

ПРОЕКТ: «СУПЕР ЗАРЯДКА»

НЕСТЕРОВА ДАРЬЯ, 306-ФК

НЕОДНОКРАТНАЯ ЧЕМПИОНКА УРФО, ГОРОДСКИХ, ОБЛАСТНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО КАРАТЭ
СИНКЕКУСИНКАМ

РГГПУ, КОЛЛЕДЖ ЭЛЕКТРОЭНЕРГЕТИКИ И МАШИНОСТРОЕНИЯ

ОБЛАСТНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО КАРАТЭ

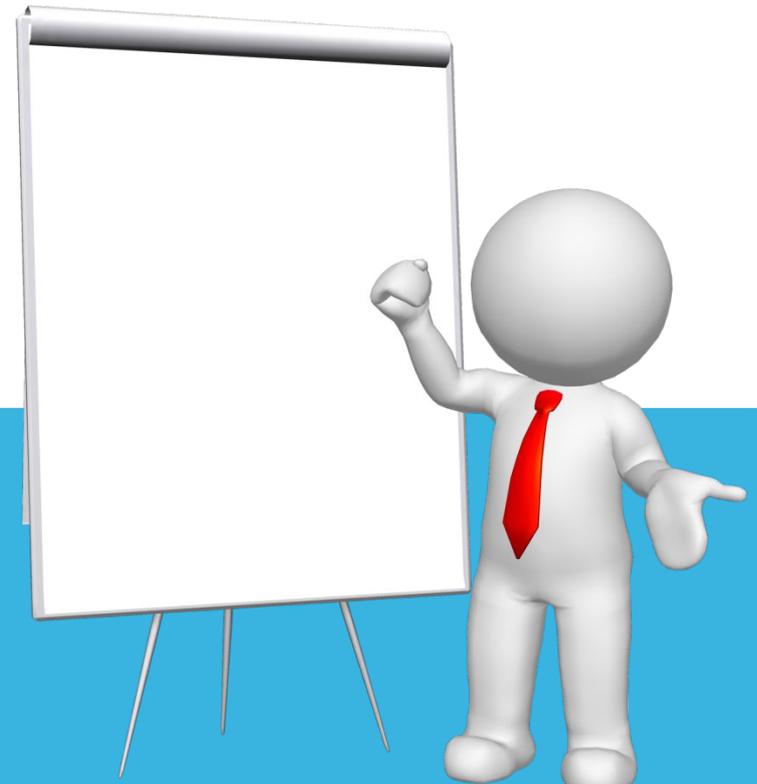
НЕСТЕРОВА ДАРЬЯ ПРОЕКТ «СУПЕР ЗАРЯДКА»

Тип: групповой, познавательный

Длительность: семестр

Сроки: 10.01.21- 28.06.21 г.

**Участники проекта: приглашённые спортсмены-чемпионы,
студенты,
педагоги**



Постановка проблемы

Проект «Супер зарядка»

В настоящее время,
студенты предпочитают
вести малоподвижный
образ жизни

Необходимость
формирования навыков
ЗОЖ

Ежегодный рост числа
употребления
алкогольных напитков и
курения сигарет среди
молодёжи

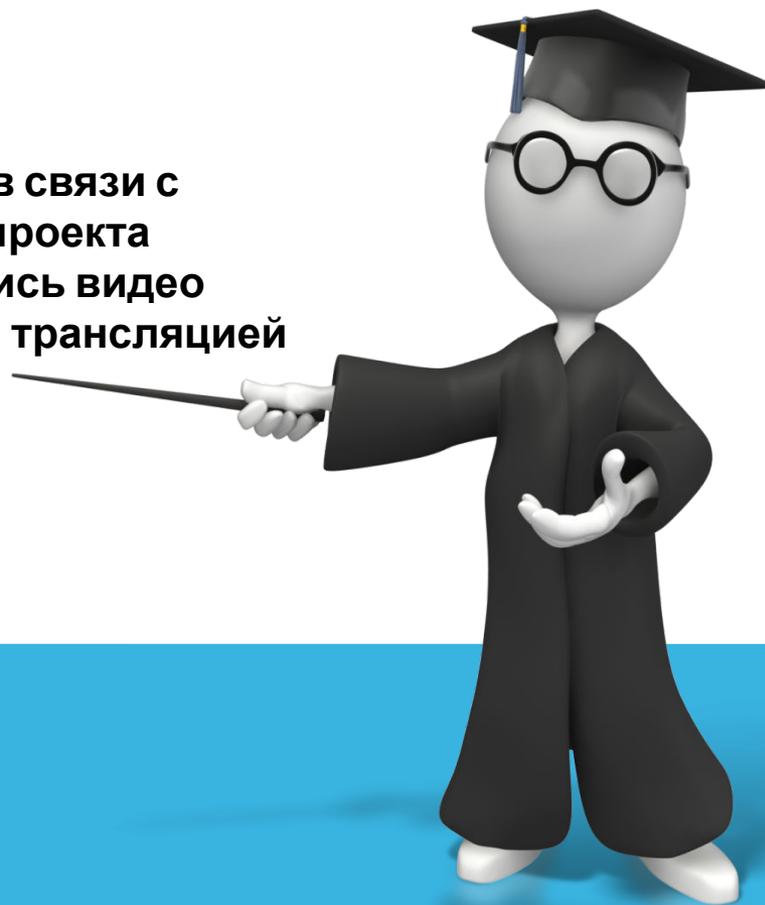
Игнорирование посещения
спортивных учреждений
для профилактики здоровья

АКТУАЛЬНОСТЬ

ЦЕЛЬ

Целью проекта «Супер зарядка», является проведение 6 мероприятий (зарядок) в течение 1 семестра, направленных на повышение двигательной активности у студентов Коллежа Электроэнергетики и Машиностроения.

В случае действия ограничительных мер в связи с короновирусной инфекцией, реализация проекта предусмотрена через онлайн формат (запись видео зарядок со спортсменами, с последующей трансляцией через соц.сети).



ЗАДАЧИ

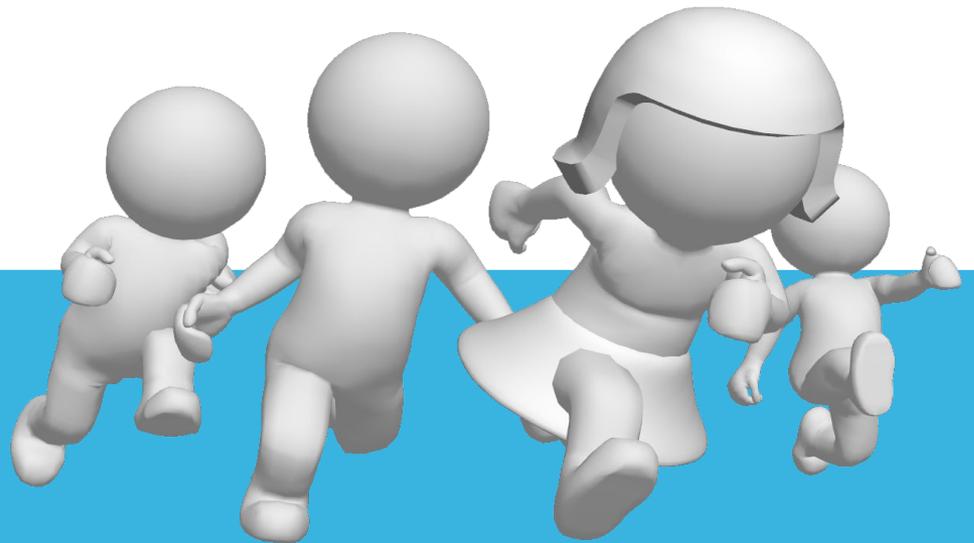
- ✓ **Заинтересовать обучающихся укреплять своё здоровье**
- ✓ **Познакомить обучающихся с некоторыми видами спорта (каратэ, футбол, лёгкая атлетика)**
- ✓ **Содействовать формированию активной жизненной позиции у обучающихся**
- ✓ **Пропагандировать здоровый образ жизни**
- ✓ **Воспитать бережное отношение к своему здоровью**
- ✓ **Проведение 6 зарядок, под руководством 3 спортсменов**
- ✓ **Опубликовать посты на данную тему**
- ✓ **Задействовать 6 учебных групп колледжа (около 30 человек в каждой группе, итого 180 человек)**



ПРЕДПОЛАГАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

- ✓ **Повышение заинтересованности обучающихся в бережном отношении к собственному здоровью**
- ✓ **Привлечение обучающихся к занятиям к некоторыми видами спорта (каратэ, лёгкая атлетика, футбол)**
- ✓ **Формирование активной жизненной позиции у обучающихся**
- ✓ **Успешное проведение 6 зарядок, под руководством 3 спортсменов**
- ✓ **Обратная связь от студентов после публикации постов на данную тему**
- ✓ **Провести познавательное и полезное мероприятие для 6 учебных групп**

Деятельность участников проекта



I. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Определение
актуальной
проблемы



Постановка
цели проекта
и его
мотивация



Подборка
материалов



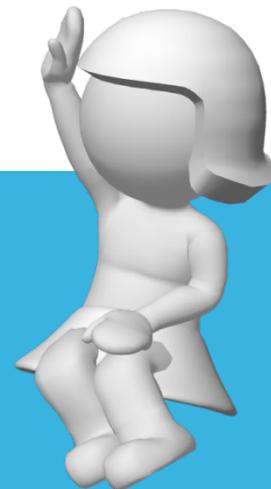
Изучение
литературы

II. ЭТАП РЕАЛИЗАЦИИ

- Презентация конкретных видов спорта от спортсменов

- Разговор между студентами и спортсменами-чемпионами по типу «Вопрос-ответ», с целью привлечения интереса к спорту

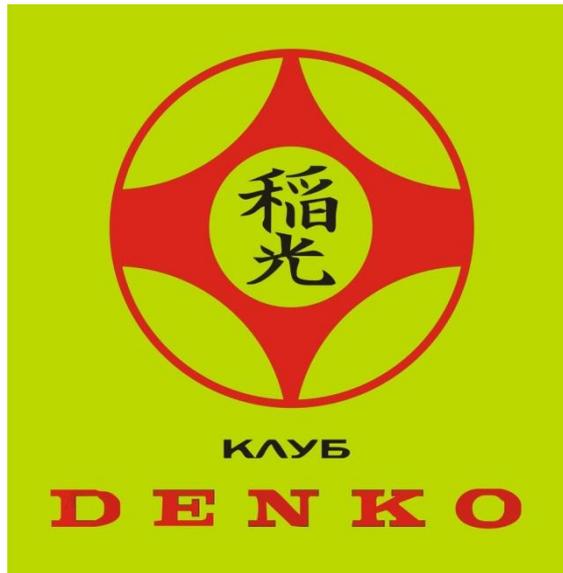
- Поход в спортивный зал, демонстрация спортсменами простых (базовых) комплексов упражнений, присущих их виду спорта



Команда проекта и партнёры



ПАРТНЁРЫ



DENKO & Karov dojo
г. Екатеринбург,
Клуб каратэ Кекусинкай



Футбольный клуб
«Сократ»



МБУ
СШ№19

Команда проекта



**Кузнецов
Максим**



Кардаков Иван



**Нестерова
Дарья**

ИНФОРМАЦИОННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

https://vk.com/official_gruppa_kem

- Сообщество КЭМ в VK

https://vk.com/sport_club_kem

- Сообщество спортивного клуба КЭМ в VK

<https://instagram.com/kem.rsvpu?igshid=xx0ewjznhof0>

- Сообщество КЭМ в inst



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключительном этапе проекта мы предложим участникам пройти анкетирование или опрос в соц. сетях колледжа. Студенты должны будут написать , изменилось ли их жизнь после участия в проекте: начали ли они заниматься спортом, стали ли вести более активный образ жизни, смогли ли отказаться от вредных привычек, понравилось ли им участие в «Супер зарядке», и др.

Если проект будет пользоваться успехом у студентов и принесёт результаты, то он может реализовываться ежегодно .