

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВГАФК»**

**Кафедра гуманитарных дисциплин и
экономики**

Гончаренко Дмитрий

**«Движение - это
жизнь!»**

**Научный руководитель:
к.э.н., доцент Беликова
Е.В.**



1. Актуальность проекта

- [.Актуальность проекта](#)
- [.Цель проекта](#)
- [.Задачи проекта](#)
- [.Конкурентоспособность проекта](#)
- [.Реализация проекта](#)
- 5.1 [Внедрение проекта](#)
- 6. [Планы на будущее](#)

В последние годы государственные и общественные организации прилагают значительные усилия для привлечения лиц пожилого возраста к систематическим занятиям оздоровительной физической культурой как простому и эффективному средству сохранения здоровья и продления долголетия



«Движение – это жизнь!» является одним из первых проектов, который направлен на сохранение, восстановление здоровья и двигательных функций пожилых жителей г. Волгограда, г.Волжского, развитие реабилитационной поддержки пожилых людей и формирование специальных знаний о проведении занятий физической культурой для пожилых жителей



- [.Актуальность проекта](#)
- [.Цель проекта](#)
- [.Задачи проекта](#)
- [.Конкурентоспособность проекта](#)
- [.Реализация проекта](#)
 - 5.1 [Внедрение проекта](#)
- 6. [Планы на будущее](#)

разработать технологию оздоровительной гимнастики для пожилых людей различной возрастной категории

3. Задачи проекта

- [.Актуальность проекта](#)
- [.Цель проекта](#)
- [.Задачи проекта](#)
- [.Конкурентоспособность проекта](#)
- [.Реализация проекта](#)
 - 5.1 [Внедрение проекта](#)
- 6. [Планы на будущее](#)

1. Формировать специальные знания о проведении занятий по физической культуре;
2. Развить реабилитационную поддержку пожилых людей;
3. Разработать технологию оздоровительной гимнастики для пожилых людей различной возрастной категории;
4. Сохранить и восстановить двигательные функции пожилых жителей г. Волгограда и г. Волжского.



4. Конкурентоспособность проекта

- [.Актуальность проекта](#)
- [.Цель проекта](#)
- [.Задачи проекта](#)
- [.Конкурентоспособность проекта](#)
- [.Реализация проекта](#)
 - 5.1 [Внедрение проекта](#)
- 6. [Планы на будущее](#)

разработка технологии оздоровительной гимнастики для пожилых людей, базирующийся на инновационных средствах оздоровительной физической культуры, позволит



нормализовать метаболические процессы на всех уровнях, а это существенный вклад в профилактику болезней сердца, эндокринной системы, ожирения; улучшить кровоснабжение органов и тканей, повысить уровень насыщения кислородом, что позволяет сохранить полную функциональность всех систем организма на долгие годы и многое другое



5. Реализация проекта

- [.Актуальность проекта](#)
- [.Цель проекта](#)
- [.Задачи проекта](#)
- [.Конкурентоспособность проекта](#)
- [.Реализация проекта](#)
 - 5.1 [Внедрение проекта](#)
- 6. [Планы на будущее](#)

В ходе реализации проекта планируется разработать технологию оздоровительной гимнастики для пожилых людей различной возрастной категории (60-70, 71-80 и старше 80 лет)



различных нозологий (болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистые заболевания) программу и алгоритм проведения оздоровительных мероприятий



5.1 Внедрение проекта

- [.Актуальность проекта](#)
- [.Цель проекта](#)
- [.Задачи проекта](#)
- [.Конкурентоспособность проекта](#)
- [.Реализация проекта](#)
- 5.1 [Внедрение проекта](#)
- 6. [Планы на будущее](#)

внедрить практические и методические рекомендации в практическую деятельность региона



реализация проекта «Движение – это жизнь!» внесет значительный вклад в систему сохранения, восстановления здоровья и двигательных функций пожилых жителей

6. Планы на будущее

- [.Актуальность проекта](#)
- [.Цель проекта](#)
- [.Задачи проекта](#)
- [.Конкурентоспособность проекта](#)
- [.Реализация проекта](#)
 - 5.1 [Внедрение проекта](#)
- 6. [Планы на будущее](#)

разработка методических рекомендаций, программы оздоровительной гимнастики в соответствии с возрастными и нозологическими особенностями людей пенсионного возраста



внедрение их в практическую деятельность через конференции, фестивали, конкурсы, мастер-классы, каналы Всероссийской и международной деятельности академии

