

**Информация о разработке гуманитарного проекта
«Здоровые дети – будущее планеты»
государственного учреждения образования «Гимназия №15 г.Минска»**

Название гуманитарного проекта	Место реализации проекта		Номер задачи, решаемой в рамках проекта	Срок реализации проекта (годы)	Сведения об организациях, реализующих проект		Иностраный донор		Общая сумма финансирования (в долл. США)	В том числе:		
	область	город			Наименование организации-получателя, УНП	Наименование организации-исполнителя, структурного подразделения исполнительного и распорядительного органа	Наименование организации, участвующей в финансировании проекта	Страна		Финансирование за счет иностранных средств (в валюте поступления)	Софинансирование	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Создание Центра здоровья «Здоровые дети – будущее планеты»	-	Минск		01.01.2022 – 31.12.2022	Государственное учреждение образования «Гимназия № 15 г.Минска», УНП 100683639	-			20 000 долларов США	18 000 долларов США	Внебюджетные средства учреждения	5 000 белорусских рублей

Государственное учреждение образования «Гимназия № 15 г.Минска»

Гуманитарный проект

Создание Центра здоровья «Здоровые дети – будущее планеты»

Авторы:

Власенко Эллада Григорьевна, директор
государственного учреждения

образования «Гимназия № 15 г.Минска»

+375296033966

+37517397114

Ченкус Екатерина Евгеньевна,

заместитель директора по

воспитательной работе государственного
учреждения образования

«Гимназия № 15 г.Минска»

+375296866807

+375173974729

gymn15@minsk.edu.by

Минск, 2021

Краткое описание гуманитарного проекта

Гуманитарный проект «Создание Центра здоровья «Здоровые дети – будущее планеты»

Авторы:

Власенко Эллада Григорьевна, директор государственного учреждения образования «Гимназия № 15 г.Минска», +375296033966, ehllada@yandex.ru

Ченкус Екатерина Евгеньевна, заместитель директора по воспитательной работе государственного учреждения образования «Гимназия № 15 г.Минска», +375296866807, gymn15@minsk.edu.by

Проект направлен на формирование здорового образа жизни учащихся, профилактику заболеваний, в том числе психических и covid-19. **Проектом предусмотрено создание центра здоровья**, проведение профилактических и реабилитационных мероприятий: физиотерапия, направленная на улучшение состояния, улучшение защитных свойств организма, реабилитация после болезни; гимнастика дыхательная, двигательная, йога; проведение обучающих семинаров для педагогов по работе с учащимися, лекториев для родителей учащихся, мастер-классов для педагогов по обучению работы с учащимися. В результате проекта снизится уровень заболеваемости учащихся в период сезонных вирусов, снизится процент болеющих детей, детей с заболеваниями зрения, опорно-двигательного аппарата, повысится уровень учащихся, стремящихся к здоровому образу жизни.

Актуальным является разрешение противоречия между необходимостью повышения уровня психического и психологического здоровья детей и ухудшением экологической и эпидемиологической ситуации в мире. Формирование в сознании обучающихся позитивного отношения к своему физическому, умственному, эмоциональному, социальному здоровью является важной задачей современной школы.

Суть проекта

Создание в учреждении образования Центра здоровья, который поможет улучшить ситуацию по профилактике заболеваемости среди учащихся и скорейшему выздоровлению после болезни. В связи с тем, что учащиеся гимназии проживают в разных районах города и за его пределами, они больше подвержены заболеваниям, связанным с вирусами. Также загруженность учащихся во время учебного года (учебные и дополнительные занятия) влияет на состояние иммунитета ребенка. В последние годы в связи с эпидемиологической ситуацией в мире профилактика заболеваний становится все более актуальной. В рамках проекта предлагаем создать такой центр здоровья, в котором ребенок мог бы пройти профилактические процедуры или получить физиотерапевтические процедуры, позволяющие, не выходя из учреждения, укрепить здоровье и снизить процент болеющих детей, тем самым укрепить общий иммунитет детей гимназии. Центр здоровья в гимназии сэкономит время родителей и детей, разгрузит детские поликлиники, позволит привлечь внимание всех заинтересованных к своему здоровью, обеспечит занятость ребенка в свободное время.

Центр здоровья будет иметь структуру:

1. Физиотерапия. Проведение физиотерапии для детей — один из методов лечения и профилактики детских заболеваний различной локализации, основанный на физическом, химическом и биологическом воздействии на организм, применяемый:

как дополнительная мера к основной терапии,

как способ восстановления и реабилитации после болезни,

для профилактики обострений и укрепления организма.

1.1. Ароматерапия. Масла оказывают губительное действие на вирусы, подавляют развитие микробов и снимают воспаление. Помимо этого, они

снижают уровень стресса в организме и нормализуют сон, улучшают психическое состояние человека, укрепляют иммунитет.

1.2. Магнитотерапия. Обладает противовоспалительным, лимфодренажным, сосудорасширяющим, обезболивающим действиями.

1.3. Кислородный коктейль. Это одновременное насыщение кислородом, витаминами и фитоеlementами, содержащимися в основе напитка. При курсовом употреблении (не менее 10 дней – по 1 коктейлю в день), он оказывает выраженное лечебное воздействие на весь организм. Эффективен кислородный коктейль при хронической усталости, снижении работоспособности, бессоннице, частых простудных заболеваниях и хронических болезнях.

1.4. Ингаляция. Метод лечения верхних и нижних дыхательных путей (легких, бронхов), позволяет эффективно лечить ОРВИ и их осложнения, риниты, синуситы, тонзиллиты, бронхиальную астму и многие другие заболевания.

2. Лечебная гимнастика (дыхательная гимнастика, йога).

2.1. Лечебная физкультура оказывает общее положительное воздействие на организм человека. Регулярные упражнения приводят к следующим эффектам:

тонизирующий – стимуляция биохимических и обменных процессов, работы вегетативной нервной системы, восстановления и обновления клеток;

трофический – улучшение кровоснабжения и питания тканей, внутренних органов и суставов, профилактика ишемии органов;

компенсаторный – организм формирует механизмы компенсации при заболеваниях сердца и сосудов, важных суставов и позвоночного столба, что позволяет им нормально функционировать и оказывает профилактику дальнейшего развития патологий.

2.2. Йога. Детская йога развивает усидчивость и умение концентрировать внимание, способствует развитию эмоционального равновесия. Детская йога гармонизирует физическое и душевное состояние ребенка. Постоянные занятия дают видимый эффект: у ребенка выпрямляется спина, он реже простужается, часто наступает улучшение у детей, страдающих астмой или аллергией. Ребенок становится менее обидчив и капризен, меняя эти качества на спокойствие, уверенность в себе и творческое развитие.

3. Фитобар. Травяные смеси не содержат кофеина, мягко воздействуют на человеческий организм. Фиточаи имеют довольно широкий спектр воздействия.

4. Профилактика. Лектории, вебинары, семинары, работа психолога.

Целевое назначение проекта

1. Создание **Центра здоровья** в учреждении образования.
2. Создание комплекса мер по профилактике заболеваемости, реабилитации после болезни среди учащихся.
3. Популяризация здорового образа жизни и повышение уровня культуры здорового образа жизни среди обучающихся, педагогов и родителей.

Целевая группа

Учащиеся гимназии (1000 человек), педагоги и работники (120 человек), родители учащихся (1700 человек).

Период реализации гуманитарного проекта – 01.01.2022 – 31.12.2022

Установленный объем финансирования и бюджета проекта – 20 000 долларов США, в том числе 2 000 долларов США (5 000 белорусских рублей внебюджетных средств гимназии)

Поступление иностранной безвозмездной помощи в период реализации проекта – 3 этапа

Перечень планируемых мер, направленных на решение социально значимых задач

1. Создание Центра здоровья.
2. Закупка оборудования (для ароматерапии, ингаляций, кислородных коктейлей, фиточая, магнитотерапии), укрепление материально-технической базы.
3. Подбор медицинского персонала.
4. Мастер-классы для педагогов.
5. Обучающие семинары «Мое здоровье – мое будущее».
6. Подготовка и проведение Дней здоровья.
7. Вебинары «Профилактика COVID-19», «Профилактика заболеваний ОРВИ», «Здоровое питание» и др.
8. Лектории для родителей «Вырастить здорового ребенка: вопросы и ответы».
9. Проведение мероприятий «Папа, мама, я – здоровая семья».
10. Профилактика заболеваний и реабилитация после болезни (использование оборудования).

Ожидаемые результаты гуманитарного проекта:

1. Оздоровление учащихся в условиях учебного заведения и учебного года
2. Укрепление материально-технической базы гимназии
3. Социальный эффект: уменьшение количества заболевших учащихся, снижения уровня больничных листов родителей в связи с болезнью ребенка, увеличение количества здоровых детей, уменьшение загруженности поликлиник, улучшение состояния здоровья детей и будущего поколения.
4. Популяризация здорового образа жизни.

География проекта

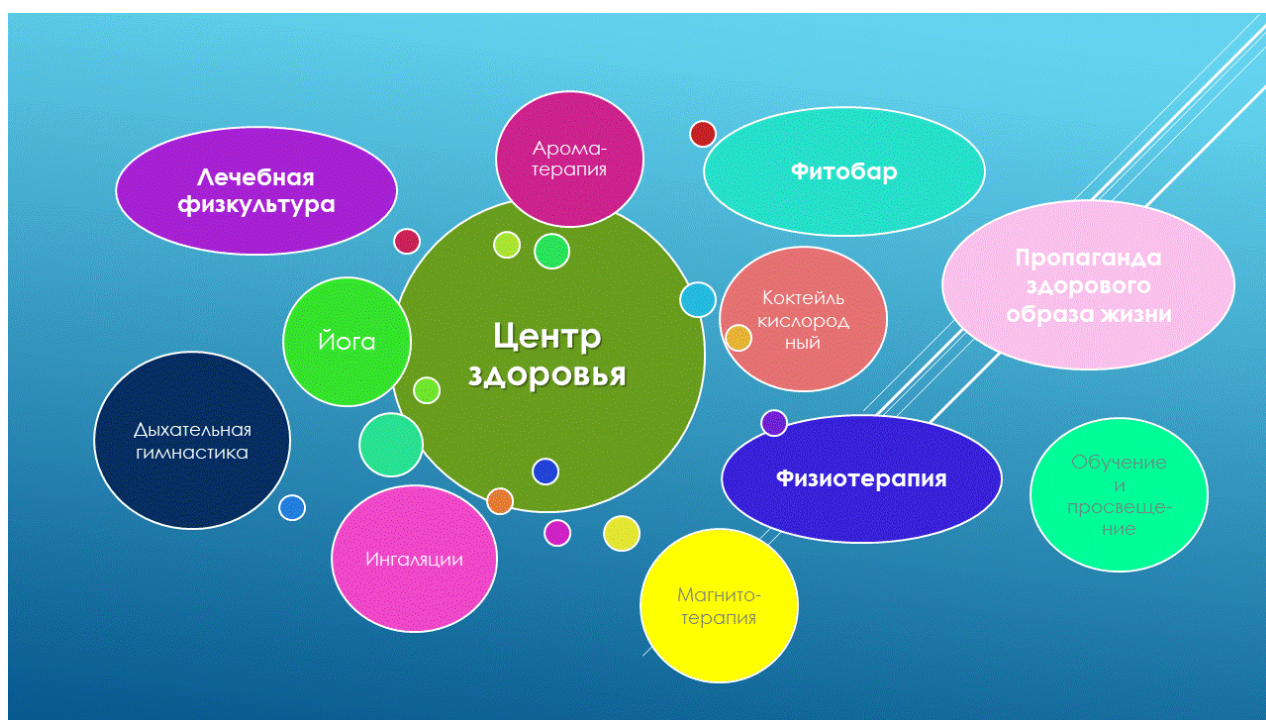
ул.М.Богдановича, 84

г.Минск





Республика Беларусь





+375 17 397 71 14

Примерная структура Центра здоровья



Необходимое оборудование для оснащения центра

Зона отдыха		
Пузырьковые колоны		5 штук
Аквариум		1 штука
Физиотерапия		
Ингалятор		5 штук
Магнит		5 штук

<p>Аппарат для ароматерапии и масла</p>		<p>1 штука</p>
<p>Мебель для ароматерапии (кресла)</p>		<p>6 штук</p>
<p>Аппарат для кислородных коктейлей</p>		<p>1 штука</p>
<p>Фитобар</p>		
<p>Мебель для фитобара</p>		<p>1 комплект</p>

**Information on the development of a humanitarian project
«Healthy Children are the Future of the Planet»
State Educational Establishment «Gymnasium № 15 Minsk»**

Name of the project	Place of realisation		The number of the problem being solved within the project	Implementation period (years)	Information on organisations implementing the project		Foreign donation		Total funding (in USD)	Including:		
	region	city			Name of the organisation-recipient	Name of the co-executing organization, structural unit of the executive and administrative body	Name of the organization participating in the financing of the project	Country		Financing from foreign funds (in the currency of receipt)	Co-financing	
											Source (local, republican budget, sponsorship, own funds)	Belarusian rubles (USD equivalent)
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Creation of a health centre “Healthy Children are the Future of the Planet”	-	Minsk		01.01.2022 – 31.12.2022	State educational establishment Gymnasium “№ 15Minsk” UNP 100683639 (payer account number)	-			USD 20 000	USD 18 000	Extra-budgetary funds of the educational establishment	5 000 Belarusian rubles (USD 2000)

State Educational Establishment «Gymnasium № 15 Minsk»

Humanitarian project

Creation of a Health Centre «Healthy Children are the Future of the Planet»

Authors:

Ellada G. Vlasenko, headmistress

State Educational Establishment

«Gymnasium № 15 Minsk»

+375296033966

+37517397114

Ekaterina E. Chenkus, deputy head

teacher for academic affairs

State Educational Establishment

«Gymnasium № 15 Minsk»

+375296866807

+375173974729

gymn15@minsk.edu.by

Minsk, 2021

Brief Description of the Project

Creation of a Health Centre «Healthy Children are the Future of the Planet»

Authors:

Ellada G. Vlasenko, headmistress, State educational establishment «Gymnasium №15 Minsk» +375296033966, ehllada@yandex.ru.

Ekaterina E. Chenkus, deputy head teacher for academic affairs, State educational establishment «Gymnasium № 15 Minsk» +375296866807, gymn15@minsk.edu.by.

The project is aimed at creating a healthy lifestyle for students, preventing illnesses, including mental ones and COVID-19. The project provides for the creation of a health centre, preventive and rehabilitation measures: physiotherapy aimed at improving the protective properties of the body, rehabilitation after illnesses; breathing and motor gymnastics, yoga; conducting training seminars and master classes for teachers on working with students, lecture halls for parents. As a result of the project, the level of illnesses among students during the period of seasonal viruses will decrease; the percentage of sick children, children with vision diseases, musculoskeletal system will decrease, the level of students striving for a healthy lifestyle will increase.

It is urgent to resolve the contradiction between the need to increase the level of children's mental and psychological health; the deterioration of the ecological and epidemiological situation in the world. One of the most important tasks of the modern school is the formation in the minds of students of a positive attitude towards their physical, mental, emotional and social health.

The Essence of the Project

Creation of a health centre in our educational establishment will help improve the situation on the prevention of sickness rate among students and a speedy recovery from illnesses. Due to the fact that the students of our educational establishment live in different parts of the city and in the suburbs, they are more susceptible to illnesses associated with viruses. Moreover, the workload of students during the school year (educational and extracurricular activities) affects the state of the child's immune system. In recent years, due to the epidemiological situation in the world, disease prevention has become increasingly relevant.

Within the project, we propose to create a health centre where a child could undergo preventive procedures or receive physiotherapy without leaving the educational establishment, which would let improve health and reduce the percentage of sick children, thereby strengthening the general immunity of students in the gymnasium.

They expect the health centre in the gymnasium will save time for parents and children, relieve the burden of children's polyclinics, attract the attention of all those interested in their health, and ensure that a child is busy in their free time.

Health Centre Structure:

1. Physiotherapy. Physiotherapy for children is one of the methods of treatment and prevention of childhood illnesses of various localization, based on the physical, chemical and biological effects on the body, used as:

- an additional measure to the main therapy,
- a way of recovery and rehabilitation after illness,
- a way to prevent exacerbations and strengthen the body.

1.1. Aromatherapy. Oils are harmful to viruses, inhibit microbial growth and reduce inflammation. In addition, they reduce the level of stress in the body and normalize sleep, improve person's mental state, and strengthen the immune system.

1.2. Magnetic therapy. It has anti-inflammatory, lymphatic drainage, vasodilator, and analgesic effects.

1.3. Oxygen cocktail. This is the simultaneous saturation with oxygen, vitamins and phytoelements contained in the drink. When taken as a course (at least 10 days – 1 cocktail per day), it has a pronounced therapeutic effect on the entire body. An oxygen cocktail is effective for chronic fatigue, decreased performance, insomnia, frequent colds and chronic diseases.

1.4. Inhalation. The method of treatment of the upper and lower respiratory tract (lungs, bronchi), allows to treat effectively colds and their complications, rhinitis, sinusitis, tonsillitis, bronchial asthma and many other diseases.

2. Physical therapy (breathing exercises, yoga).

2.1. Physical therapy has a general positive effect on the human body. Regular exercise has the following effects:

- tonic – stimulation of biochemical and metabolic processes, the work of the autonomic nervous system, restoration and renewal of cells;
- trophic – improvement of blood supply and nutrition of tissues, internal organs and joints, prevention of organ ischemia;
- compensatory – the body forms compensation mechanisms for heart diseases and blood vessels, important joints and the spinal column, which allows them to function normally and prevents the further development of pathologies.

2.2. Yoga. Children's yoga develops perseverance and the ability to concentrate, contributes to the development of emotional balance. Yoga for

children harmonizes the physical and mental state of the child. Constant exercises give a visible effect: the child's back straightens, he rarely catches colds, and often there is an improvement in children with asthma or allergies. The child becomes less touchy and capricious, changing these qualities to calmness, self-confidence and creative development.

3. Phytobar (Juice bar). Herbal mixtures do not contain caffeine and have a mild effect on the human body. Herbal teas have a fairly wide range of effects.

4. Prevention. Lectures, webinars, seminars, psychologist's work.

Purpose of the Project

1. Creation of a Health Centre in the educational establishment.
2. Taking measures for the prevention of morbidity, rehabilitation after illness among students.
3. Popularization of a healthy lifestyle and raising the level of culture of a healthy lifestyle among students, teachers and parents.

Target Audience

Students of the gymnasium (1000 people), teachers and employees (120 people), students' parents (1700 people).

Project Implementation Period – 01.01.2022 – 31.12.2022.

Budget of the Project – 20,000 USD, including 2,000 USD (5,000 Belarusian rubles from the extra-budgetary funds of the gymnasium).

Foreign gratuitous aid during the project implementation period – 3 stages.

The list of planned measures aimed at solving socially significant problems

1. Creation of a Health Centre

2. Purchase of equipment (for aromatherapy, inhalation, oxygen cocktails, herbal tea, magnetic therapy), strengthening the material and technical base of the gymnasium.
3. Recruitment of medical staff.
4. Master classes for teachers.
5. Training seminars «My health is my future».
6. Preparation and holding of the Days of Health.
7. Webinars «Prevention of COVID-19», «Prevention of respiratory infections and complications», «Healthy Nutrition», etc.
8. Lectures for parents «Raising a healthy child: questions and answers».
9. Conducting events «Dad, Mom, I is a healthy family».
10. Prevention of diseases and rehabilitation after illnesses (use of equipment).

Expected results of the humanitarian project:

1. Improvement of students' health in the educational establishment during an academic year.
2. Strengthening the material and technical base of the gymnasium.
3. Social effect: reduction the number of sick students, reduction the level of parents' sick leave due to a child's illness; an increase in the number of healthy children, a decrease in the workload of polyclinics, an improvement in children's health and the health of the future generation.
4. Popularization (promotion) of a healthy lifestyle.

Place of Project Implementation

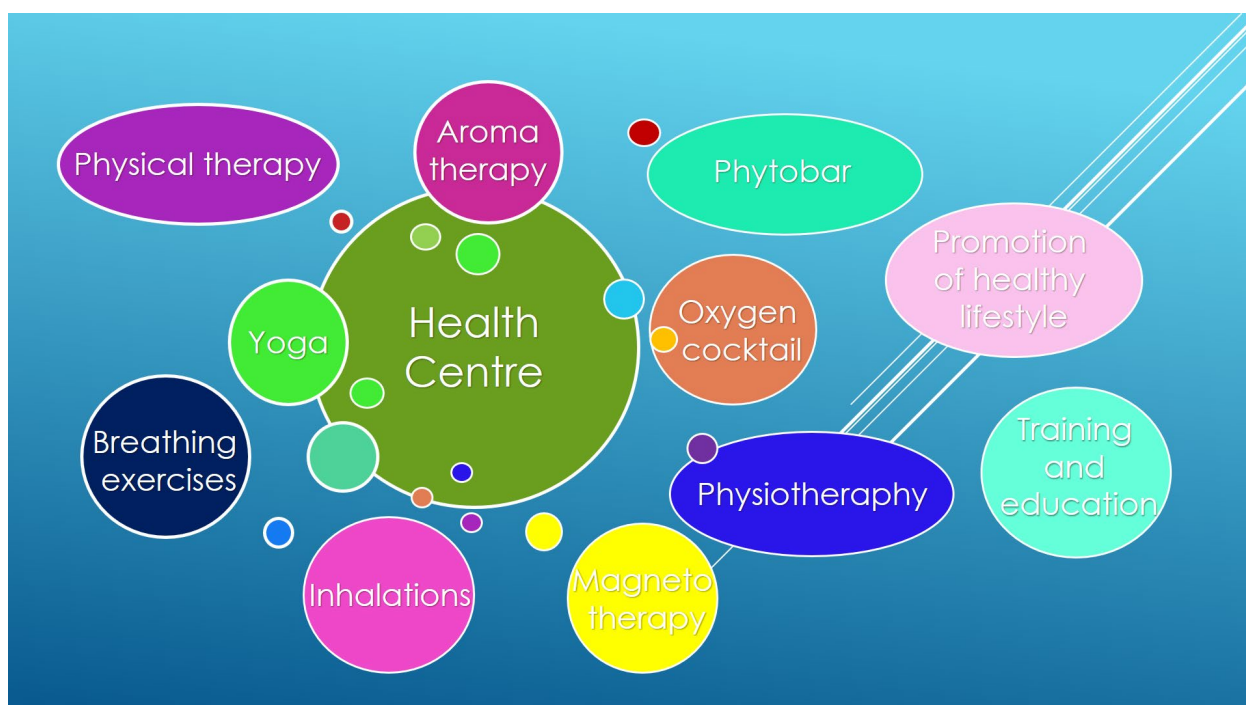
84, M. Bogdanivich Street

Minsk





The Republic of Belarus





+375 17 397 71 14

Health Centre Structure (approximate scheme)



Necessary Equipment for the Health Centre

Recreation Zone		
Bubble Columns		5 ps
Aquarium		1 ps
Physiotherapy		
Inhaler		5 ps
Magnet therapy		5 ps

<p>Aromatherapy and oil device</p>		<p>1 ps</p>
<p>Furniture for aromatherapy (armchairs)</p>		<p>6 ps</p>
<p>Device for oxygen cocktails</p>		<p>1 ps</p>
<p>Juice Bar</p>		
<p>Furniture for phytobar (juice bar)</p>		<p>1 set</p>