

# 90-60-90

Социальный проект "За **здоровый** образ жизни"

**ДЕВИЗ:** Леснянская школа всецело за ЗОЖ!  
Иную идею для нас не тревожь!

Стилизованный **образ** школы – стремление к идеалу

# Проблема и аудитория ✓

Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций.

Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера интеллектуальных, психологических и информационных нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья.

Проблема, с которой мы столкнулись – снижение уровня здоровья подростков.

Анализ причины – ЗОЖ не модно, мало спортплощадок, нет культуры здорового питания в семье.



# Решение

Формирование информационного пространства здорового образа жизни для молодежи посредством проведения вебинаров, онлайн конференций, круглых столов с представителями национального олимпийского комитета республики Беларусь (представительство НОК Беларуси в г. Бресте), ведущими коуч-консультантами по вопросам здорового образа жизни.

Организация и проведение регулярных занятий массовой физической и спортом ведущими спортсменами Республики Беларусь.

Организация консультативной помощи по вопросам здорового питания, составления индивидуальной программы оздоровления.

Организация партнерского сотрудничества с Барановичской организацией Белорусского общества Красного Креста, зональным центром эпидемиологии и гигиены г. Барановичи, детской юношеской спортивной школой Барановичского района, УО «Барановичский государственный университет», УО «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка» в рамках реализации проекта.

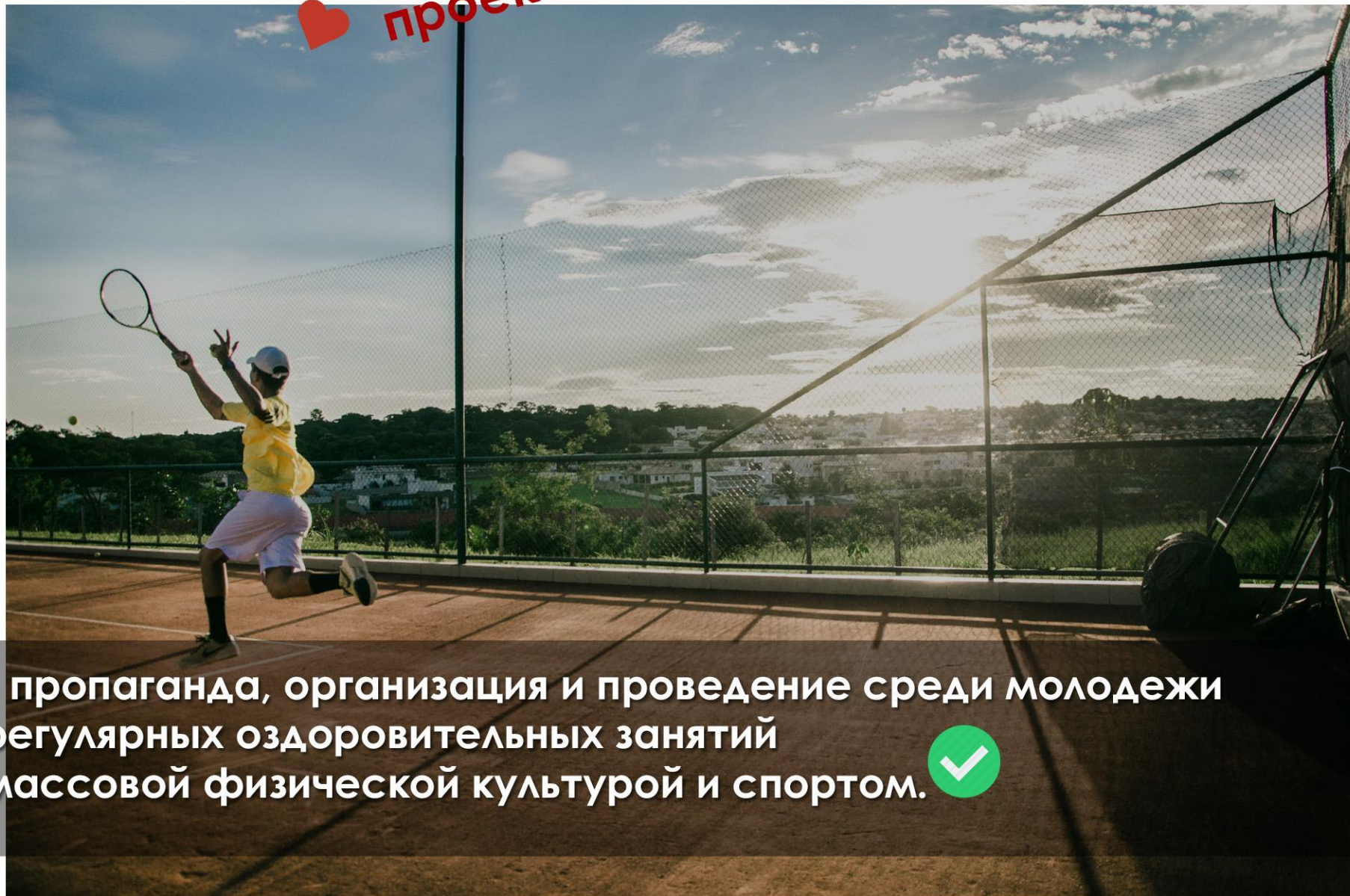
Счастье там,  
где в него  
верят

я люблю  
знать  
о любви!

Самые важные моменты  
— это наше настоящее



**Цель**  
❤️ **проекта**



- пропаганда, организация и проведение среди молодежи регулярных оздоровительных занятий массовой физической культурой и спортом. ✓

- популяризация здорового образа жизни среди молодежи;



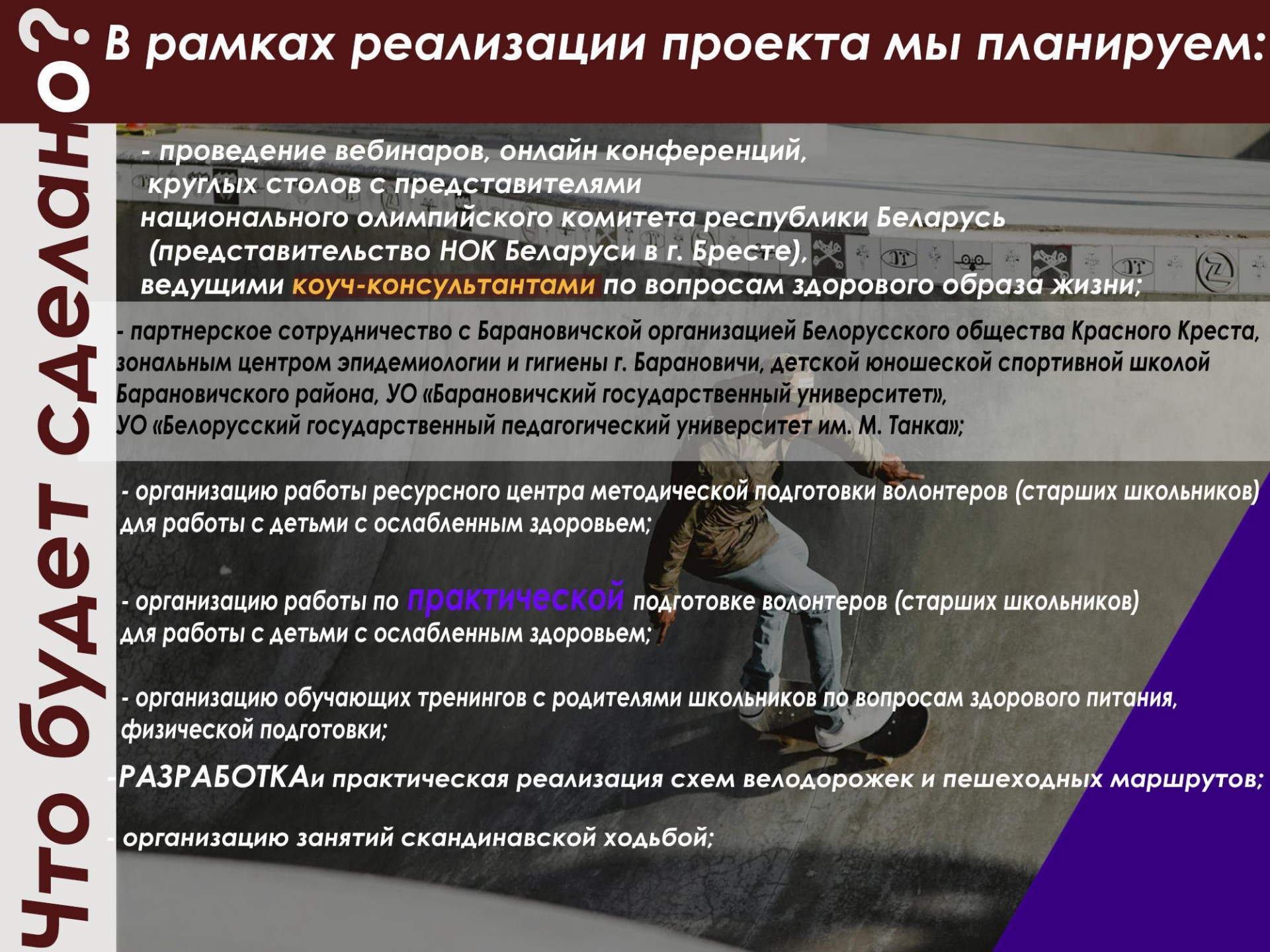
# Что сделано?

В рамках реализации проекта в **ГУО «Леснянская средняя школа»** проводятся: регулярные занятия и мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности; занятия скандинавской ходьбой; дни здоровья; организовываются и проводятся различные виды соревнований

**между** учащимися и их родителями.







# Что будет сделано?

## В рамках реализации проекта мы планируем:

- проведение вебинаров, онлайн конференций, круглых столов с представителями национального олимпийского комитета республики Беларусь (представительство НОК Беларуси в г. Бресте), ведущими **коуч-консультантами** по вопросам здорового образа жизни;
- партнерское сотрудничество с Барановичской организацией Белорусского общества Красного Креста, зональным центром эпидемиологии и гигиены г. Барановичи, детской юношеской спортивной школой Барановичского района, УО «Барановичский государственный университет», УО «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка»;
- организацию работы ресурсного центра методической подготовки волонтеров (старших школьников) для работы с детьми с ослабленным здоровьем;
- организацию работы по **практической** подготовке волонтеров (старших школьников) для работы с детьми с ослабленным здоровьем;
- организацию обучающих тренингов с родителями школьников по вопросам здорового питания, физической подготовки;
- **РАЗРАБОТКА** и практическая реализация схем велодорожек и пешеходных маршрутов;
- организацию занятий скандинавской ходьбой;



**- СОТРУДНИЧЕСТВО** с ведущими спортсменами Республики Беларусь с целью организации занятий физкультурно-оздоровительной направленности для укрепления здоровья и формирования своего тела;

- организацию учебно-тренировочных занятий по видам спорта (футбол, волейбол, баскетбол)

- организацию и проведение открытого чемпионата по дартс, настольному теннису;

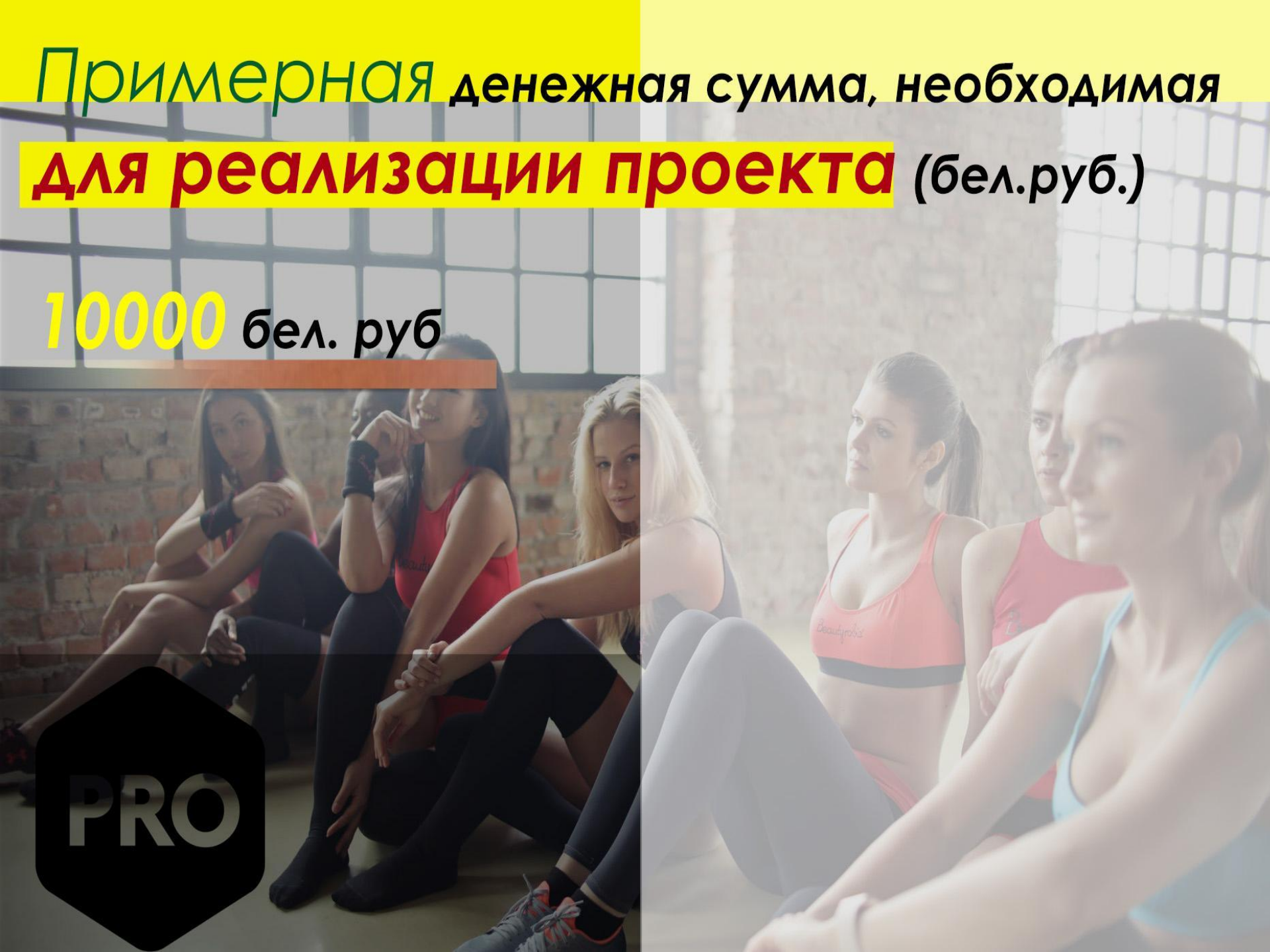
- организацию и проведение **МАТЧЕВЫХ ВСТРЕЧ** по волейболу, баскетболу, футболу среди учащейся и работающей молодежи аг. Лесная.



**Что будет сделано?**

Примерная денежная сумма, необходимая  
для реализации проекта (бел.руб.)

10000 бел. руб





# На что будут потрачены деньги:

Для полноценной реализации проекта необходима закупка сетевого оборудования

| НАИМЕНОВАНИЕ                                       | КОЛИЧЕСТВО | ПРИМЕРНАЯ<br>СТОИМОСТЬ<br>(бел. руб) | ИТОГО               |
|--|------------|--------------------------------------|---------------------|
| Репитер TP-Link TL-WA850RE                         | 6          | 64,62руб                             | 387,73 руб          |
| Беспроводной маршрутизатор Xiaomi Mi WiFi Router 3 | 6          | 100 руб                              | 600 руб             |
| Ноутбук HP ProBook 4740s                           | 2          | 1,355,25руб                          | 2,710,50 руб        |
| Мультимедийный проектор MitsubishiXD500U           | 1          | 2,558,58 руб                         | 2,558,58 руб        |
|  |            |                                      | <b>6,256,81 руб</b> |



# На что будут потрачены деньги:

Для полноценной реализации проекта необходима закупка спортивного инвентаря

| НАИМЕНОВАНИЕ              | КОЛИЧЕСТВО | ПРИМЕРНАЯ СТОИМОСТЬ (бел. руб) | ИТОГО   |
|---------------------------|------------|--------------------------------|---------|
| Набивной мяч от 3 до 5 кг | 6          | 30 руб                         | 180 руб |
| Баскетбольный мяч         | 4          | 40 руб                         | 160 руб |
| Волейбольный мяч          | 3          | 85 руб                         | 255 руб |
| Футбольный мяч            | 3          | 50 руб                         | 150 руб |
| Насос                     | 2          | 10 руб                         | 20 руб  |
| Иголки                    | 10         | 5 руб                          | 50 руб  |
| Гимнастические коврики    | 10         | 12 руб                         | 120 руб |
| Гантели от 0.5 до 2 кг    | 10         | 20 руб                         | 200 руб |

|                                |             |          |                  |
|--------------------------------|-------------|----------|------------------|
| Хула-хуп                       | 10          | 7 руб    | 70 руб           |
| Скакалки                       | 10          | 7 руб    | 70 руб           |
| Эспандер для тренировки ног    | 20 шт       | 110 руб. | 110 руб          |
| Сетка волейбольная             | 1           | 80 руб   | 80 руб           |
| Сетка баскетбольная            | 4           | 10 руб   | 40 руб           |
| Сетка футбольная               | 4           | 265 руб  | 1,060 руб        |
| Табло счета                    | 1           | 55 руб   | 55 руб           |
| Дартс / дротики /              | 2 комплекта | 25 руб   | 50 руб           |
| Дартс / мишень /               | 1           | 20 руб   | 20 руб           |
| Ракетка для тенниса            | 6           | 18 руб   | 108 руб          |
| Палки для скандинавской ходьбы | 20          | 60 руб   | 1,200 руб        |
| Велосипед AIST Smart 20 1.0    | 5           | 175 руб  | 875 руб          |
|                                |             |          | <b>3, 674,20</b> |



# 90-60-90

LESNAYA SCHOOL

НАЧНИ СВОЙ  
ПУТЬ

СТАРТ  
СЕЗОНА

**ЕСТЬ СЕКРЕТЫ!**

ТРЕНИРУЙСЯ  
С НАМИ!

SPORT

SOCIAL  
WEEKEND

