|  |
| --- |
| Projekti nimetus (elluviimiseks pakutava objekti oma) \*  Liikuma kutsuva ala loomine Slaavi põhikooli õuealale |
| Projekti esitava juriidilise isiku nimetus (näiteks, MTÜ)  Kohtla-Järve Slaavi Põhikool |
| Projektiautori ees- ja perekonnanimi (või juriidilise isiku esindaja ees- ja perekonnanimi) \*  Alesja Rajanok |
| E-posti aadress \*  --------------------- |
| Objekti sihtrühm \*  Kohtla-Järve elanikud, külalised, Järve linnaosa hariduslinnaku pered. |
| Objekti eesmärk ja olulisus, millise probleemi lahendab või millise uue võimaluse avab \*  Slaavi põhikool on üks osa hariduslinnakust Kohtla-Järvel, kus õpib rohkem kui 400 õpilast. Kooli hoov on täielikult amortiseerunud ja samuti puuduvad kooliümbruses liikumisvõimalused kooliealistele lastele, kooli ja gümnaasiumi õpilastele. Tunneb kool ka ruumipuuduse nii vahetundides kui õppetöös, eriti kehalise kasvatuse tundides.  Slaavi põhikool on liitunud tervist edendavate koolide võrgustikuga ning on liikuma kutsuv kool. Koolipere võitis eelmisel õppeaastal koolis sisse viidud liikumisega seotud tegevusi väga hästi vastu (sh liikumispäevad koolitöötajatele).  Koolis tehtud arenguvestlustest ja rahuolu küsitlustest selgub, et eriti töötajat tunnevad puudust liikumist pakutud tegevusest värskes õhus. Puuduseks toodi väheseid tegevusvõimalusi korraga suurele hulgale õpilastele eriti kehalise kasvatuse tundides.  Selleks et võimaldada õpilastele paremaid tingimusi füüsiliseks aktiivsuseks õppepäeva jooksul ja kogu piirkonna elanikele koolivälisel ajal, kavandame koolile liikuma kutsuvat õueala, mis arvestab erinevas vanuseastmes koolinoorte huvide ja vajadustega.  Kuna ala läheduses asub gümnaasium ja suured elumajad, pakub see võimalusi aega veeta ka erinevas vanuses inimestel.  Et värskes õhus treeningutele hoogu juurde anda, on soov arendada välja välijõusaali, mis koosnevad mõlemad street workout ning reguleeritavate raskustega jõuseadme test.  **Eesmärk**:   * Arendada ja toetada spordi- ja liikumisharrastust ning tervislikke eluviiside propageerimine elanikkonna hulgas. Tekitada huvi professionaalse spordi vastu. * "Street workout" valikkursused pakuvad võimalust süvendada teadmisi ja oskusi ning arendada nende kehalisi võimeid. * Suurendada elanikkonna teadmisi tervise spordi ja liikumisharrastuse valdkonnas (k.a. ohutu sportimine, rõivastuse ja jalanõude valimine erinevateks tegevusteks, oma terviseseisundi hindamine ja selle järgi sportimise liiki valimine). * Näidata elanikkonna võimalusi vabas õhus sportimiseks.   Trenni tegemine aitab eelkõige hoida meid tervena, sealhulgas hoiab ära mitmeid kroonilisi probleeme ja südamehaigusi. Aktiivne liikumine on haiguste suurim vaenlane, kuna terviseprobleemid saavad sageli alguse kehas olevast põletikust. Trenni tegemine alandab ning aitab põletikke tekkimist ära hoida, mis omakorda mängib suurt rolli just haiguste ennetamisel.  Trenni tegemine aitab kehas vähendada stressihormoone. Seega on stressirohketel perioodidel oluline liikuda ja olla aktiivne, et kortisooli teket hoida võimalikult madalana. |
| Projekti teostamise hinnanguline maksumus, võimalusel ka eelarve \*  <https://unaflor.ee/>  Unaflor OÜ   1. Trenazöör 2-kohaline Kood: FI-001+FI-009 - 3 000,00 2. Trenazöör 2-kohaline Kood: FI-002+FI-013 - 3 500,00 3. Trenazöör 2-kohaline Kood: FI-004+FI-014 - 2 600,00 4. STREET WORKOUT SET Kood: SW-006 - 5 000,00 5. Keerdpoom - Kood: MA-010 - 1 500,00 6. Poom vedrudel Kood: SZ-016 1000,00 7. Valatav katend EPDM kummimultšist 440m2 - 38 400,00   **KOKKU: 55 000,00 eurot** |
| Eeldatava objekti asukoht, maaüksuse aadress  Pärna 49, 30326 Kohtla-Järve |

\* - kohustuslikud lahtrid

Vajadusel lisage mõni dokument juurde, näiteks, linnaosa kaart koos plaanitava objekti asukoha tähistamisega (eriti juhul, kui Te ei tea ning ei viita maaüksuse või lähimate ehitiste aadressile, või maaüksuse katastritunnusele, kus Te näete teie objekt täide viidud on).

Tasub lisada ka hinnapakkumiste väljatrükid või projekti realiseerimise käigus vajaminevate kaupade ja teenuste hindadele viited internetis.

Lisainfo:

