TERVIS-2009

2009.a. rahastustaotluse vorm

1.	Projekti nimetus	Narva Soldino Gümnaasiumi Pulsinädal-2009
2.	Projekti rahastamise taotleja	• Taotleja ees- ja perekonnanimi; Narva Soldino Gümnaasium • institutsiooni registrikood; 75026690 • kontaktandmed (aadress, postiindeks, telefon, faks, E-mail); Tallinna mnt 40, 21006 Narva t.35 63080, faks 35 63080 • pangarekvisiidid; 221013843017 • juriidilise isiku esindaja nimi ja ametikoht. Larissa Degel Narva Soldino Gümnaasiumi direktor
3.	Projekti eesmärk	Kajastab projekti tulemust, st. mida soovitakse saavutada, mis on mõõdetav (eesmärgiks ei saa olla tegevus). Eesmärgis näidata: • **KELLELE** projekt on mõeldud? Согласно «HIV/AIDSi,narkomaania,südame- ja veresoonkonnahaiguste ennetamise riikliku strateegia» и при поддержке Tervise Arengu Instiduut улучшить у учащихся отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих,расширить кругозор учащихся и гимназии в отношении здорового образа жизни ,положительных сторон ведения здорового образа жизни,пропаганда в школьной микросреде активного движения,приобретения знаний по теме «Сердце, пульс, кровеносная система человека, проблемы и предупредительные меры». • **MIDA** soovitakse saavutada? Предполагается,что в результате проекта: 1.в гимназии увеличится количество учащихся ,интересующихся собственным здоровьем и здоровьем окружающих. 2.учащиеся познакомятся с основами ведения здорового образа жизни,положительным влиянием ведения здорового образа жизни на всю последующую жизнь молодого человека. 3.учащиеся гимназии получат новые знания о сердце, пульсе и кровеносном давлении,

		проблемах, связанных с данными органами и системами организма человека и возможностями их решения и предупреждения. 4.Учащиеся получат новые знания о проблемах со здоровьем, связанных с подростковым возрастом 5.Учащиеся гимназии познакомятся с мерами, которые может применять подросток для снятия напряжения и стрессов . 6.Учащиеся познакомятся с целями активного движения. 7.В городе Нарва и Эстонии увеличится количество осведомленных молодых людей, ведущих здоровый образ жизни и пополняющих будущий здоровый человеческий потенциал нашей республики для укрепления благосостояния и дальнейшего развития нашей страны. • **KUI PALJU** (kui suures ulatuses)? 150 учащихся 7-9 классов • **MIS AJAKS?** 24.05.2009.-03.06.2009
4.	Projekti kestvus	Projekti täitmise: algus: 20.05.2009 ja lõpp: 15.06.2009.
5.	Sihtrühm	• Otsesed ja kaudsed sihtrühmad Otsesed sihtrühmad: 1.Narva Soldino Gümnaasiumi õpilased (7.-9. kl.) Kaugsed sihtrühmad: 1.Narva Solsino Gümnaasiumi õpetajad ja personal 2. Narva Solsino Gümnaasiumi õpilaste lastevanemad 3.Narva linna elanikkond 4.Eesti ühiskond • **KELLELE** projekt on suunatud? Проект направлен на молодых людей, возраст 13-15 лет, будущих граждан нашего города и нашей страны с целью укрепления здоровья нации и надежды,что в будущем наши молодые будут более осведомленно и целенаправленно заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих их людей, будут сами здоровые люди и смогут развивать наш город и нашу страну и укреплять их благосостояние . • **KEDA** projekt kaasab? Проект привлекает к участию учащихся основной ступени нашей гимназии, их родителей, учителей, персонал школы, государственные , городские и общественные организации,занимающиеся превентивной работой в отношении укрепления здоровья людей.

		• **KUI** palju osalejaid projekt kaasab? 1.Narva Soldino Gümnaasiumi õpilased-150 inimest 2.Narva Soldino Gümnaasiumi lastevanemad-250 inimest 3.Narva Soldino Gümnaasiumi töötajad-40 inimest • **Projekti vajadus sihtrühmale?** Проект направлен на молодых людей подросткового возраста, у которых практически отсутствуют знания и понимание необходимости заботы о своем здоровье ,ведении здорового образа жизни .Также у очень многих молодых людей полностью отсутствуют знания о проблемах здоровья, связанных именно с подростковым возрастом, что вызывает у молодых стрессы и излишние переживания. В настоящее время скоростной информации и быстрого развития технических средств молодые люди предпочитают проводить все свое свободное время дома ,сидя у телевизоров, компьютеров, и игровых приставок. Сидячий и пассивный образ жизни молодежи приводит к излишнему весу, ожирению, физической слабости организма, понижению иммунитета ,понижению умственных способностей, а также к бесконечному количеству стрессов,и как следствие –болезней.Такая молодежь вряд ли сможет дальше развивать наше общество. Чтобы избежать этого, необходимо дать молодому человеку подросткового возраста знания о проблемах его здоровья в этом возрасте, путях их решения и предупреждения. В первую очередь это касается сердца, пульса и кровеносного давления. Необходимо научить молодого человека в этом возрасте разгружать свой мозг активным движением, знать и понимать цели ведения здорового образа жизни. Учитывая вышеизложенные обстоятельства наш проект очень необходим ,цели его важны и своевременны. Результаты необходимы самим молодым и нашему обществу. Дальнейшее развитие результатов приводит к действительному укреплению здоровья наших молодых и пониманию ими необходимости заботы о своем здоровье.
6.	Projekti taust ja vajalikkuse põhjendus	• Ainult antud projekti puudutav taustainfo (projekti piirkonda, sihtrühma ja olukorda iseloomustavad näitajad) ja probleemi teadvustamine. Областью деятельности данного проекта является приобретение молодыми знаний о проблемах в здоровье, связанных именно с подростковым возрастом, знания по теме «Сердце, пульс,

		кровеносная система человека, проблемы и предупредительные меры» , знания об основах ведения здорового образа жизни ,а также пропаганда в школьной микросреде активного движения для снятия стрессовых ситуаций. Мероприятия, связанные с вышеизложенной тематикой проводились в школе в рамках Недели здоровья и Дней здоровья в 2008 году , но темы проблем здоровья, связанных именно с подростковым возрастом , с сердцем и кровеносным давлением затрагивались лишь частично. В рамках данного проекта в гимназии будет проводиться Неделя пульса, мероприятия которой будут посвящены именно получению знаний учащимися по проблемам здоровья, связанным с подростковым возрастом , с сердцем, пульсом и кровеносным давлением, пропаганде здорового образа жизни, активного движения для снятия стрессовых ситуаций, которая охватит учащихся гимназии 7-9 классов. Почему выбрана данная возрастная группа.Возраст 13-15 лет является самым опасным возрастом в отношении физического и психологического формированияи личности.Молодые этого возраста очень тяжело переносят быстрые изменения в окружающей среде,отрицательно реагируют на различные быстроменяющиеся факторы в своей жизни и в своем здоровье, тем самым «загоняя» себя в стрессовые ситуации и не умеют выходить из данных ситуаций самостоятельно. Отсутствие знаний в этом вопросе только развивает ситуацию в негативном направлении. «Строительство организма» проходит для молодого человека подросткового возраста довольно тяжело и в моральном и физическом отношении, если он не знает ,что именно с ним происходит и как можно предупредить возможные проблемы. Учеными уже доказано, что если в данном возрасте подросток осведомлен о своем организме и возможных проблемах со здоровьем, занимается спортом, ведет активный здоровый образ жизни, использует активное движение как меру для снятия напряжения и стрессовых ситуаций,тогда он менее подвержен стрессам и более устойчив к отрицательному влиянию негативных факторов в окружающем мире.В рамках проектах мероприятия позволят улучшить у учащихся подросткового возраста отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих,получить новые знания о своем организме и здоровье, расширить кругозор учащихся и гимназии в отношении здорового образа

		жизни ,положительных сторон ведения здорового образа жизни. Проблема здоровья для учащихся будет обозначена специалистами с использованием обоснованных аргументов и наглядных примеров. Время проведения мероприятий проекта также выбрано обоснованно с той целью, что на последней неделе учебного года усталость у учащихся накопилась уже до предела, и учащиеся с удовольствием готовы получать новые знания для своих собственных целей в легкой ,доступной и активной учебной среде. • Kui tegemist on jätkuprojektiga, siis eelnenud projektide tulemused. Мы надеемся,что в результате проведения проекта увеличится количество учащихся подросткового возраста, знающих о своем организме и проблемах здоровья намного больше, чем раньше, умеющих объяснять и предупреждать проблемы в своем здоровье, посещающих секции и спортивные организации,в школе будет больше проводиться спортивных мероприятий и мероприятий ,направленных на ведение здорового образа жизни. Учащиеся научатся применять различные меры для снятия напряжения и стрессовых ситуаций,используя знания, полученные в рамках данного проекта.
7.	Tegevuskava	Tegevuskava peab sisaldama järgmisi aspekte: • Tegevuse nimetus 1. Проведение учебной экскурсии для учащихся 7-9 классов в Нарвской больнице с целью посещения кардиологического, терапевтического отделения больницы ,а также других отделений силами специалистов больницы, педагогов гимназии и родителей. В рамках учебной экскурсии для учащихся будет проведена лекция по теме «Сердце, пульс, кровеносная система человека, проблемы и предупредительные меры». 2. Проведение лекции и активного тренинга для учащихся 7-9 классов «Активное движение как мера для снятия напряжения и стрессовых ситуаций, полезность и необходимость» силами специалистов и педагогов школы. 3.День Пульса для учащихся 7-9 классов в школе, организация и проведение мероприятий, связанных с активным движением силами педагогов, учащихся гимназии и родителей. • Tegevuse sisu

		1.Учащиеся 7-9 классов при сопровождении педагогов ,родителей посещают Нарвскую больницу, обязательно кардиологическое и терапевтическое отделение, по возможности и другие отделения больницы с целью познакомиться с деятельностью больницы по направлениям сердечно-сосудистых и других внутренних заболеваний, связанных с ними .Также в рамках экскурсии для учащихся специалистами больницы будет проведена лекция по теме «Сердце, пульс, кровеносная система человека, проблемы и предупредительные меры». 2.Силами специалистов и педагогов в школе будет проведена лекция и активный тренинг для учащихся 7-9 классов по теме «Активное движение как мера для снятия напряжения и стрессовых ситуаций, полезность и необходимость» . 3.В течение одного учебного дня учащиеся вместе с педагогами и родителями участвуют в Дне Пульса, в рамках которого проводятся командная игра в волейбол между учащимися, родителями и педагогами, спортивная эстафета для учащихся. У каждого участника будет измеряться пульс и давление до соревнований и после , и затем согласно снятым показаниям учащиеся и педагоги нарисуют «Кривую здоровья» нашей гимназии. • Ajaline kestvus 1. 3-4 часа 2. 1-2 часа 3. в течение1-го дня • Läbiviijad: 1.Специалисты Нарвской больницы, педагоги гимназии, родители 2.Специалисты-представители Нарвского Спортивного центра, психологи, педагоги школы, родители. 3.Учащиеся старших классов ,педагоги гимназии, родители
8.	Kaasfinantseerijad ja nende osa	Näidata iga kaasfinantseerija • Nimi Narva Soldino Gümnaasium • Registrikood 75026690 • Kontaktandmed Tallinna mnt 40, 21006 Narva t.35 63080, faks 35 63080

		• Kui suures summas finantseeritakse 2008. aastal (originaalne garantiikiri või kinnituskiri lisaks) **1500 krooni**
9.	Oodatavad tulemused	• Mida tahetakse saavutada lähtuvalt eesmärgist. 1.В гимназии увеличилось количество учащихся ,интересующихся собственным здоровьем и здоровьем окружающих. 2.Учащиеся познакомились с основами ведения здорового образа жизни, положительным влиянием ведения здорового образа жизни на всю последующую жизнь молодого человека. 3.Учащиеся гимназии получили новые знания о сердце, пульсе и кровеносном давлении, проблемах, связанных с данными органами и системами организма человека и возможностями их решения. 4.Учащиеся получили новые знания о проблемах со здоровьем, связанных с подростковым возрастом 5.Учащиеся гимназии познакомились с мерами, которые может применять подросток для снятия напряжения и стрессов . 6.Учащиеся познакомились с целями активного движения. 7.В городе Нарва и Эстонии увеличилось количество осведомленных молодых людей, ведущих здоровый образ жизни и пополняющих будущий здоровый человеческий потенциал нашей республики для укрепления благосостояния и дальнейшего развития нашей страны. • Kuidas hinnatakse protsessi mõju sihtrühmale Предполагается, что в результате проведения проекта увеличится количество учащихся подросткового возраста, знающих о своем организме и проблемах здоровья намного больше, чем раньше, умеющих объяснять и предупреждать проблемы в своем здоровье, посещающих секции и спортивные организации, в школе будет больше проводиться спортивных мероприятий и мероприятий ,направленных на ведение здорового образа жизни. Учащиеся научатся применять различные меры для снятия напряжения и стрессовых ситуаций, используя знания, полученные в рамках данного проекта.
10.	Jätkusuutlikus	• Kes finantseerib edaspidi; 1.Целевые программы и фонды

		2.Городской бюджет 3.Спонсоры • Kas on olemas kohaliku omavalitsuse ja maakondliku uimastiennetusnõukogu toetus При развитии решения вышеизложенных проблем предполагается расширить сотрудничество с данной организацией и другими государственными ,городскими и общественными организациями, деятельность которых касается превентивных мер по укреплению здоровья молодых, а также организации, пропагандирующих здоровый образ жизни.
11.	Eelarve	Vt. Lisa 1 projekti eelarve
12.	Eeldused ja riskid	Projekti eesmärke ja tegevust soodustavad (ja vajadusel ka takistavad) tegurid. • Eelnevate projektide juhtimise oskused; 1.Гимназия имеет большой опыт проведения различных проектов.Только за 2006-2008 учебный год гимназия успешно провела несколько как крупнобюджетных так и мелкобюджетных проектов. В гимназии под руководством администрации быстро и активно формируются проектные команды, состоящие из работников гимназии, учащихся и родителей. Учащиеся гимназии и родители активно участвуют в различных проектах и мероприятиях. 2.Гимназия имеет положительный опыт проведения проектов «Неделя здоровья гимназии-2008», «Дни здоровья гимназии-2008», поэтому данная проблема очень интересна нашей гимназии, в рамках нового проекта тема укрепления здоровья молодых, ведения активного образа жизни развита и проводится через новые тематики. • Omandatud teadmised alkoholismi ja narkomaania probleemidest, sh. Nende ennetamisest 1.Пеагоги гимназии приобретают знания по данной тематике на курсах и семинарах. 2.Учащиеся и родители новых знаний по вышеизложенной тематике в системе не получают, соответственно знания в данной области находятся на низком уровне. Поэтому наш проект очень необходим, чтобы активизировать процесс освоения учащимися важных знаний о своем здоровье. • Olemasolev kogemus ning tehnika jms varustus projekti läbiviimiseks

		Опыт проведения крупных мероприятий в гимназии достаточно большой. В гимназии также имеется вся необходимая техника и соответствующие помещения для проведения мероприятий проекта: лекционный зал,оборудованный видеопроектором и компьютером,видеомагнитофон,связь,Интернет ,и т.д.Также у партнеров по проекту –Нарвской больницы и Спортивного центра есть желание с нами сотрудничать и есть необходимые средства для этого.
13.	Taotletav summa	Kaasfinantseerijate poolt katmata summa, mida taotletakse käesoleva rahastustaotluse alusel tegevuseks 2008. aastal. **8 450 krooni**
14.	Projekti maksumus kokku	Projekti eelarve kogumaht 2008. aastal. **9 950 krooni**
15.	Projekti täitjad	• Vastutav täitja (kellega sõlmitakse leping projekti täitmiseks) nimi, füüsilise isiku registrikood, kontaktandmed (aadress, postiindeks, telefon, faks, e-mail) ja pangarekvisiidid. Narva Soldino Gümnaasium -institutsiooni registrikood: 75026690 -kontaktandmed (aadress, postiindeks, telefon, faks, E-mail): Tallinna mnt 40, 21006 Narva t.35 63080, faks 35 63080 -pangarekvisiidid: 221013843017 -juriidilise isiku esindaja nimi ja ametikoht: Larissa Degel Narva Soldino Gümnaasiumi direktor

Taotleja:

Jelena Vassiljeva

/allkiri/

/ees-ja perekonnanimi/

Vastutava asutuse juht:

Larissa Degel

/allkiri/

/ees- ja perekonnanimi/