

Социальный проект

«Прыжок в будущее»

Руководители проекта
Александра Алексева,
учитель физической культуры
МКОУ СОШ с.Парфеново.
Автор:
Стариков Максим
Рязанцев Евгений
Номинация: «Спортивный азарт»

Информационная карта

Название номинации	«Спортивный азарт»
Название проекта	«Прыжок в будущее»
Муниципальное образование	Парфёновское сельское поселение
ФИО руководителя, место работы, должность	Александр Сергеевна Алексеева, Учитель физической культуры МКОУ СОШ с.Парфёново
Контактные данные	Тел: 89500533852 e-mail: Alexsandraalex@mail.ru . Иркутская область, Черемховский район, с. Парфёново, ул. Молодёжная, 2-9
География проекта	Территория Парфёновского сельского поселения
Краткое содержание проекта	Спортивная жизнь нашей школы на высоком уровне наши спортсмены участвуют во всех муниципальных, региональных соревнованиях, где являются победителями и призёрами. Одним из любимых видов спорта является лёгкая атлетика - бег на короткие дистанции, прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега очень сложный технический вид спорта. Для того чтобы добиться высоких результатов не только важно как тренироваться, а где и в каких условиях. В данном случае в какой спортивной обуви. Для прыжков в длину нужна правильно сконструированная прыжковая яма, а для того, чтобы правильно тренироваться, нужны спортивные шиповки. Мы решили своими силами сконструировать прыжковую яму, показать мастер класс спортивной тренировки по прыжкам в длину с разбега для учащихся нашей школы и жителей села, рассказать учащимся, что такое спортивные шиповки, как правильно на них бегать, прыгать и для чего они нужны.

Описание проекта

Актуальность

В последнее время реконструировали часть школьного стадиона, установили футбольное поле. Но, к сожалению, легкоатлетический стадион, гимнастический городок остались на прежнем уровне. Директор школы уделяет большое внимание благоустройству школьной территории. Это необходимо для того, чтобы учащиеся научились понимать и ценить заботу старших. Территория школы должна стать современным культурным, эстетическим и оздоровительным центром. Для этого нужно сформировать у учащихся чувство ответственности за свою школу, желание изменить её облик к лучшему.

Несколько лет назад строители выкопали яму и засыпали её песком. Но со временем яма стала зарастать травой, т.к. её не укрепили деревянным каркасом, потеряла форму, её края сравнялись с землёй. Это может привести к травматизму во время выполнения прыжка в длину с разбега. Тренировки по прыжкам в длину стало проводить травмоопасно. На школьном стадионе всегда много занимающихся с раннего утра до позднего вечера. Сейчас всё больше ребят после уроков самостоятельно или вместе с родителями активно занимаются спортом. Таким образом, назрела необходимость в реконструкции прыжковой ямы. Кроме того, несколько раз в неделю на стадионе

проводятся тренировки по лёгкой атлетике, поэтому для тренировок нам необходимы шиповки для бега и прыжков в длину.

Цель проекта: Создание благоприятных условий для занятий лёгкой атлетикой учащихся МКОУ СОШ с.Парфеново на уроках физической культуры, внеурочной деятельности и достижение высоких результатов в прыжках в длину с разбега.

Задачи проекта:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Развитие лёгкой атлетики в поселении.
3. Привлечение учащихся к тренировкам по легкой атлетике - прыжки в длину с разбега.
4. Создание базы с необходимым оборудованием для тренировок по лёгкой атлетике.
5. Привитие чувства ответственности и бережливости к спортивному оборудованию

География проекта: Территория Парфёновского поселения.

Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный этап - сбор необходимого строительного материала у местных предпринимателей.
2. Основной этап - разметка прыжковой ямы, подготовка деревянного каркаса, рытьё траншей.
3. Заключительный этап - укрепление грунта, прилегающего к деревянному каркасу, испытания, анализ и оценка результатов проделанной работы. Привезти песок и засыпать яму. Проведение мастер класса по прыжкам в длину для школьников и жителей села. Работа по укреплению материально-технической базы, необходимой для проведения дальнейших тренировок.

Целевая аудитория. Наш проект рассчитан для школьников и молодёжи поселения разных категорий возраста от 7 старше 18 лет. Ежегодно на стадионе занимается - 210 учащихся школы и жители поселения - 30 человек.

Рабочая группа:

Администрация школы
Учитель физической культуры
Спортсмены МКОУ СОШ с.Парфёново

Примерный план реализации проекта:

1.Подготовительный этап

Для реализации учебной программы в разделе «Лёгкая атлетика» учащимся необходимо изучать технику выполнения прыжков в длину с места и с разбега. Но состояние прыжковой ямы не соответствовало требованиям техники безопасности. Основных вариантов для реконструкции было два: ждать выделения средств или модернизировать её своими силами. Далее было принято решение использовать имеющуюся прыжковую яму, укрепить её и дополнить.

Необходимые материалы:

1. Доски
2. Гвозди
3. Лопаты, тяпки, молотки
4. Шиповки

2.Основной этап

- Удаление травы с сектора по прыжкам
- Подготовка периметра ямы: рытьё траншей
- Сборка деревянного каркаса для укрепления
- Установка деревянного каркаса
- Установка деревянной планки перед прыжковой ямой

- Выравнивание поверхностей вокруг ямы для прыжков в длину
- Проверка сделанной работы
- Составление сметы на приобретение спортивных шиповок
- Установление партнерства с И П поселения.

3.Заключительный этап

В результате выполненных работ прыжковая яма приобрела современный вид, отвечающий технике безопасности. Были реализованы основные задачи проекта: пропаганда спорта и здорового образа жизни. Учащиеся МКОУ СОШ с.Парфёново самостоятельно выполнили все работы, связанные с реконструкцией ямы для прыжков в длину. Инструмент был взят в школьных мастерских. По окончании работ учащиеся с удовольствием провели мастер - класс для своих сверстников. Приобретение спортивных шиповок разных размеров, для всех возрастов. Результаты освещены в СМИ.

Описание ресурсов организации (кадровых, материальных, необходимых для эффективной реализации проекта).

В помощи реализации проекта и организации мероприятий помощь будут оказывать администрация школы, спортивный актив школы.

Материальные ресурсы для проведения ремонтных работ и привоз песка на стадионе будут выделены местными предпринимателями.

Ожидаемые результаты

Наша цель привлечь детей к тренировкам по лёгкой атлетике с раннего возраста, участвовать в соревнованиях как районных так и областных. Добиться высоких результатов в лёгкой атлетике. Проведение в системе соревнований разного уровня.

От действия проекта мы ожидаем:

1. Проведение тренировок с молодёжью и незанятыми школьниками в летний период времени
2. Создание благоприятных условий для занятий физкультурой и спортом
3. Развитие у учащихся познавательного интереса, самостоятельности и ответственности.
4. Укрепление материальной и технической базы спортивного объекта – прыжковой ямы (за счет проведенных ремонтных и восстановительных работ, а также приобретения спортивных шиповок)
5. Развитие на селе лёгкой атлетике как одного из активных видов спорта.

Смета расходов проекта:

Статья расходов	Имеющиеся средства (рублей)	Запрашиваемые средства (рублей)	Итого (рублей)
Пиломатериал	2000		2000
Краска (2 банки)	500		500
Шиповки 37		2500	2500
Шиповки 37		2500	2500
Шиповки 38		2500	2500
Шиповки 39		2500	2500
Шиповки 42		3000	3000
Шиповки 42		3000	3000
Шиповки 43		3000	3000
Шиповки 43		3000	3000
Шиповки 45		3000	3000