальное образование – Шацкий муниципальный район Рязанской области МОУ ДО «Шацкий Дом детского творчества»
Срок реализации проекта	Дата начала реализации проекта: сентябрь 2024г.
	Дата окончания реализации проекта: декабрь 2024г.
Стоимость реализации проекта	43500 рублей
Запрашиваемый размер средств	30000 рублей
1. Краткое описание проекта	Проект «Джампинг» направлен на приобщение детей к здоровому образу жизни. Джампинг это – новая технология, которая дает оздоровительный эффект. Он привлекателен благодаря своей простоте и популярности. Джампинг представляет собой занятия на специальном шестиугольном батуте, оснащенный удобной ручкой. Регулярные занятия помогают укрепить как физическое, так и психическое здоровье. Тренировки на батутах: - улучшают состояние сердечно-сосудистой системы, увеличивают сердечный ритм и силу сердечных сокращений, что помогает снизить риск развития сердечно-сосудистых

	заболеваний; - снижают уровень стресса. Активные прыжки под энергичное музыкальное сопровождение способствуют выделению эндорфинов, гормонов счастья, которые улучшают настроение и помогают справиться со стрессом; - улучшают координацию движений, выносливость, укрепляют вестибулярный аппарат; - оказывают меньшее воздействие на суставы, чем многие другие виды физической активности. Батуты помогают снизить ударные нагрузки на колени и лодыжки, что делает джампинг более безопасным для суставов; - улучшают качество сна; - сжигают калории и помогают похудеть. Кроме того, тренировка на батуте может быть очень веселой и занимательной, что может помочь мотивировать на регулярные занятия этим видом активности. Также джампинг отличается своей вариативностью — можно бесконечно придумывать новые связки, включать новые упражнения и танцевальные движения, увеличивая интенсивность тренировок. При получении гранта Главы администрации муниципального образования будут приобретены батуты и разработана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для занятий джампингом. Целевая группа проекта – дети 8 -14 лет. Предполагаемый срок реализации проекта с сентября по декабрь.
2. Описание проблемы, на решение которой направлен проект, с указанием социальной значимости и актуальности проекта	В настоящее время современный ребенок все больше времени проводит сидя у телевизора или компьютера, в телефоне или планшете, если не находит себе увлечение по душе. Увеличивается количество детей и подростков имеющие лишний вес из-за малоподвижного образа жизни. По этой причине, как никогда, остро стоит проблема сбережения здоровья у подрастающего поколения. Так как дети продолжают искать для себя что-то новое и интересное данный проект позволит им укрепить свое здоровье, попробовать себя в новом увлечении, разнообразить свой досуг, развить физические возможности в новом формате. Благодаря джампингу дети и подростки скорее избавятся от неуклюжести, угловатости, избыточного веса, излишней застенчивости, исправят осанку, укрепят мышцы, обретут спортивную форму, улучшат состояние здоровья.

3. Количество участвующих в реализации проекта	Два педагога дополнительного образования МОУ ДО «Шацкий Дом детского творчества». Предполагаемый охват детей – до 30 человек.
4. Основная цель проекта	Создать условия для занятий джампингом детям и подросткам на территории муниципального образования – Шацкий муниципальный район Рязанской области. Выполнение целевого показателя охвата детей Шацкого муниципального района дополнительным образованием в рамках регионального проекта «Успех каждого ребенка»
5. Задачи проекта	• Создать комфортные и качественные условия для занятий на батутах. • Укрепить здоровье и физическое состояние детей. • Разнообразить досуг подрастающего поколения. • Увеличить охват детей дополнительным образованием.

6. Календарный план реализации проекта (в соблюдение критерия, указанного в подпунктах 7, 8 пункта 14 Порядка, описываются мероприятия, соответствующие цели и задачам проекта, с указанием сроков их осуществления и ожидаемых результатов)

NN пп	Мероприятие	Сроки (дд.мм.гг)	Ожидаемые результаты
1	- Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. - Разработка плана проведения занятий с использованием батуты. - Разработка методического материала по технике безопасности и использованию оборудования во время занятий.	Апрель – август 2024г.	- Утверждение дополнительной образовательной программы и плана проведения занятий. - Подготовка инструктажа и памятки по технике безопасности и пользованию батутами.
2	- Приобретение оборудования(батуты) для занятий.	Апрель – май 2024г.	
3	- Проведение занятий с использованием батуты. - Проверка оборудования на наличие повреждений.	Сентябрь – декабрь 2024г.	- Проведение мастер-класса работы на батуте. - Демонстрация танцевальных зарисовок на батутах. - Своевременное

			устранение неисправности оборудования (при необходимости).
4	- Подведение итогов реализации проекта.	Декабрь 2024г.	Отчет о реализации проекта, с указанием положительных и отрицательных сторон.

7. Ожидаемые результаты	У ребят Шацкого района появится возможность укрепить свое здоровье, повысить физическую активность и разнообразить свой досуг с помощью занятий на батуте.
8. Информационное сопровождение проекта	По мере открытия и реализации проекта информация будет размещена на официальном сайте МОУ «ШДДТ», на странице ВК и в районной газете «На земле шацкой».
9. Наличие опыта проведения мероприятий	Участвую в мероприятиях муниципального уровня. Организую и провожу мероприятия в МОУ ДО «Шацкий Дом детского творчества». Являюсь добровольцем. Активный участник Общероссийской акции взаимопомощи #МыВместе.
10. Перспектива развития проекта	Повышение популярности джампинга и приобщение к здоровому и активному образу жизни еще большего количества детей и подростков Шацкого района, включая детей чьи родители принимают участие в СВО, детей находящихся в трудной жизненной ситуации и детей, которые состоят на профилактике учета КДН и ЗП. Приобретение дополнительных батутков. Подготовка показательных выступлений на различных мероприятиях МОУ ДО «ШДДТ» и горда Шацка.
11. Дополнительная информация о проекте	Не имеется
12. Наименование планируемых расходов (перечень планируемых затрат на реализацию проекта) (в соблюдение критерия, указанного в подпунктах 7 и 8 пункта 14 Порядка)	

NN пп	Наименование планируемых расходов	Стоимость единиц, руб.	Кол-во единиц	Всего, руб.
----------	-----------------------------------	---------------------------	------------------	-------------

1...	Батут с держателем	8700 руб.	5 шт.	43500 руб.
ИТОГО				43500 руб.

" " 2024 г.

(подпись)

(фамилия и инициалы)