**Номинация «Авторский проект» - 3 место**

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Крымский федеральный университет имени В. И. Вернадского"**

**Название проекта**

«Доброе утро с Профкомом»

**Цели и задачи**

Основная цель проекта: в веселой яркой игровой форме выработать у молодежи привычку заниматься своим здоровьем в домашних условиях.

Задачи проекта: разработка простой и доступной программы упражнений, которая будет меняться от выпуска к выпуску, съемка видеоматериалов, разработка интересного увлекающего сценария, набор целевой аудитории и взаимодействие с ней.

**Обоснование актуальности**

На сегодняшний день сложилась довольно неоднозначная ситуация в мире в целом. Всемирная организация здоровья трубит о повсеместной гиподинамии и проблемах с лишним весом. Данные проблемы возможно нивелировать поэтапно, но при этом важен систематический подход. Один из способов – выработка полезных привычек у населения. Не все готовы завтра выйти на спортивную площадку или же, как минимум, отправиться ее искать по своему городу, поэтому мы предлагаем цикл передач с упражнениями, которые легко выполнять у себя дома.

Более того, в условиях пандемии многие спортивные учреждения закрыты, а реализовывать свой спортивный потенциал необходимо.

**Основные результаты**

На сегодняшний день снято 6 роликов.

Вышли три «спешла» (к 8 Марта, «мужской» выпуск и выпуск ко Дню охраны труда).

Общий просмотр – более 5000 во всех социальных сетях.

**Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект**

Данный проект планируется снимать посезонно таким образом, чтобы выпускать по понедельникам. При этом в следующем сезоне мы планируем запустить «Месяц йоги». Так как видео доступны на платформе Youtube постоянно, зрители могут смотреть их в удобное для себя время.

**Содержание**

Проект представляет собой серию видеороликов, объединенных в рубрику "Доброе утро с профкомом". Рубрика выходит на Youtube-канале «Проф медиа». В рамках ролика зрителям представляют простые упражнения, которые помогут зарядиться энергией на целый день. Мы специально подбираем комплекс упражнений таким образом, чтобы его было легко выполнить дома, на работе, в общежитии без какого-либо специального оборудования.

Пятиминутные ролики планируется выпускать по понедельникам, а раз в несколько выпусков менять стилистику и тематику (йога, воркаут, гимнастика).

**География, категории и количество участников**

Ролики "Доброе утро с профкомом" только в группе Общероссийского профсоюза образования в социальной сети «Вконтакте» видели более 2700 человек. Суммарно просмотров 6 роликов в разных социальных сетях – более пяти тысяч.

География проекта, благодаря интернету, ограничена только географией распространения русскоязычного населения по планете. В целом, если отследить статистику Youtube, смотрят в основном студенты Республики Крым и г. Москвы.

**Механизм выполнения (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т. д.)**

На данный момент проект реализуют три человека из медиа-команды. Первые выпуски снимались в спортивном клубе «Баргест», который являлся партнером дисконтной программы профсоюзной организации КФУ им. В. И. Вернадского "ПрофкомТут", но за время пандемии он разорился и закрылся. Сейчас ведутся переговоры с другими спортивными учреждениями.

**Ресурсное обеспечение и источники финансирования**

Первичная профсоюзная организация обучающихся КФУ им. В. И. Вернадского, партнерская программа «ПрофкомТут».

**Организационное обеспечение проекта (приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции и т. д.)**

На данный момент приобретены камера Sony Alpha ILCE-6300 Kit, стедикам Zhiyun Crane Plus, микрофон BOYA BY-MM1, радиосистема Saramonic UwMic9. Планируется покупка дополнительного светового оборудования и заказ баннера проекта.

**Сроки реализации**

Первые съемки начались в феврале 2020 года. 23 февраля вышел первый выпуск. В связи с всемирной пандемией съемки приостановились. Ко Дню охраны труда вышел специальный выпуск для тех, кто много времени проводит за компьютером. Проект будет реализовываться на постоянной основе.

**Ссылки**

<https://youtu.be/y4AjslGvKqo>, <https://youtu.be/jqBJl6KFbcg>, <https://youtu.be/I9KwE9UANBc>, <https://youtu.be/llx9Z5RRL4w>, <https://youtu.be/ucgiThdk72s>, <https://youtu.be/mj0vQJu6lrU>;

<https://www.youtube.com/watch?v=y4AjslGvKqo&list=PL5yn64lTkNunFpPHCCU0YioYHcPMF90OO>, <http://profkom.tut.tilda.ws/profmedia>, <http://profkom.tut.tilda.ws/discount>, <https://vk.com/feed?c%5Bq%5D=%23%EF%F0%EE%F4%EA%EE%EC%F2%F3%F2&section=search&w=wall-139155534_6491>

**Специальный приз «Перспектива»** в номинации «Авторские проекты»

**Победитель**

Филонова Елена Александровна

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Оренбургский областной колледж культуры и искусств», Оренбургская область

**Название проекта**

«Зарядка с Боссом»

**Цели и задачи**

Цель: повышение мотивации у педагогов и студентов к совместным занятиям физкультурой и спортом, формирование устойчивого развития ценностей здорового образа жизни.

Задачи:

для педагогов –

* создать информационную базу, направленную на организацию благоприятного психологического климата у воспитанников и родителей в ходе организации и проведения спортивных мероприятий;
* спроектировать модель сотрудничества детского сада и семьи по формированию осознанного, творческого, бережного отношения к здоровью детей с целью повышения его уровня;

для студентов –

* сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье обучающихся;
* формировать мотивацию для занятий спортом, вести активную пропаганду здорового образа жизни как студентам, так и преподавателям;
* повышать двигательную активность с целью сохранения собственного здоровья;
* развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

**Обоснование актуальности**

На современном этапе развития России приоритетными направлениями являются образование и укрепление здоровья населения. Решение проблемы снижения общей заболеваемости возможно при правильной организации воспитательной и оздоровительной работы, проведением мер по профилактике отклонений в состоянии здоровья как подростков, так и педагогов.

В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания подростков является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию их организма, повышению его работоспособности, стойкости и выносливости, приобретению высоких защитных способностей к неблагоприятным факторам внешней среды. Поэтому особую актуальность приобретают поиск и реализация средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях, создание оптимальных условий для гармоничного развития всего коллектива: студентов и педагогов.

Для полноценного физического развития, реализации потребности в движении одним из самых популярных видов физической нагрузки стала физическая зарядка. Сущность использования зарядки заключается в следующем: повышение уровня физической подготовленности и интереса к занятиям физическими упражнениями, целенаправленное развитие двигательных способностей, содействие физическому развитию, укреплению здоровья, профилактике различных заболеваний, формированию физической культуры личности, представлении о здоровом образе жизни.

**Основные результаты**

Основными результатами проекта будут являться:

1. Повышение профессиональной культуры педагогов и студентов колледжа в вопросах здоровьесбережения.

2. Улучшение общего состояния здоровья отдельно взятого человека, а именно:

* улучшение обменных процессов, которые помогают организму регулировать артериальное давление, уровень холестерина и сахара в крови, что снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, ожирения;
* снижение нагрузки на нервную систему, понижение уровня стресса и беспокойства, что, безусловно, положительно сказывается на эффективности любой деятельности;
* отдых для глаз, что особенно актуально при работе за компьютером или с бумагами;
* снижение риска развития болезней позвоночника и профилактика острых болей в области шеи, спины и поясницы;
* улучшение кровообращение и активизация работы внутренних органов;
* избежание потери мышечной и костной ткани, которая происходит с возрастом, если не заниматься тренировками (что особенно актуально для педагогов пожилого возраста).

3. Повышение энергии и работоспособности, человек избавляется от сонливости и вялости.

4. Поддержание хорошей физической формы – даже несложные упражнения физической культурой, если их выполнять регулярно, помогают тонизировать мышцы и поддерживать хорошую форму.

**Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект**

Социальный проект «Зарядка с Боссом» будет иметь продолжение как систематическая работа по физкультурно-оздоровительному направлению со студентами (и педагогами). Активизация работы с преподавательским составом, особенно со старшей возрастной группой, способствует гуманизации самого общества и имеет большое социальное значение.

Данный социальный проект не требует финансовых затрат, поэтому он станет хорошим стартом для регулярной работы в данном направлении и будет иметь долгосрочную перспективу, так как по реализации данного проекта будет подготовлен аналогичный проект на следующий учебный год.

**Содержание**

Все знают, как полезно заниматься физкультурой, делать зарядку по утрам, бывать на воздухе, но как трудно бывает иногда пересилить себя, встать пораньше и сделать несколько упражнений. Педагоги спешат на работу, студенты – на учебу и мало кто находит в себе побудительные стимулы, заставляющие по-иному взглянуть на здоровье и физическое состояние своего организма. А что, если попробовать заниматься всем вместе? Может, тогда будет легче?! Колледж культуры – это уникальное учебное заведение, которое подготавливает всесторонне развитых специалистов, где спорт всегда находится в приоритете. В 2018–2019 гг. педагогический коллектив принял решение проводить совместно с обучающимися физическую зарядку. И ребятам, и педагогам было очень интересно совместно заниматься спортом на свежем воздухе, но начавшийся капитальный ремонт главного учебного корпуса, а затем период пандемии перестроили очный формат в дистанционный и поделили коллектив по группам. А ведь ничто так не сближает педагогов и студентов, как совместные занятия и «живое» общение. Настоящий проект поможет сблизить педагогов и студентов, а самое главное - позволит сложную задачу (воспитание здорового человека) сделать немного проще. Согласно данному проекту, 2 раза в неделю с 08.15 до 08.30 во дворе колледжа будет проводиться физическая зарядка, которую будут по очереди вести директор колледжа и заместители директора. Преподаватели, концертмейстеры, кураторы групп, уборщицы помещений и студенты с 1 по 4 курсы окунутся в приятную атмосферу музыки и спорта. Таким образом, проект «Зарядка с Боссом» направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию как ребят, так и педагогов, определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации, формирует потребности у всего коллектива детей и взрослых в здоровом образе жизни.

**География, категории и количество участников**

География проекта: город Оренбург.

Категории участников: педагогический состав и состав обучающихся.

Количество участников: 16 педагогов и 248 студентов с 1 по 4 курсы.

**Механизм выполнения (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т. д.)**

Управление проектом и контроль за ходом его реализации осуществляет автор проекта – Филонова Е. А.

Заместитель директора по УВР:

* отвечает за реализацию проекта в целом;
* координирует и направляет работу участников проекта (студентов, педагогов, волонтеров);
* координирует работу специалистов учреждения, участвующих в реализации проекта (преподавателя физической культуры, председателей цикловых комиссий, кураторов групп, педагога-психолога);
* участвует в проведении физзарядки (1 раз в неделю).

К реализации проекта привлекаются волонтеры, которые осуществляют мониторинг и оценку эффективности реализации проекта (периодичность проведения контроля – 2 раза в неделю, то есть каждый раз во время проведения зарядки подсчитывают количество участников; составляют письменный и фотоотчет 1 раз в месяц), размещают в коммуникационной сети Интернет данные о ходе реализации проекта.

Заместитель директора по УР:

* изучает документацию, отражающую количественные показатели;
* участвует в проведении физзарядки (1 раз в неделю);
* анализирует мониторинг удовлетворенности получаемыми услугами и качеством реализации данного проекта;
* проводит заседания специалистов, участников реализации проекта.

**Ресурсное обеспечение и источники финансирования**

Данный проект не требует финансовых затрат, так как наше учебное заведение обладает всеми необходимыми ресурсами в полной мере: музыкальной аппаратурой (для музыкального сопровождения), CD-дисками c записью музыкальных композиций. Физкультуру непосредственно проводят педагоги колледжа – директор, заместители директора совместно с преподавателем физической культуры, который разрабатывает комплексы физических упражнений. Территория двора в отличном состоянии, асфальтирована, на случай дождя или низкой температуры воздуха предусмотрено перемещение участников в спортивный или актовый залы (в которых сделан капитальный ремонт). И, так как у нас 3 «босса», ведущих физзарядку, то ее, для лучшего удобства и свободного размещения учебных групп, можно будет проводить в трех местах одновременно. Таким образом, кадровое и техническое обеспечение имеется и не требует финансовых вложений.

**Организационное обеспечение проекта (приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции и т. д.)**

Организационное обеспечение проекта осуществляется путем информирования о ходе проекта в социальных сетях: Viber (группа включает 56 участников-преподавателей), Одноклассники.ru, VK Вконтакте (несколько страниц), Instagram. Приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции для реализации данного проекта не предусмотрено.

**Сроки реализации**

Продолжительность проекта – 11 месяцев.

Начало реализации проекта – 16 сентября 2020 года.

Окончание реализации проекта – 29 июля 2021 года.

**Ссылки**

<https://ok.ru/profile/563902554565/statuses/152038403>

<https://vk.com/id115895416?w=wall115895416_1309%2Fall>

<https://vk.com/oren_okkii?w=wall-16710131_5809>

<https://www.instagram.com/p/CE8pjRcH4dH/?igshid=nvzbxlx6wh6m>