



# «Воркаут-площадка (тренажерный комплекс) « Олимп» - центр для занятия физической культурой и спортом учащихся »

Авторы:

Сафтык Ярослав Витальевич

Гусев Кирилл Евгеньевич

Какачия Кристина Автандиловна

Руководитель: Тимофеева Т.Г., учитель проектной  
деятельности , «Почетный работник общего  
образования РФ »



## ЦЕЛЬ

Создание спортивного центра для занятий и физической культурой и спортом обучающихся МОБУ СОШ №53 им. Титова И.С.

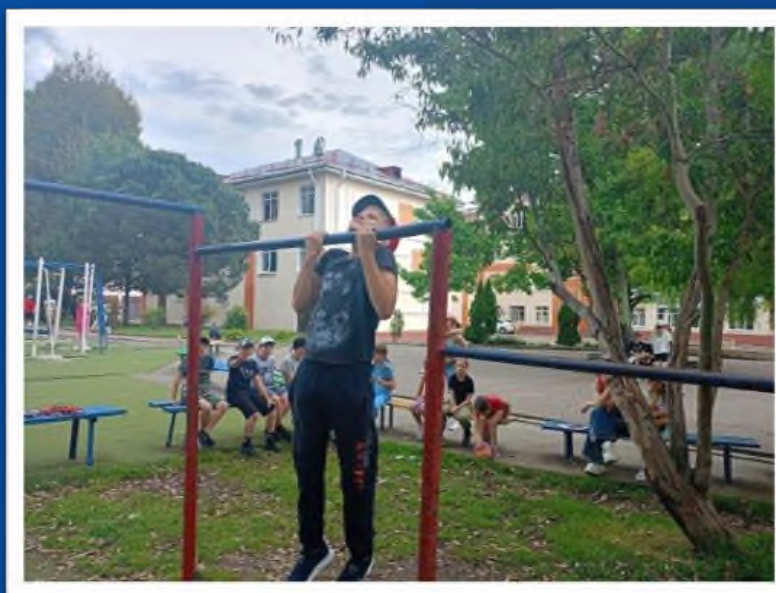
## ЗАДАЧИ



1. Спроектировать и создать локацию для полноценного занятия спортом, всех обучающихся, путем установки уличных тренажеров на территории школы.
2. Проводить пропаганду здорового образа жизни с помощью информационного материала.
3. Организовать семейные спортивные праздники, как средства укрепления семейных ценностей.

# Внеурочная деятельность

Развитие физической подготовки



# Технические характеристики



Место размещения



Воркаут площадка

Функциональная конструкция  
7x11 метров



# ДЕТАЛИЗИРОВАННАЯ СМЕТА РАСХОДОВ ПО ПРОЕКТУ

| №                                   | Статья расходов                                          | Ед. изм. | Кол. | Стоимость единицы, руб. | Общая стоимость,руб. |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------|------|-------------------------|----------------------|
| Раздел 1. Выполнение работ          |                                                          |          |      |                         |                      |
| 1.1                                 | Разработка грунта вручную.                               | 77 м3    | 40   | 1380                    | 55200                |
| 1.2                                 | Устройство подстилающих слоев: гравийных (ПРИМЕНИТЕЛЬНО) | 1 м3     | 40   | 850                     | 3400                 |
| 1.3                                 | Устройство подстилающих слоев: бетонных                  | 1 м3     | 7,7  | 375                     | 28125                |
| 1.4                                 | Искусственное покрытие.                                  | м2       | 80м2 | 1450                    | 116000               |
| 1.5                                 | Песок природный для строительных работ мелкий.           | м3       | 40   | 75                      | 3000                 |
| 1.6                                 | Закладная (крепеж уличной линейки)                       | шт       | 11   | 4300                    | 47300                |
| Раздел 2. Приобретение оборудования |                                                          |          |      |                         |                      |
| 2.1                                 | Уличный тренажер "Степпер"                               | Комп.    | 1    | 61045                   | 61405                |
| 2.2                                 | Уличный тренажер "Вертикальная тяга"                     | Комп.    | 1    | 117045                  | 117045               |
| 2.3                                 | Горизонтальный тренажер "Велотренажер"                   | Комп.    | 1    | 124385                  | 124385               |
| 2.4                                 | Уличный тренажер "Твистер стоя и сидя"                   | Комп.    | 1    | 38615                   | 38615                |



|     |                                          |       |   |       |       |
|-----|------------------------------------------|-------|---|-------|-------|
| 2.5 | Уличный тренажер "Маятник"               | Комп. | 2 | 46900 | 93800 |
| 2.6 | Уличный тренажер "Шаговый детский"       | Комп. | 1 | 56390 | 56390 |
| 2.7 | Уличный тренажер "Лыжный ход"            | Комп. | 1 | 58345 | 58345 |
| 2.8 | Уличный тренажер "Дуэт"                  | Комп. | 1 | 69180 | 69180 |
| 2.9 | Скамья "Элегант"                         | Комп. | 3 | 5700  | 17100 |
| 3.0 | Урна металлическая опрокидывающаяся(шт.) | Шт.   | 2 | 1900  | 3800  |

### Раздел 3 . Прочие расходы

|                 |                                                                                         |         |      |       |         |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------|------|-------|---------|
| 3.1             | Погрузочные работы при автомобильных перевозках: металлических конструкций массой до 1т | 1т груз | 0,63 | 10000 | 6300    |
| 3.2             | Разгрузочные работы при автомобильных перевозках: металлических конструкций до 1т       | 1т груз | 0,63 | 10000 | 6300    |
| Итоги по смете: |                                                                                         |         |      |       | 935 930 |





## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА

- Количественные показатели:
- Наличие локации для занятия физической культурой и спортом с бесплатным комплексом, для занятий физической культурой и спортом на свежем воздухе;
- Внедрение образовательно-досуговых, конкурсno-игровых программ, спортивных мероприятий, направленных на здоровый образ жизни;
- S Не менее 10 волонтеров (старшеклассники) будут привлечены для работы на спортивном комплексе;
- Не менее 3 тренеров будут привлечены к работе на спортивном комплексе.

Качественные показатели:

Повышение интереса к занятиям физической культурой и спортом;

Увеличение количества детей, которые сами могут провести и организовать спортивный отдых;

Приобретение уникального опыта использования услуг волонтеров в работе с детьми на спортивном комплексе;

Сокращение дисциплинарных нарушений обучающимися на переменах.

Увеличение количества желающих поступить в учебные заведения спортивной направленности;



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе работы над данным проектом были изучены различные источники информации по 3D-конструированию, по составлению проектно-сметной документации. Технологичность и надежность.

Построенная спортивная площадка привлечет участников для занятий оздоровительной физкультурой и спортом. Опираясь на данные опроса и результаты голосования, можно сделать вывод, что данная тема действительно актуальна для изучения, поскольку Плюсы уличных тренажёров:

- занятия проходят на свежем воздухе;
- заниматься можно всей семьей;
- можно самим выбирать время для занятий. Уличные тренажёры отлично подойдут для всех возрастных групп, для людей с дополнительными требованиями, для пожилых и для обычных людей, желающих жить в гармонии со своим телом.