

Sporto inventoriaus ir įrangos įsigijimas

(Fondo lėšomis remiama veiklos sritis)

2. PROJEKTO APRAŠYMAS

2.1. Projekto pavadinimas

Sporto inventoriaus ir įrangos įsigijimas

2.2. Projekto įgyvendinimo laikotarpis

2017.01.09 - 2017.12.31

2.3. Projekto tikslas

Šio projekto tikslas – padidinti Lietuvos ir užsienio studentų fizinį aktyvumą, sukuriant kokybišką laisvalaikio praleidimą.

2.4. Projekto uždaviniai

1. Atnaujinti inventorių;
2. Padidinti studentų fizinį aktyvumą per naujų sportinių veiklų įtraukimą.
3. Užtikrinti saugų laisvalaikio ir sporto inventoriaus naudojimą.

2.5. Trumpas projekto esmės aprašymas

Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) Europos regiono būstinė jaunimui rekomenduoja sveikatą stiprinti dalyvaujant vidutinio intensyvumo fizinėje veikloje ne mažiau kaip 60 minučių kasdien. Šio krūvio minimumas – du kartai per savaitę – turi padėti padidinti ar palaikyti raumenų jėgą ir tonusą, stuburo ir sąnarių lankstumą, tinkamą kaulų tankį (I.Klizienė, 2016).

Tačiau reikia pastebėti, kad fiziniam aktyvumui vystyti reikalingas saugus ir pilnavertis inventorių. Pastebėta, kad jaunimo fizinis aktyvumas labai priklauso nuo sporto inventoriaus būklės, naujų užsiėmimų pasiūlos. Dienos bėgyje visa fizinė veikla gali būti padalyta į trumpesnius periodus ir turėtų būti kuo visapusiškesnė, įvairesnė. Universitetas praktikoja sveikatinimo užsiėmimus atvirose ir uždaroje studentų miestelio prieigose, kuomet gali ir dalyvauja užsiėmimuose ne tik šio universiteto studentai, bet ir kitų universitetų studentai, rėmėjai bei jų darbuotojai, savanoriai, praktikantai, moksleiviai bei miesto bendruomenė ir sporto rinkinių atstovai.

2.6. Tikslinė projekto grupė ir projekto dalyviai

Kauno miesto bendruomenės nariai (18-65 m.), studentai (18-26 m.), rinkinių sportininkai (18 - 28 m.), moksleiviai (15-18 m.), savanoriai (18-65 m.), rėmėjai (30 - 65). Auditorijos dydis skaičiais: studentų - 1300 (sportuojančių), studentų - 8676 (nesportuojančių), sportininkų - 300, moksleivių - 400, bendruomenės - 2000, praktikantai - 30, savanoriai - 35, rėmėjai ir jų darbuotojai - 500. Viso: 13241. Vykdytojai - 24 KTU sporto centro rinkinių ir laisvalaikio sporto ir sveikatingumo treneriai, savanoriai bei praktikantai. Dalyvių geografija pasiskirsčiusi taip: Kauno apskritis - 47 proc.; Klaipėdos apskritis - 8 proc.; Šiaulių apskr. - 9 proc.; Marijampolės ir Panevėžio - po 7 proc.; Vilniaus apskr. - 6 proc.; Tauragės ir Telšių apskr. - po 5 proc.; Utenos apskr. - 2 proc.; Užsienio studentai - 4 proc.

2.7. Laukiami rezultatai ir nauda įgyvendinus projektą

Nustatyta, kad 60 min. vidutinio intensyvumo fizinė veikla sumažina tikimybę sirgti širdies ir kraujagyslių ligomis, o reguliarius fizinis aktyvumas gali padėti palaikyti reikiamą kūno svorį (be dietos) ar net sumažinti nutukimą (I.Klizienė, 2016), kas yra viena didžiausių problemų šiuolaikinės visuomenės tarpe. Fizinio aktyvumo skatinimas, saugios ir modernios aplinkos užtikrinimas, susirgimų prevencija, streso mažinimas (ypač sesijų metu), regeneracija, socializacijos skatinimas, komunikacinių gebėjimų vystymas, gyvenimo kokybės gerinimas.

2.8. Projekto tęstinumas

Universitetas yra orientuotas į sporto ir laisvalaikio dalyvių masiškumą, aukštos kokybės sportininkų rengimą, tikslu vykdyti šalies ir sporto strategiją. Inventorių bus naudojamas kokybiško sporto ir laisvalaikio užsiėmimų užtikrinimui iki jam nusidėvint.

Viso projekto suma (Eur): 13 522,00

Prašoma iš fondo suma (Eur): 13 522,00