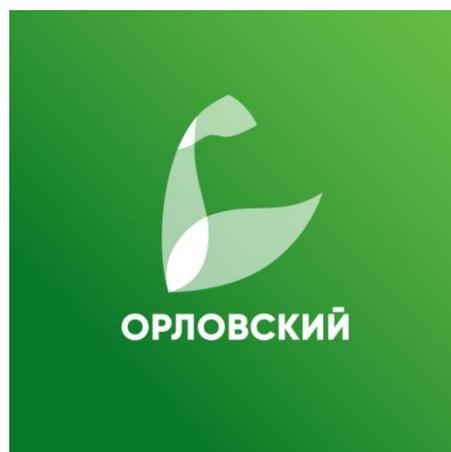


Социальный проект «Зеленый Фитнес»



Наш проект



Еженедельные культурно-спортивные мероприятия
«Зеленого Фитнеса» в самых посещаемых
пространствах поселка Орловский (Парк культуры и
отдыха, центральный стадион ДЮСШ)



Основные направления



- Фитнес-аэробика
- Спортивные танцы
- Спортивные занятия с детьми

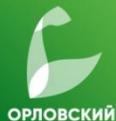




Цель проекта



Цель проекта - пропаганда здорового образа жизни, привлечения детей и взрослых к занятиям физической культурой и спортом на свежем воздухе



Этапы развития проекта

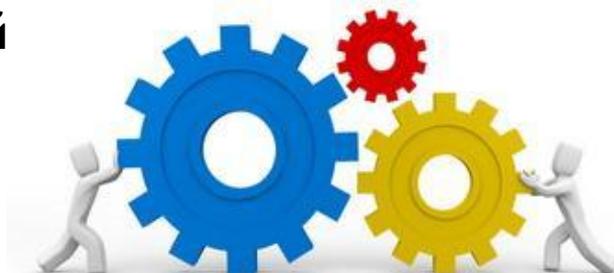
1.

Организация бесплатных массовых занятий по фитнесу и прочим спортивным направлениям – **В СТАДИИ РЕАЛИЗАЦИИ**

**ОСТАЕТСЯ ЕЩЕ
5 значимых мероприятий
15 декабря 2020 года**



2. Создание системы спортивно-культурных мероприятий



4. Масштабирование проекта для занятий в осенне-зимний период



3. Разработка программы мероприятий на сезон 2020-2021 года



ОРЛОВСКИЙ

Задачи проекта



- Увеличение числа людей, занимающихся летними видами спорта
- Пропаганда здорового образа жизни
- Создание системности занятий
- Создание единой системы спортивных мероприятий для лучшей, информатизации жителей поселка и их вовлечения в деятельность проекта
- Вовлечение в занятия детей с особенными возможностями здоровья
- Пропаганда здорового питания



Программа мероприятия



Спортивная программа мероприятия состоит из нескольких частей:

- Регистрация участников на месте проведения мероприятия, выдача фирменного браслета от проекта;
- Разминка в виде подвижных игр;
- Общая спортивная зарядка;
- Основной элемент программы (Неизменяемый) - Фитнес;

Медиа-статистика

- За два сезона 2018-2019 гг., проведено более 50 занятий на свежем воздухе
- В группе «Зеленый фитнес - Орловский» публикуется различная информация о проведении занятий, спортивных мероприятий, участие в торжественных открытиях спортивных соревнований
- 3 фитнес-инструктора
- Участие во всероссийской акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»
- Проведение фестиваля и спортивных соревнований среди детей дошкольного возраста
- Привлечены для занятий учащиеся школы-интерната 8-го вида





Медиа-статистика

В 2018 году к спортивному движению "Зеленый фитнес" присоединился коллектив МБДОУ №1 "Березка" вместе с его воспитанниками. Для проведения занятий приглашена Колмыкова Г. С., которая является фитнес-тренером.



Утренние зарядки в теплое время года заменили занятиями "Зеленый фитнес".

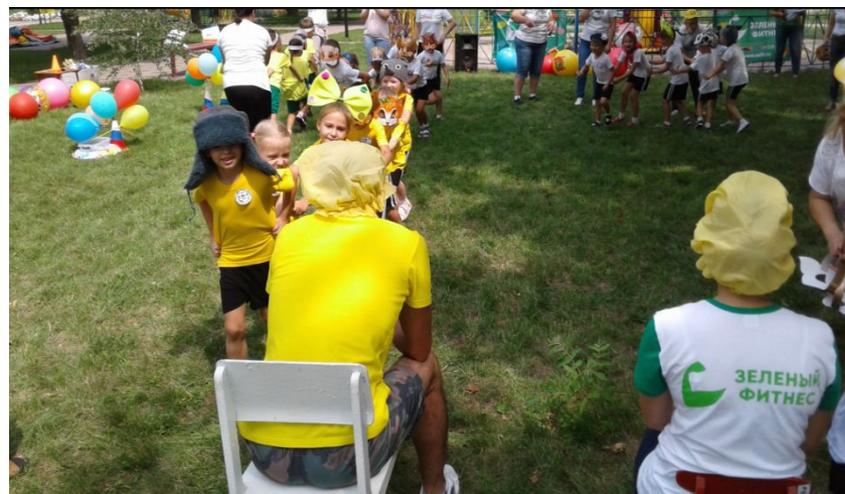


Медиа-статистика



Организованы фестивали «Зеленый фитнес», которые проводятся с целью:

- формирования устойчивых навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста;
- укрепления здоровья детей;
- привлечения детей и взрослых к занятиям физической культурой и спортом на свежем воздухе;
- создание групповой сплоченности, активного сетевого взаимодействия и партнерства дошкольных образовательных организаций п. Орловский



Медиа-статистика

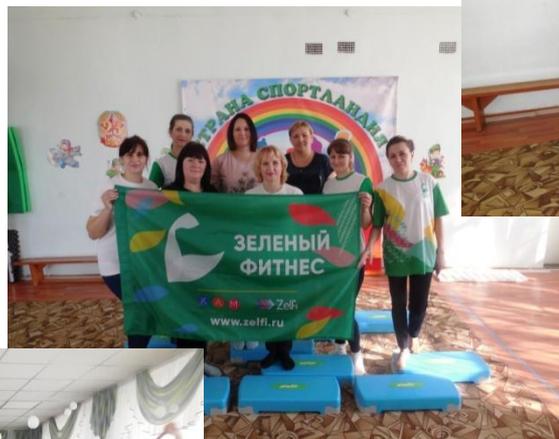
Зеленый фитнес продолжался даже в зимние холода! Проводятся спортивные соревнования "Зеленый фитнес под Новогодней елкой!". Участники спортивных соревнований не только дети, но и их родители.





Медиа-статистика

Для занятий фитнесом в МБДОУ №1 "Березка" создана разнообразная предметно-развивающая среда, появился новый, современный спортивный инвентарь. Проводятся мастер-классы для педагогов других детских садов п. Орловский, для ознакомления с основными мероприятиями, методами и формами работы по направлению проекта "Зеленый фитнес в ДОУ", а также с мероприятиями подготовительного этапа работы по направлению "Дополнительные образовательные услуги "Детский фитнес"



Следующим этапом работы в рамках проекта "Фитнес в детском саду" станут мастер-классы для родителей воспитанников ДОУ, на которых планируется познакомить желающих с основными фитнес-технологиями в детском саду: игровой гимнастикой, степ-аэробикой, фитбол-гимнастикой, стретчингом и др.



Медиа-статистика

Танцевальная группа «Золотая рыбка» под руководством фитнес-тренера Гвоздевой Ю. А., поставила спортивный танец, который стал визитной карточкой на всех спортивных соревнованиях, проводимых в п. Орловский



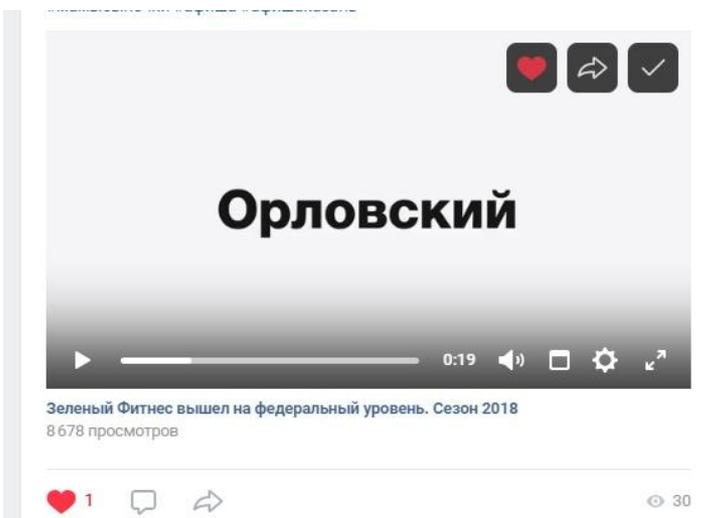
Принимала участие в конкурсе «А ну-ка, девушки»



Медиа-статистика

Приятной новостью стало упоминание нашего поселка Орловский, в общем клипе который подготовили организаторы проекта «Зеленый Фитнес». Просто переполняют эмоции, когда ты видишь, что твою малую Родину упоминают среди городов миллионников!!!

№	Субъект РФ	Город	СООБЩЕСТВО ВК ГОРОДА
1	Иркутская область	Иркутск	https://vk.com/zf_irkutsk
2	Республика Татарстан	Казань	https://vk.com/zf_kzn
3	Республика Татарстан	Альметьевск	https://vk.com/zf_almetj
4	Республика Татарстан	Набережные Челны	https://vk.com/zf_chelny
5	Республика Татарстан	Нижнекамск	https://vk.com/zf_nizhnekamsk
6	Республика Татарстан	Заняск	https://vk.com/zf_zainsk
7	Республика Татарстан	Большая Атия	https://vk.com/zf_bolshaya_atnya
8	Республика Татарстан	Арск	https://vk.com/zf_arsk
9	Республика Татарстан	Чистополь	https://vk.com/zf_chistopolj
10	Республика Татарстан	Агрыз	https://vk.com/zf_agryz
11	Республика Татарстан	Менделеевск	https://vk.com/zf_mendeleevsk
12	Республика Татарстан	Елабуга	https://vk.com/zf_elabuga
13	Республика Татарстан	Зеленодольск	https://vk.com/zf_zelenodolsk
14	Республика Татарстан	Бавлы	https://vk.com/zf_bavly
15	Республика Татарстан	Бугульма	https://vk.com/zf_bugulma
16	Республика Татарстан	Буинск	https://vk.com/zf_buinsk
17	Республика Татарстан	Мензелинск	https://vk.com/zf_menzelinsk
18	Республика Татарстан	Нурлат	https://vk.com/zf_nurlat
19	Республика Татарстан	пгт. Уруссу	https://vk.com/zf_urussu
20	Республика Татарстан	Кукмор	https://vk.com/zf_kukmor
21	Республика Татарстан	Кукмор	https://vk.com/zf_kukmor
22	Республика Татарстан	пгт. Алексеевское	https://vk.com/zf_alexeevskoye
23	Республика Татарстан	пгт. Богатые Сабы	https://vk.com/zf_bogatyesaby
24	Республика Татарстан	Мамалыш	https://vk.com/zf_mamadysh
25	Республика Татарстан	Мамалыш	https://vk.com/zf_mamadysh
26	Республика Татарстан	Лаишево	https://vk.com/zf_laishovo
27	Ростовская область	пос. Орловский	https://vk.com/zf_orlovskiy
28	Самарская область	Чапаевск	https://vk.com/zf_chapaevsk
29	Свердловская область	пгт. Верхнее Дуброво	https://vk.com/zf_vdubrovgo
30	Свердловская область	Нижний Тагил	https://vk.com/zf_ntagil
31	Свердловская область	Верхняя Пышма	https://vk.com/zf_vp
32	Ставропольский край	Ставрополь	https://vk.com/zf_stavropolj
33	Удмуртская Республика	с. Завьялово	https://vk.com/zf_zavyalovo
34	Удмуртская Республика	Кизнер	https://vk.com/zf_kizner
35	Удмуртская Республика	с. Алаши	https://vk.com/zf_alash
36	Удмуртская Республика	Деревня Кварса, Воткинский район	https://vk.com/zf_kvansa
37	Ульяновская область	Ульяновск	https://vk.com/zf_ulyanovsk
38	Чувашская Республика	Шумерля	https://vk.com/zf_shumerlya
39	Ханты-Мансийский АО - Югра	пос. Салым	https://vk.com/zf_salim



Перед началом нового сезона «Зеленый Фитнес» 2019 г. организаторы проекта обеспечили, все участвующие регионы в данном проекте, необходимой документацией, символикой, буклетами, призами, майками, флагами с логотипом «Зеленый Фитнес».

Из всех районов и городов Ростовской области только Орловский район принимает участие в данном проекте.

Выпуск газеты Орловского района
"Степные зори" от 20.07.2018 г.

ФИТНЕС НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

В Орловском районе, на центральном стадионе раз в неделю собираются любители фитнеса и занятий на свежем воздухе. Общероссийская программа «Зелёный фитнес» включает в себя крупные города, включая города-миллионники, и всего два посёлка, Орловский — один из них.

— В марте мы вступили в группу в интернете, которая была посвящена программе «Зелёный фитнес», — рассказывает Е.А. Иваненко, методист по спорту Управления культуры и спорта, организатор проекта «Зелёный фитнес» в Орловском районе. — Получив письмо из Министерства спорта Ростовской области с предложением попробовать включить эту программу в число занятий, мы обратились к организаторам, и они создали для нас страничку в социальной сети «ВКонтакте». Мы стали сотрудничать.

Так в посёлке Орловском появилось движение «Зелёный фитнес». Поначалу группа волонтеров Дома детского творчества раздавала буклеты и знакомила жителей с тем, что такое фитнес на свежем воздухе.

— Во время праздника — открытия площадки «Зелёный фитнес» — нам помогла Ю.А. Пюздева, художественный руководитель детского танцевального коллектива «Золотая рыбка», — рас-

сказывает Елена Анатольевна. — Она же выступила и как ведущая, и как звукооператор. В день открытия всем гостям торжества раздавали сувениры — памятные призы с символикой «Зелёного фитнеса»: браслеты, брелоки, значки. Открывал площадку тренер-инструктор — Е.А. Деткин, преподаватель ДЮСШ, сейчас занятия ведёт Г.С. Колмакова. Спорить с городами нам, конечно же, сложно, — продолжает она, — чего стоят одни только города-миллионники: Ростов-на-Дону, Казань, Москва, Санкт-Петербург, где легче создать массовость. Там люди не так заняты, как в сельской местности, где почти у каждого есть огород, приусадебный участок, требующий ухода. В силу этих причин сельские жители проводят на свежем воздухе гораздо больше времени, чем горожане, и то, что для горожанина экзотика, воздух, природа, об-

щение, для наших земляков — обычное дело. Но группа каждый раз наполняется, и постоянные участники неоднократно высказывали желание, чтобы такие занятия проводились чаще.

В городе, подчёркивает Елена Анатольевна, у спортивной программы есть дополнительная социальная функция — общение с новыми людьми, а в сельской местности все друг друга знают. Но интерес есть! Самой маленькой посетительнице площадки — три годика, а самой взрослой участнице — 68 лет. Каждую субботу с семи часов вечера до половины девятого стадион, тренер-инструктор и дружная компания ждут всех желающих. Занятия будут проходить в течение всего сезона еженедельно до конца октября, пока позволит погода. А следующей весной — новый старт.

Н. КОНДРАТЕНКО.

Участие во Всероссийский конкурсе
«Доброволец России – 2019», номинация Оберегая сердцем

«08» июня 2019 г.
в 19.30 часов на стадионе «Урожай»
бесплатные занятия
«ЗЕЛЕНЫЙ
ФИТНЕС»
Приглашаем всех! Форма одежды спортивная

Управление культуры и спорта
Орловский район

Проект "Зеленый фитнес - Орловский"

Человеческий ресурс



Были вовлечены в процесс организации и проведения мероприятий:

- инструкторы
- фотографы
- ведущие
- журналисты
- волонтеры
- и другие



ОРЛОВСКИЙ

Контакты

Группа ВК: https://vk.com/zf_orlovskiy

Группа в Instagram: [ivanenko3998](#)

Руководитель проекта -

Иваненко Елена **+7 (903) 471 04 84**