Паспорт практики

1. Наименование практики

«Движение к долголетию».

2. Наименование территории, на которой данная практика была реализована

Городской округ «Город Лесной» Свердловская область.

3. Предпосылки реализации (описание проблемной ситуации или потребности в развитии, послужившей причиной внедрения практики (не более 0,5 стр.)

Демографическое старение населения – объективная и устойчивая мировая тенденция, которая характерна как для всей нашей страны в целом, так и для города Лесного – в особенности. В городском округе «Город Лесной» проживает более 50 тыс. человек. Из них более 14 тыс. человек – это граждане пожилого возраста, что составляет 29% от общей численности населения города и превышает общероссийский показатель. В Лесном проживает 2 944 инвалида, из них 300 детей.

Уровень и качество жизни пожилых людей и инвалидов значительно ниже, чем у трудоспособной части населения, также у них ограничены возможности для полноценного участия в общественной жизни. В условиях сложившейся ситуации, характеризующейся продолжающимся процессом старения населения и сокращением в обществе доли трудоспособного населения, одним из приоритетных направлений стратегии социально-экономического развития городского округа «Город Лесной является повышение качества жизни граждан, социальная защита пожилых людей, инвалидов, направленная на помощь людям старшего поколения и инвалидам и обеспечивающая им условия, необходимые для поддержания удовлетворительного качества жизни и возможности участия в общественной жизни.

По данным Министерства физической культуры и спорта Свердловской области – доля граждан старшего возраста, систематически занимающихся физкультурой и спортом составляет 16,2%. В городе Лесном прослеживается тренд к увеличению числа жителей города от 3 до 79 лет, занимающихся физической культурой и спортом. Данные опроса показали, что более 60 процентов граждан пожилого возраста и инвалидов нуждаются в мероприятиях, направленных на укрепление здоровья, посредствам занятий спортом и физкультурой. (Опрос проводился среди посетителей муниципального бюджетного учреждения «Спортивной школы олимпийского резерва «Факел» (далее – МБУ «СШОР «Факел»).

В данном направлении могут быть сформированы условия сохранения достойного образа жизни, предусматривающие реализацию мероприятий, в ходе которых должны поддерживаться физическое и духовное здоровье, достигаться удовлетворенность условиями жизни, устанавливаться гармоничные отношения пожилых людей и граждан с ограниченными возможностями здоровья с социальным окружением.

4. Сроки реализации практики

С 2018 года по настоящее время.

5. Показатели социально-экономического развития города, характеризующие положение до внедрения практики (не более 0,5 стр.)

В городском округе «Город Лесной» сложилась стабильная и эффективная система по развитию физической культуры и спорта, которая обеспечивает подготовку высококвалифицированных спортсменов, обеспечивает условия для активного отдыха и занятий физической культурой и спортом. В спортивных школах, расположенных на территории городского округа «Город Лесной», занимаются более 1800 спортсменов. Действует 20 отделений по 20 видам спорта.

Создан и ведет работу на базе МБУ «СШОР «Факел» центр тестирования по оценке выполнения нормативов испытаний комплекса «Готов к труду и обороне», реализующий тестирование населения и проведение мероприятий по пропаганде ВФСК ГТО.

Физкультурно-оздоровительное направление на базе МБУ «СШОР «Факел» развивается с 2018 года. Анализ проведенных мероприятий для граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) выявил их высокую эффективность и результативность и, как следствие, – решение в дальнейшем развивать это направление.

Практика позволяет гражданам пожилого возраста, инвалидам и людям с ОВЗ максимально использовать ресурсы своего организма для улучшения самочувствия, проведения интересного досуга, продления активного долголетия. Участники практики вовлекаются в разнообразную физкультурную деятельность по интересам, убеждаясь в огромных возможностях собственной личности.

6. Цель (цели) и задачи практики

**Цель практики***:* Продление активного долголетия, укрепление физического здоровья граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ОВЗ с помощью проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.

**Задачи практики:**

активизировать участие граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ОВЗ в физкультурно-оздоровительных мероприятиях;

организовать досуг пожилых граждан, направленный на активное долголетие;

привлечь участников мероприятий к подготовке и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – ВФСК ГТО);

расширить представления пожилых людей о возможностях поддержания здорового образа жизни.

7. Возможности, которые позволили реализовать практику

|  |  |
| --- | --- |
| № | Описание возможности |
| 1. | Материально-технические: места проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий соответствуют всем нормам по обеспечению общественного порядка и безопасности участников и зрителей; наличие необходимого спортивного инвентаря |
| 2. | Поддержка социальных партнеров – руководителей предприятий и учреждений, что способствует привлечению к участию в мероприятиях наибольшего количества участников |
| 3. | Программные: реализуется Федеральный проект «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография», государственная программа Свердловской области «Развитие физической культуры и спорта в Свердловской области до 2024 года», муниципальная программа «Развитие физической культуры и спорта в городском округе «Город Лесной» на 2019-2024 годы» |
| 4. | Кадровые: квалифицированные судьи, тренеры и спортивные инструкторы, имеющие судейские категории и опыт проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий |
| 5 . | Финансовые: собственные средства МБУ «СШОР «Факел», средства **общественной организации неработающих пенсионеров** ФГУП «Комбинат «Электрохимприбор», Автономная некоммерческая организация «Центр правовой и социальной поддержки населения городского округа «Город Лесной» |

8. Принципиальные подходы, избранные при разработке и внедрении практики

|  |  |
| --- | --- |
| № | Описание подходов |
| 1 | ***Системный:*** формирование у жителей города потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом и выполнении нормативов ВФСК ГТО |
| 2 | ***Социального партнёрства:*** установление связей с градообразующим предприятием, городскими организациями и учреждениями, волонтерскими организациями |
| 3 | ***Компетентностный:*** привлечение к работе инструкторов, судей, имеющих соответствующее образование, опыт работы и судейские категории |
| 4 | ***Инклюзивный:*** созданы благоприятные условия, позволившие инвалидам и людям с ОВЗ успешно участвовать в физкультурно-оздоровительных мероприятиях |
| 5 | ***Приоритетный:*** использование форм деятельности, актуальных для граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ОВЗ. Возможность выбрать двигательную активность в соответствии с личными предпочтениями и интересами |

9. Результаты практики (что было достигнуто)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Показатель, единица измерения | Значение показателя | |
| за последний год реализации практики | за весь период реализации |
| 1. | Количество тренеров и инструкторов, вовлеченных в подготовку и реализацию практики | 25 человек | 1. человек |
| 2. | Количество проведенных физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий (пожилые лица/лица с ограниченными возможностями) | 251/36 | 753/132 |
| 3. | Количество участников физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий (пожилые лица/лица с ограниченными возможностями) | 700/441 | 2813/1140 |
| 4. | Количество информационных материалов, опубликованных в СМИ о реализации практики | 17 | 85 |

10. Участники внедрения практики и их роль в процессе внедрения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Участник | Описание его роли в реализации практики |
| 1. | МБУ «СШОР «Факел» | Обеспечение ресурсами и реализация практики (проведение мероприятий) |
| 2. | Администрация городского округа «Город Лесной» | Функции и полномочия учредителя муниципального учреждения |
| 3. | Отдел по физической культуре, спорту и социальной политике администрации городского округа «Город Лесной» | Согласование положений о проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.  Осуществление контроля на всем протяжении реализации практики.  Координатор взаимодействия с социальными партнерами практики |
| 4. | **Общественная организация неработающих пенсионеров** ФГУП «Комбинат «Электрохимприбор» | Содействие в организации практики, предоставление подарков для участников мероприятий |
| 5. | Автономная некоммерческая организация «Центр правовой и социальной поддержки населения городского округа «Город Лесной» | Содействие в организации практики, предоставление подарков для участников мероприятий |
| 6. | ГБОУ СО «Школа №1 города Лесного | Содействие в организации и проведении мероприятий практики. Участие в мероприятиях |
| 7. | Тренеры, инструкторы-методисты, спортивные судьи | Разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий.  Оформление спортивных площадок необходимым оборудованием и информационными материалами.  Непосредственное проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.  Осуществление информационной помощи (при необходимости) |
| 8. | Врач | Медицинское сопровождение во время проведения мероприятий |
| 9. | Городские СМИ | Информационное сопровождение практики |
| 10. | Участники спортивных мероприятий | Участие в мероприятиях |

11. Заинтересованные лица, на которых рассчитана практика

|  |  |
| --- | --- |
| Количество граждан, участвующих в реализации практики | Количество граждан, на которых направлен эффект от реализации практики |
| Инструкторы-методисты, тренеры, судьи – 25 человек | 1 141 человек |

12. Краткое описание бизнес-модели реализации практики

|  |
| --- |
| Для реализации практики необходимо наличие определенных механизмов и условий:реализация практики осуществляется в рамках локальных нормативно-правовых актов МБУ «СШОР «Факел»: календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий городского округа «Город Лесной», плана работы по реализации мероприятий на соответствующие годы; наличие финансового обеспечения, включающего средства МБУ «СШОР «Факел», направленные на проведение физкультурно*-*оздоровительных мероприятий. Денежные средства используются на приобретение подарков участникам мероприятий;  материально-техническая база МБУ «СШОР «Факел» для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий;  кадровые ресурсы МБУ «СШОР «Факел» |

13. Краткое описание практики

|  |
| --- |
| Практика представляет собой совокупность мероприятий, направленных на пропаганду ценностей физической культуры, спорта и активного долголетия как важного фактора, способствующего повышению качества и продолжительности жизни горожан.  Перечень мероприятий практики составлен с учетом плана работы МБУ «СШОР «Факел», по согласованию с отделом по физической культуре, спорту и социальной политике администрации городского округа «Город Лесной».  ***Основные физкультурно-оздоровительные мероприятия практики:***  организация и проведение индивидуальных и групповых оздоровительных занятий (несколько раз в неделю с инструктором). Более 80 граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ОВЗ получили возможность разучить и выполнять комплексы физических упражнений;  организация и проведение групповых занятий по оздоровительному плаванию и аквааэробике (несколько раз в неделю с инструктором). Занятия по аквааэробике и оздоровительному плаванию укрепляют здоровье и дарят положительные эмоции от общения. Особенно занятия актуальны в осенне-зимний период времени, когда в целом физическая активность пожилых людей снижена;  проведение занятий в группе скандинавской ходьбы (несколько раз в неделю с инструктором). Участники разучивают технику скандинавской ходьбы. Физические нагрузки умеренного характера благотворно сказываются на состоянии здоровья;  организация и проведение физкультурных мероприятий по видам спорта: пулевая стрельба, шахматы, шашки, дартс. У участников есть возможность выбрать интересующий вид спорта или принять участие во всех видах;  в течение года организуются спортивные праздники для пожилых людей, инвалидов и лиц с ОВЗ (праздник «Золотая осень», праздник, посвященный Международному дню пожилых людей, спортивный праздник, посвященный «Дню инвалидов» среди детей и взрослых). Участники вовлечены в общественно-полезную деятельность, приобщаются к активному образу жизни.  для организации самостоятельных занятий физкультурой работает прокат инвентаря и оборудования, в открытом доступе объекты спорта (стадион, спортивные площадки с уличными тренажерами, лыжная база);  проведение тренировочных занятий по видам спорта: плавание, стрельба из лука, русским шашкам и шахматам для лиц с ОВЗ;  проведение занятия, обучающих здоровому образу жизни;  мероприятия по подготовке к выполнению нормативов комплекса ВФСК «Готов к труду и обороне» среди детей-инвалидов и детей с ОВЗ, а также пожилых граждан |

14. Действия по развертыванию практики (описание перечня мероприятий, которые были предприняты для реализации практики)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Описание мероприятия | Исполнитель |
| 1 | Подготовка и рассмотрение предложений, выработка подходов к организации практики | Руководство МБУ «СШОР «Факел» |
| 2 | Проведение  диагностики участников перед началом реализации практики (измерение антропометрических данных, получение рекомендаций по здоровому образу жизни и занятиям физической культурой) | Врач МБУ «СШОР «Факел» |
| 3 | Разработка программ физкультурно-оздоровительных занятий и праздников | Команда методистов МБУ «СШОР «Факел» |
| 4 | Разработка информационных материалов | Старший инструктор-методист |
| 5 | Привлечение социальных партнеров | Руководство МБУ «СШОР «Факел» |
| 6 | Формирование групп для проведения оздоровительных занятий | Инструктор-методист по спортивно-массовой работе |
| 7 | Проведение занятий и праздников | Инструкторы-методисты по спортивно-массовой работе |
| 8 | Организация учета участников мероприятий | Старший инструктор-методист |
| 9 | Проведение  заключительной диагностики для определения степени эффективности мероприятий практики | Врач МБУ «СШОР «Факел» |
| 10 | Размещение информации о деятельности в СМИ и на веб-сайте МБУ «СШОР «Факел» | Инструктор-методист по спортивно-массовой работе |
| 11 | Подведение итогов эффективности реализации практики | Руководство МБУ «СШОР «Факел» |

15. Нормативно-правовые акты, принятые для обеспечения реализации практики (принятые НПА)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование НПА | Результаты принятия НПА |
| 1 | Календарный план официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий городского округа «Город Лесной» на соответствующие годы (2018, 2019,2020, 2021 и 2022 годы) | Нормативно-правовой документ, содержащий мероприятия практики |
| 2 | Положения о проведении спортивных праздников | Нормативно-правовые документы, определяющие основные цели, задачи, направление деятельности по осуществлению практики |

Измененные НПА

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование НПА | Изменения, внесенные в НПА | Результат внесения изменений |
| 1 | Отсутствуют | - | - |

16. Ресурсы, необходимые для внедрения практики

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Описание ресурса | Для каких целей данный ресурс необходим |
| 1. | Административные | Управленческая деятельность по реализации проекта |
| 2. | Материально-технические | Предоставление спортивных сооружений, соответствующих требованиям; оборудование и инвентарь, необходимый для проведения мероприятий |
| 3. | Финансовые | Оплата работы инструкторов и судей, приобретение подарков участникам физкультурно-оздоровительных мероприятий |
| 4. | Информационные | Информирование о развертывании практики через средства массовой информации, официальный сайт, социальные сети |
| 5. | Интеллектуальные | Методические разработки, авторские методики проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, праздников |
| 6. | Кадровые | Инструкторы-методисты, тренеры, спортивные судьи, медицинский работник |

17. Выгодополучатели (регион, предприниматели, жители...)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Выгодополучатели/группа выгодополучателей | Описание выгод, полученных в результате внедрения практики |
| 1 | Администрация городского округа «Город Лесной» | Увеличение числа жителей города, систематически занимающихся физической культурой и спортом |
| 2 | МБУ «СШОР «Факел» | Увеличение числа жителей города, выполняющих нормативы комплекса «Готов к труду и обороне».  Укрепление взаимодействия с организациями-партнёрами. |
| 3 | Жители городского округа «Город Лесной» (пожилые граждане, инвалиды и лица с ОВЗ) | Формирование новых интересов, позволяющих заполнить досуг, подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО, активизация жизненной позиции граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ОВЗ, вовлечение их в общественную жизнь |

18. Затраты на реализацию практики

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Статья затрат | Объем затрат (руб.) | Источник финансирования |
| 1 | Приобретение подарков участникам спортивных мероприятий | 11 300,00 | Местный бюджет |
| 2 | Оплата работы спортивных судей | 34 800,00 | Местный бюджет |

19. Показатели социально-экономического развития города, характеризующие положение после внедрения практики (не более 0,5 стр.)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Реализация практики позволила организовать на территории городского округа «Город Лесной» активную общественно-полезную деятельность, в которую вовлечены более 1000 граждан, содействовать активизации их жизненной позиции, повышению качества жизни социально уязвимым слоям населения – гражданам пожилого возраста, инвалидам и лицам с ОВЗ.  ***Итоги практики:***  создание условий для сохранения жизненной активности, реализации внутреннего потенциала граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ОВЗ;  увеличение охвата граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц с ОВЗ физкультурно-оздоровительными мероприятиями (в соответствии с календарным планом);   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Год | 2018 | 2019 | 2020\* | 2021 | 2022 (1 полугодие) | | Кол-во чел-к | 150 | 158 | 30 | 441 | 361 |   \* пандемия по COVID-19  расширение возможности использования пожилыми людьми, инвалидами и лицами с ОВЗ спортивных, оздоровительных, объектов города и значит – повышение уровня качества жизни граждан пожилого возраста и инвалидов городского округа «Город Лесной».  увеличение числа жителей города, систематически занимающихся физической культурой и спортом.   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | Год | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 | | Доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, в общей численности населения, % | 36,2 | 44,5 | 47,27 | 49,4 |   увеличение числа жителей города присоединившихся к движению «Готов к труду и обороне», в том числе получивших знаки отличия ВФСК ГТО (2018 году – 138 человек, в 2021 - 202 человека) |

20. Краткая информация о лидере практики / команде проекта (не более 0,5 стр.)

Петалов Сергей Геннадьевич, директор МБУ «СШОР «Факел». Имеет награды: Почётная грамота Губернатора Свердловской области (2002), Почётная грамота Законодательного Собрания Свердловской области (2012), Знак «Отличник физической культуры и спорта» (1999), Звание «Почётный член РФСО «Атом-Спорт» (2000), Знак отличия в труде «Ветеран атомной энергетики и промышленности» (2009), Мастер спорта СССР по тяжёлой атлетике.

Воронов Лев Анатольевич – заместитель директора по спортивно-массовой работе МБУ «СШОР «Факел». Имеет награды: Знак «Отличник физической культуры и спорта», Знак «За заслуги в развитии физической культуры и спорта», Благодарственное письмо Правительства Свердловской области, Почётная грамота Министерства Физической культуры, спорта и молодёжной политики Свердловской области, Почётная грамота Центрального Комитета Российского Профессионального Союза работников атомной энергетики и промышленности, Почётная грамота главы городского округа «Город Лесной».

21. Ссылки на интернет - ресурсы практики (ссылки на официальный сайт практики, группы в социальных сетях и т.п.)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование ресурса | Ссылка на ресурс |
| 1 | Сайт МБУ «СШОР «Факел» | http://сдюсшор-факел.рф |
| 2 | Страница СШОР «Факел» в социальной сети «Вконтакте» | <https://vk.com/fakel_lesnoy> |

22. Список контактов, ответственных за реализацию практики

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Ответственный (ФИО, должность) | Телефон, электронная почта |
| 1 | Петалов Сергей Геннадьевич – директор МБУ «СШОР «Факел» | 8 (34342) 4-21-43,  sdusshor-fakel@yandex.ru |
| 2 | Воронов Лев Анатольевич – заместитель директора по спортивно-массовой работе МБУ «СШОР «Факел» | 8 (34342) 4-24-72,  orgotdelfakel@mail.ru |