



* Августовский фреш

Автор Васильева Виктория Вячеславовна
МОО «Доброволец» МКУ ДО «ЦРТ»
обучающаяся МОУ Коткишевская ООШ, 9 кл.



* Актуальность проекта

* Мои сверстники много времени проводят за компьютерами, планшетами и другими гаджетами. Мало двигаются. По результатам опроса 20 человек из 30 опрошенных отметили у себя признаки быстрой утомляемости, слабой работоспособности. 5 человек испытывали стресс. Я хочу предложить своим сверстникам оторваться от социальных сетей и начать двигаться. Не у каждого хватит силы воли сделать это самостоятельно. Нужно объединить усилия.



* Цель: пропаганда здорового образа жизни и занятий физкультурой

Задачи:

- * -формирование добровольческой команды,
- * -привлечение ярких личностей, авторитетных в молодежной среде для проведения зарядки
- * -Разработка положения конкурсной программы для мотивации участников



* Опыт работы МОО «Доброволец»



* Августовский фреш



* Августовский фреш

Результаты
количественные:

- * Увеличение числа сдающих нормы ГТО,
- * Повышение числа подростков ведущих здоровый образ жизни

Результаты
качественные:

- * Улучшение состояния здоровья,
- * Позитивный жизненный настрой
- * Тренировка силы воли,
- * Расширение круга общения

**Вывод: спорт- это движение, а
движение- это жизнь!!!**