

Projektų, finansuojamų Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis, konkursų organizavimo ir šių projektų finansavimo sutarčių sudarymo ir vykdymo tvarkos aprašo
11 priedas

PROJEKTO SANTRAUKA

Projekto pavadinimas	Sveikatą stiprinantis fizinis aktyvumas
Projekto vykdytojas	VšĮ Auksinė Ginsvė
Projekto įgyvendinimo laikotarpis	12 mėn.
Fondo lėšomis finansuojama suma	39 315,00
Pareiškėjo ir (arba) jo partnerio (-ių) indėlio suma	2 800,00
Projekto santrauka:	
Projekto tikslas	Formuoti Klaipėdos m. gyventojų pozityvius sveikos gyvensenos ir fizinio aktyvumo įgūdžius bei didinti Klaipėdos m. gyventojų sveikatos raštingumo lygį ir domėjimąsi sveika gyvensena pasitelkiant aktyvias edukacines veiklas
Tikslinės grupės	<ul style="list-style-type: none"> • Vaikai ir jaunimas; • Darbingo amžiaus gyventojai; • Senjorai.
Numatomos vykdyti veiklos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Taisyklingos laikysenos ugdymo, fizinio pasirengimo treniruotės salėje vaikams. 2. Judriųjų pertraukų organizavimas Klaipėdos m. bendrojo lavinimo mokyklose 3. Grupinės sveikatą stiprinančios treniruotės salėje ir gamtoje; darbingo amžiaus žmonėms 4. Sveikatą stiprinančios sveikatingumo mankštos senjorams. 5. Fizinio aktyvumo renginiai šeimoms gamtoje 6. 12 paskaitų ciklas sveikatingumo temomis. 7. Interaktyvios provokacijos miestiečių lankymosi vietose
Projekto įgyvendinimo rezultatų vertinimas (kaip numatoma vertinti įvykdytų veiklų efektyvumą)	<p>Dalyvių progreso ir projekto rezultatų vertinimas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prieš kiekvieną veiklą dalyviai bus kviečiami pasirašyti dalyvių sąrašą tam, jog būtų stebimas dalyvių lanknumas ir aktyvumas. • Dalyvių fizinis aktyvumas bus matuojamas atliekant testavimus su išgytu segmentinio kūno kompozicijos analizatoriumi. Testavimas bus atliekamas dalyviams pradėjus treniruotių lankymą (pirmą treniruotės dieną) ir

- praėjus visą treniruočių ciklą (paskutinę treniruočių dieną). Šia stebėsena siekiama įvertinti fizinio aktyvumo gerėjimą įvertinant svorio, kūno riebalų kiekio, kūno skysčių kiekio, raumenų masės, bazinės medžiagų apykaitos parametrus.
- Pasielkiant išmaniųjų technologijų pagalbą ir matuojant širdies ritmą, energijos kiekį, padarytų žingsnių kiekį bus stebimas individualus kiekvieno dalyvio fizinio aktyvumo progresas (kiekvienos treniruotės metu).
 - Sukurta 12 vaizdo įrašų/paskaitos. Įrašai bus prieinami internete (YouTube ir Facebook paskyrose) ir projektui pasibaigus. Pasielktos, sudominotos auditorijos dydis vertinamas remiantis peržiūrų, pasidalinimų, klausimų ir komentarų skaičiumi.

Organizacijos vertinimas ir tobulėjimo užtikrinimas

- Siekiant gerinti organizacijos veiklą, projekto pabaigoje dalyvis gaus projekto įvertinimo anketą, kurioje bus prašoma įvertinti organizuotas veiklas, treniruotes, fizinio aktyvumo elgsenos pokyčius, pateikiant rekomendacijas organizacijos veiklos (treniruočių) tobulinimui.

Santrauką parengęs asmuo

DAIVA PALUBINSKAITE

(vardas, pavardė)

(parašas)

Projekto vadovas

DAIVA PALUBINSKAITE

(vardas, pavardė)

(parašas)