

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ДО  
«ДЮЦ г.Навашино»

\_\_\_\_\_ А.В. Резайкин  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

# СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «В МИРЕ СПОРТА»

*(на платформе социальной сети ВКонтакте)*



Руководитель проекта:  
Степанович О.В.,  
заместитель директора по УВР

## Карточка проекта

Название	В мире спорта	
Наименование образовательного учреждения	Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр г.Навашино»	
Место реализации	Нижегородская область, г.о. Навашинский платформа социальной сети ВКонтакте: официальная страница МАОУ ДО «ДЮЦ г.Навашино»	
Авторы проекта	заместитель директора по УВР Степанович О.В. методист Кондратьева И.И.	
Участники проекта (целевая группа)	Население г. о. Навашинский, особенно дети, во время летних каникул.	
Срок реализации	с 03 июня по 28 августа 2024 года	
Краткая аннотация	В рамках проекта предполагается участие жителей (спортивных семей) г.о.Навашинский в акциях, конкурсах на официальной странице учреждения в социальной сети ВКонтакте. А также проведение онлайн мастер классов по занятиям спортом в домашних условиях. Он поможет детям и их родителям понять важность физической активности и здорового образа жизни. Такой подход будет способствовать физическому и эмоциональному благополучию детей и поможет решить проблему снижения физической активности во время каникул.	
Основная идея проекта	Показать людям, что здоровый образ жизни и физическая активность доступны и не требуют больших усилий.	
Ключевые преимущества	Доступность и простота участия, а также возможность заняться спортом в комфортных домашних условиях. Проект «В мире спорта» станет отличным способом для детей и их родителей провести летние каникулы с пользой и настроиться на активный и здоровый образ жизни.	
<b>Проблема</b>	<b>Решение</b>	
Во время каникул активность детей снижается на 80%. Многие школьники не представляют свою жизнь без телефона. 86% российских школьников имеют аккаунты в популярных социальных сетях.	Почему бы не использовать этот факт в нашу пользу? Можно рассмотреть возможность использования платформы социальной сети «ВКонтакте» для стимулирования здорового образа жизни и физической активности среди населения г. о. Навашинский, особенно детей, во время летних каникул. Таким образом, можно создать условия для появления и сохранения спортивных семейных традиций.	

## Обоснование необходимости проекта

Здоровый образ жизни и физическая активность являются важной частью современного быстроразвивающегося мира и человека. Многие жители нашего города и его окрестностей нуждаются в дополнительных стимулах и мотивации для занятий спортом. Результаты исследований, проведенных Всемирной организацией здравоохранения, показывают, что активность детей во время каникул падает на 80%. Помимо отдыха на солнце, компьютерных игр или общения с друзьями, важно, чтобы дети были активными во время каникул и в физическом плане. Необходимо обратить внимание на это и предложить альтернативу, которая способствовала бы поддержанию активного образа жизни в летние каникулы.

Социальные сети и мессенджеры прочно вошли в нашу жизнь. Сегодня их функционал не ограничивается обменом сообщениями и предоставляет массу возможностей для учебы, работы и отдыха. Согласно данным Всероссийского центра изучения общественного мнения 86% россиян, пользующихся хотя бы одной социальной сетью или мессенджером, проводят в них время практически ежедневно. Больше всего времени в сети пользователи проводят во ВКонтакте. Согласно исследованию Лаборатории Касперского по онлайн-безопасности уже в начальной школе смартфоны есть у 93 % детей. Почему бы не использовать этот факт в нашу пользу? Использование странице МАОУ ДО «ДЮЦ г.Навашино» в социальной сети ВКонтакте в рамках социального проекта «В мире спорта» предполагает стимулирование активного образа жизни и физической активности среди населения, в частности детей, во время летних каникул.

Вместе с тем, 2024 год объявлен Годом Семьи, в рамках проекта особое внимание уделено сохранению традиционных семейных ценностей. Спортивные семейные традиции объединяют семью, делают дружной и крепкой. В такой семье вырастают достойные люди. Совместные занятия спортом сближают детей и родителей, выявляют их общие интересы, поднимают настроение, содержат в здоровой физической форме тело и дух, являются источником радости, обогащают и, в то же время, оздоравливают семейную жизнь.

Участие в акциях и конкурсах на официальной странице МАОУ ДО «ДЮЦ г.Навашино» в социальной сети ВКонтакте позволит не только популяризировать здоровый образ жизни и спорт в городском округе, но и дать пример другим людям. Привлечение жителей г.о.Навашинский к данному проекту позволит создать эффект массовости и усилить общественное внимание к проблеме.

Онлайн мастер-классы по занятиям спортом в домашних условиях станут дополнительным инструментом для привлечения жителей г.о.Навашинский к активному образу жизни. Мастер-классы будут распространяться через официальную страницу учреждения в социальной сети ВКонтакте и будут доступны для всех желающих. Данное мероприятие поможет детям и их родителям научиться правильно выполнять упражнения и поддерживать свое тело в отличной форме.

Именно на эти аспекты направлен проект «В мире спорта», предоставляя жителям городского округа Навашинский возможность поучаствовать в различных спортивных акциях и ощутить важность физической активности для собственного здоровья и благополучия. При этом взаимодействия будет проходить в удобных и

комфортных условиях, используя социальную сеть ВКонтакте. Создание и реализация проекта «В мире спорта» является важным шагом в решении проблемы снижения физической активности у детей во время летних каникул. Проект предлагает доступную альтернативу и стремится помочь детям поддерживать активный образ жизни, что будет способствовать их физическому и эмоциональному благополучию.

## Цели и задачи проекта

Цель проекта: Популяризация здорового образа жизни и спорта среди жителей городского округа Навашинский, особенно среди детей, во время летних каникул.

Задачи проекта:

1. Повысить мотивацию детей и подростков к занятиям спортом и активному образу жизни во время летних каникул.
2. Использовать социальную сеть ВКонтакте в качестве платформы для стимулирования активного образа жизни и здорового спорта среди населения, особенно детей, во время летних каникул.
3. Привлечь жителей городского округа Навашинский к участию в акциях и конкурсах, организованных проектом, для популяризации здорового образа жизни и спорта в городском округе.
4. Предоставить жителям городского округа Навашинский доступ к онлайн мастер-классам по занятиям спортом в домашних условиях, чтобы научить их правильно выполнять упражнения и поддерживать свое тело в отличной форме.
5. Улучшить физическое и эмоциональное благополучие детей через поддержание активного образа жизни во время летних каникул.
6. Поощрение семейных спортивных традиций и объединение семей через совместные занятия спортом.

## Методы реализации проекта

**Метод №1: социальная сеть ВКонтакте:** регулярная публикация информации о спортивных акциях, конкурсах, мастер-классах и других мероприятиях; общение с участниками проекта, ответы на вопросы и комментарии, поддержка активности в комментариях; распространение информации о проекте через репосты и рекомендации страницы другим пользователям.

**Метод №2: онлайн мастер-классы:** проведение онлайн мастер-классов по занятиям спортом в домашних условиях, через загрузку видеоматериалов с упражнениями. Мастер-классы будут доступны для всех желающих и содержать простые, но эффективные упражнения, которые можно выполнять дома без специального оборудования.

**Метод №3: спортивные акции и конкурсы:** организация различных спортивных акций и конкурсов на странице МАОУ ДО «ДЮЦ г.Навашино» в социальной сети ВКонтакте, согласно плану; создание конкурсов, которые будут стимулировать участников к выполнению определенных спортивных заданий или

задач; подведение итогов конкурсов, награждение победителей и публикация их результатов на странице.

**Метод №4: привлечение семей:** реклама проекта «В мире спорта» среди родителей и детей, приглашение принять участие в занятиях спортом вместе; создание специальных семейных мероприятий; развитие общего интереса и обсуждение спортивных тем на странице МАОУ ДО «ДЮЦ г.Навашино» в социальной сети ВКонтакте.

Реализация этих методов поможет привлечь и мотивировать жителей г.о.Навашинский к занятиям спортом и активному образу жизни. Они позволят создать эффект массовости, усилить общественное внимание к проблеме и дать возможность жителям проявить себя и стать примером для других.

### Управление проектом

Роль	ФИО	Должность	Функции
 Руководитель	Степанович О.В.	заместитель директора по УВР	Осуществление общего руководства над исполнением проекта, определяет стратегию этапов реализации проекта, контролирует выполнение мероприятий в рамках проекта. Проведение онлайн-мастер классов.
	Процент рабочего времени в проекте: 40%		
 Исполнитель	Кондратьева И.И.	методист	Администрирование проекта. Подготовка (создание методических рекомендаций) и проведение мероприятий согласно плану. Обеспечение доступности материала для всех желающих.
	Процент рабочего времени в проекте: 40%		
	Дружинин А.В.	Тренер-преподаватель	Проведение онлайн-мастер классов. Взаимодействие с обучающимися и родителями в рамках привлечения их к участию в проекте
	Кислов А.В.		
	Терентьев С.Г.		
Шахтерин М.В.			
Процент рабочего времени в проекте: 20% (по 5% у каждого тренера-преподавателя)			

## Рабочий план реализации

Подготовительный  
этап – апрель-май  
2024 г

Основной этап –  
июнь-август 2024

Заключительный этап  
- август 2024

- Составление плана проекта и определение целей и задач
- разработка методических материалов по проведению конкурсов, акций.
- Разработка онлайн-мастер-классов по занятиям спортом в домашних условиях

### • Реализация мероприятий

- Проведение выставки и презентации достижений участников проекта
- Процедура оценки эффективности проекта и подготовка отчета

№	Мероприятия*	Срок реализации**	Ф.И.О., должность исполнителей
1	Анонсирование старта проекта на официальной странице МАОУ ДО «ДЮЦ г. Навашино» в социальной сети ВКонтакте	03.06.2024	Кондратьева И.И. методист
2	Информирование жителей г.о.Навашинский о проводимых спортивных мероприятиях, акциях и конкурсах. Публикация различных материалов. Рубрика «Спортивный ликбез» (буклеты, памятки и т.п.)	в течении срока реализации проекта	Степанович О.В. зам. директора по УВР Кондратьева И.И. методист
3	Фото-Квест «Спортивный город»	17.06.2024- 28.06.2024	Кондратьева И.И. методист
4	Конкурс на лучшее исполнение утренней зарядки под девизом «Здоровому образу жизни – ДА!», в рамках Всероссийского месячника антинаркотической направленности и популяризации здорового образа жизни	01.07.2024- 12.07.2024	Степанович О.В. зам. директора по УВР Кондратьева И.И. методист
5	Онлайн мастер-классы от педагогов учреждения	08.07.2024- <b>19.07.2024</b>	Степанович О.В. зам. директора по УВР Кислов А.В. Тренер-преподаватель; Дружинин А.В. Тренер-преподаватель; Терентьев С.Г. Тренер-преподаватель; Шахтерин М.В. тренер-преподаватель
6	Акция «В мире спорта» - в рамках Года Семьи 2024	05.08.2024- 16.08.2024	Степанович О.В. зам. директора по УВР Кондратьева И.И. методист
7	Процедура оценки эффективности проекта (проведение онлайн тестирования) Подготовка отчета	19.08.2024- 28.08.2024	Кондратьева И.И. методист

\*Методические рекомендации по выполнению мероприятий в приложениях.

\*\*Все даты являются предварительными и могут быть скорректированы в ходе реализации проекта

## Ожидаемые результаты и дальнейшее развитие

Реализация проекта направлена на создание условий для позитивного восприятия здорового образа жизни и распространение положительной атмосферы вокруг спорта с целью мотивации людей к физической активности. Проект направлен на достижение следующих качественных результатов:

1. Увеличение уровня физической активности детей во время летних каникул.
2. Создание и развитие спортивных семейных традиций.
3. Проведение не менее 3-х мастер-классов по занятиям спортом в домашних условиях, которые будут доступны для всех желающих на официальной странице МАОУ ДО "ДЮЦ г.Навашино" в социальной сети ВКонтакте. Это позволит большему числу людей ознакомиться с правильным выполнением упражнений.
4. Увеличение осведомленности общественности о важности здорового образа жизни и активной физической деятельности.
5. Увеличение числа подписчиков на официальной странице МАОУ ДО «ДЮЦ г.Навашино» в социальной сети ВКонтакте на 20%. Рост числа людей, заинтересованных в проекте и ежедневно следящих за новостями и мероприятиями, проводимыми организацией.

Дальнейшее развитие проекта предусматривает решение социального аспекта проблемы, а именно: привлечение внимания людей к решению проблемы снижения физической активности детей во время каникул.

## ФОТО-КВЕСТ «Спортивный город»


«Спортивный город» - это захватывающее приключение, где каждый участник отправляется в онлайн экспедицию по городу Навашино (его окрестностей) в поисках мест для занятия спортом. Фотоквест предлагает интерактивный формат, где фотографии, запечатлевшие открытые спортивные объекты, отправляются в комментариях под постом анонсом мероприятия на официальной странице учреждения.

Участие в мероприятии отличная возможность обнаружить тайные уголки города, которые переполнены спортивными возможностями. Каждый участник будет стремиться найти наилучшие места, где можно заниматься физическими упражнениями, тренироваться или просто наслаждаться активным образом жизни.

Сценарий Фотоквеста «Спортивный город» предлагает уникальную возможность объединить людей в поиске спортивных локаций и одновременно насладиться красотой окружающей среды. Участники смогут разделить свои фотографии в комментариях в социальной сети ВКонтакте, вдохновляя и мотивируя других.


### *Образец текста Анонса мероприятия*


 Добро пожаловать на фотоквест «Спортивный город»!


 Мы предлагаем вам уникальную возможность приобрести новые знания о спортивной инфраструктуре города Навашино и городского округа, а также развить свои навыки фотографии.

!? Что же далее? Вам предстоит пройти вдоль известных и не очень известных уголков нашего городского округа, чтобы найти и запечатлеть разнообразные места для занятий спортом.

Квест пройдет с 17 по 28 июня 2024 года

 Мы призываем вас посетить стадион, спортивные комплексы, парки с тренажерами на открытом воздухе и другие объекты, которые находятся в нашем городе и его окрестностях. Главное - быть активными и творческими!

Чтобы принять участие, вам достаточно отправить фотографии интересных спортивных объектов в комментарии под этим постом. Найти нужно не менее 3-х различных локаций в городе 

 Удачи вам в поиске и запечатлении лучших мест для занятий спортом! С нетерпением ждем ваших фотографий!



**КОНКУРС**  
**на лучшее исполнение утренней зарядки**  
**под девизом «Здоровому образу жизни – да!»,**  
**в рамках Всероссийского месячника антинаркотической направленности и**  
**популяризации здорового образа жизни**

Цель конкурса - поощрить и вдохновить людей на активное укрепление своего здоровья, а также пропагандировать здоровый образ жизни в молодежной среде.

***Образец текста Анонса мероприятия***

✅ Приглашаем всех желающих принять участие в онлайн - конкурсе на лучший видеоролик 📺 утренней зарядки под девизом: " Здоровому образу жизни – ДА ! ". Конкурс пройдет в рамках Всероссийского месячника антинаркотической направленности и популяризации здорового образа жизни ! ».

✂ Для этого:

1 Запиши видеоролик 📺 (до 1 минуты) своей утренней зарядки 🧘. Пригласи к участию семью и друзей. Используй различный инвентарь ⚽🏀 для выполнения утренних упражнений 🏃 и не забудь про наш девиз: "Здоровому образу жизни – ДА!».

2 До 12 июля пришли видео 📺 на электронную почту: [dusshnav@mail.ru](mailto:dusshnav@mail.ru) или в личное сообщения сообщества с пометкой Конкурс видеороликов "Здоровому образу жизни – ДА!

!!! Делитесь утренней зарядкой 🧘 на своих страницах в сетях под хэштегами [#НЕТНаркотикам](#) [#Стопнаркотик](#)👍👍👍

## АКЦИЯ «В мире спорта»

Цель акции - поощрить и вдохновить людей на активное укрепление своего здоровья, а также пропагандировать здоровый образ жизни в молодежной среде, сохранение и развитие традиционных семейных ценностей

### *Образец текста Анонса мероприятия*

С 5 по 16 августа запускаем нашу ежегодную акцию "Дети в мире спорта", посвящённой Международному дню защиты детей! 👍👍

👨👩👧👦 Участие в акции могут принять все желающие – от самых маленьких, кто только научился ходить, до выпускников школ!

- ✅ Номинация «Спортивная семья»
- ✅ В номинация «Малыш спортсмен»
- ✅ В общей номинации «Дети в мире спорта»

😊 От Вас ждем: 📷📹 фото или видео на тему спорт (любого формата, всё зависит от вашей креативности). Не забудьте написать фамилию, имя и возраст участника!

Также обязательно ответить на вопросы:

- 😊 - Какой вид спорта ты любишь больше всего и почему?
- 👍 - Какую роль играет спорт в твоей жизни?
- 👍 - Какие спортивные достижения ты хочешь достичь в будущем?

! Информацию ждем любым удобным способом: в личное сообщение, предложением новости на странице, письмом на нашу электронную почту [dusshnav@mail.ru](mailto:dusshnav@mail.ru)

! 21 августа все присланные нам фото и видео соберем в единую композицию, которую опубликуем на нашей странице в социальных сетях.

🌟🎁 Приглашайте своих друзей, братьев и сестер принять участие в этой замечательной акции! Давайте вместе поддержим здоровый образ жизни и спортивную культуру!