МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Зареченская средняя общеобразовательная школа № 2»

Индивидуальный проект

«Рекреация – зона комфорта»

Авторы проекта:

обучающиеся 8 Б класса

Руководитель проекта:

Синельникова Олеся Александровна

Учитель английского языка

с. Тоцкое второе

2022

**Содержание**

1. Паспорт проектной работы..................................................................................3

2. Глоссарий..............................................................................................................6

3. Теоретическая база...............................................................................................7

4. Аннотация продукта проекта..............................................................................9

5. Практическая часть............................................................................................10

5.1 Социологический опрос..................................................................................10

5.2 Дизайн интерьера.............................................................................................10

5.3 Требования к оформлению зоны комфорта....................................................11

5.4 Продукт проекта...............................................................................................12

5.5 Этапы создания продукта................................................................................14

5.6 Смета проекта...................................................................................................16

6.Выводы по проекту.............................................................................................18

7. Информационные источники проекта..............................................................19

8. Приложение 1.....................................................................................................20

**Паспорт проекта**

1. *Тема проекта:* «Создание зоны отдыха для учащихся 5-11 классов в МАОУ Зареченской СОШ № 2

2. *Тип проекта:* проект Школьный бюджет

3. *Куратор проекта:* Синельникова Олеся Александровна, учитель английского языка

4. *Противоречие* между отсутствием мест для отдыха учащихся 5-11

классов и необходимостью в создании места, где ученики могли бы

проводить свободное время после уроков и во время перемен.

5. *Проблема:* как создать специальную зону отдыха для школьников 5-11 классов?

6. *Цель:* создать к концу апреля 2024 года модель комфортной зоны отдыха, находящейся в рекреации 2 этажа МАОУ Зареченской СОШ № 2, для учащихся 5-11 классов.

7. *Задачи:*

1) изучить специальную литературу;

2) провести опросы среди детей 5-11 классов «Нужна ли зона отдыха в школе?» и «Какие из разработанных зон будущей модели Вам наиболее интересны?»;

3) разработать дизайн помещения;

4) составить смету расходов.

8. *«Дорожная карта»*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап | Задачи | Содержание работы | Прогнозируемый результат | Сроки |
| Подготовительный | 1. Сформулировать тему проекта, тип проекта выбрать куратора 2. Определить противоречие, проблему, цель 3. Составить перечень основных задач | Определение темы проекта и направления развития выбранной темы, постановка цели и задач. | Паспорт проекта | 1.09.2023-07.11.2023 |
| Основной | 1. Найти необходимую литературу и провести анализ, сделать вывод 2. Составить теоретическую часть проекта на основе полученных данных и вывода | Изучение необходимой терминологии по теме. Структурирование собранной информации. | Теоретическая основа проекта | 08.11.2023-28.12.2023 |
| Аналитический | 1. Определить продукт проекта 2. Изготовить продукт | Подведение итогов, создание продукта. | Продукт проекта | 29.12.2023-23.03.2024 |
| Заключительный | 1. Проанализировать структурные части проекта 2. Оформить презентационную часть проекта 3. Заготовить речь 4. Защитить проект | Анализ прогнозируемого и полученного результата. Выявление и исправление недочетов. Подготовка к защите, выступление. | Защита проекта перед комиссией | 24.03.2024-26.04.2024 |

9. *SWOT – анализ*

|  |  |
| --- | --- |
| Сильные стороны (Strengths) | Слабые стороны (Weaknesses) |
| 1. удобное месторасположение 2. предоставление места для отдыха 3. комфортная обстановка 4. высокая актуальность | 1. небольшая вместительность 2. разные предпочтения учеников в отношении дизайна зоны отдыха 3. ограничение временными рамками |
| Возможности (Opportunities) | Угрозы (Threats) |
| 1. веселое времяпрепровождение учеников 2. улучшение отношений в коллективе 3. мотивации к лучшей успеваемости 4. большая концентрация на уроках после отдыха | 1. шумная обстановка вокруг может помешать отдыху 2. проблематичность контроля за обстановкой 3. ученики могут не бережно относиться к элементам комнаты. 4. рост цен 5. закрытие возможных фирм для закупки товаров |

**Глоссарий**

РЕКРЕА́ЦИЯ -и; ж. [от лат. recreatio - восстановление, отдых]

1. Зал в школе, расположенный с обоих концов коридора и служащий для отдыха учащихся во время перемены.

2. Спец. Отдых, восстановление сил человека, потраченных на трудовую деятельность.

Дизайн интерьера – область знаний, объектом которой является интерьер жилого или коммерческого пространства.

**Теоретическая база**

Школьная жизнь полна различных событий. Ученики проводят в школе почти половину своего дня. Труд учащихся отнимает у них много сил, оказывает значительную нагрузку на память, концентрацию внимания и умственное напряжение.

Проведённое Институтом образования исследование показало, что 85% старшеклассников жалуются на сильную усталость в течение дня, а 20% учащихся 9-ых классов никогда не чувствуют себя полными сил.

Согласно данным исследования, среди основных причин, вызывающих массовые жалобы российских школьников на усталость от школы, лидирует учебная нагрузка. Также ученики называют недосып, нарушение режима дня, сложное школьное расписание, огромное количество контрольных работ, стресс перед экзаменами и многое другое.

От недосыпа дети страдают постепенно развивающимися заболеваниями. У школьников появляются психические и физические нарушения, ослабленный иммунитет, частые простуды, синдром хронической усталости, заболевания глаз, гормональный дисбаланс.

*Решение проблем усталости школьников:*

1) Обеспечение умственного отдыха, расслабления.

Пассивный отдых – это состояние человека, при котором он ничего не делает, то есть не напрягается ни физически, ни умственно. Такой вид отдыха является наиболее полезным для людей, чья работа связана с частыми физическими либо умственными нагрузками. Также данный тип отдыха поможет людям, чья голова забита всякой ненужной информацией, или тем, у кого есть множество нерешённых проблем.

Этот вид отдыха предполагает спокойные, необремененные никаким напряжением действия, преимущественно без потока мыслей с какими-то сложными задачами. Отдыхающие школьники могут почитать книгу, поиграть в настольные игры, пообщаться с другими учениками или просто отдохнуть. У детей появятся силы для восприятия новой информации.

2) Обеспечение активного отдыха, физической нагрузки.

Многолетние исследования показали, что всякое движение, всякая активность, умственная и физическая, это не только трата энергии, но и её накопление. Когда человек идёт, бежит, работает, творит, наслаждается прекрасным, его дыхание становится чаще, энергичнее бьётся сердце, интенсивнее бежит кровь по сосудам, ткани полнее насыщаются кислородом и питательными веществами. То есть организм сам себе возвращает потраченную энергию. Кроме того, от работающих мышц в кору головного мозга поступают импульсы, которые поддерживают тонус корковых структур и подкорковых образований, обеспечивая нормальную работу дыхательного и сосудодвигательного центров и всего организма в целом.

Активный вид отдыха снижает уровень гормона стресса и повышает устойчивость организма к стрессовым ситуациям, увеличивает количество гормонов удовольствия (эндорфинов), что само по себе уменьшает частоту употребления алкоголя и табака, а также облегчает отвыкание от них. Активный отдых также повышает сопротивляемость организма при различных заболеваниях, работоспособность человека, нормализует артериальное давление и снижает риск развития острых сосудистых проблем (инфаркта миокарда и инсульта). Физические упражнения, кроме того, нормализуют свёртываемость крови, уменьшая склонность к тромбозам и усиливая (до 6 раз) её активность по растворению уже имеющихся тромбов. Они являются основными регуляторами показателей холестеринового обмена, улучшают усвоение кальция, снижают содержание глюкозы в крови и риск развития сахарного диабета и остеопороза.

**Аннотация продукта проекта**

Продуктом проекта является 3D модель комфортного места для отдыха, находящегося в рекреации 2 этажа МАОУ Зареченской СОШ № 2, для учащихся 5-11 классов. Модель включает в себя три зоны: пассивного отдыха, активного отдыха и зеленую зону. С помощью данной 3D модели реализация проекта станет возможной, ученики и учителя смогут увидеть, как будет выглядеть зона отдыха в школе.

**Практическая часть**

*Социологический опрос (см. приложение 1)*

Для подтверждения актуальности проекта был социологический опрос социологический онлайн-опрос среди учеников МАОУ Зареченской СОШ № 2. Всего в голосовании приняло участие 250 учащихся. С помощью опроса было необходимо выяснить, нужна ли зона отдыха в школе и какие из разработанных зон будущей модели будут наиболее интересны.

Участники опроса голосовали за следующие направления:

1. информационно-выставочные стенды;

2. зона уединения;

3. зона активного отдыха;

4. зона пассивного отдыха;

5. медийная библиотека свободного доступа;

6. зеленая зона;

7. свои предложения.

По результатам опроса большинство опрошенных согласилось, что в школе нужна зона отдыха, и выделило три главные идеи обновления рекреации: зона активного отдыха, зона пассивного отдыха, зеленая зона. Было решено оставить эти три зоны.

*Дизайн интерьера*

Дизайн интерьера – область знаний, объектом которой является интерьер жилого или коммерческого пространства. Цель дизайна интерьера: создать условия, обеспечивающие удобное и приятное с эстетической точки зрения взаимодействие.

*Требования к оформлению зоны комфорта:*

1. Для зоны комфорта необходимо выбирать модульную мебель. Можно использовать мягкие варианты, которые способствуют эмоциональному разряда ребенка. При необходимости пуфы можно менять местами, собирать вместе, чтобы занимали меньше места или наоборот, раскладывать.

2. Диваны и кресла должны быть в одном стиле.

3. Яркие цвета при оформлении зоны отдыха помогут учащимся отвлечься от напряженной работы на занятиях. Однако не следует применять большое их количество, что спровоцирует зрительную нагрузку.

4. Рекреации должны быть просторными и хорошо освещенными. Во время перерыва мозг обрабатывает полученную информацию, поэтому общее обустройство пространства должно этому способствовать.

5. Чтобы ученики на переменах с пользой проводили время, зона отдыха должны быть дополнена игровыми материалами. Настольные игры и наборы карточек помогут школьникам снять умственное напряжение, повысить эмоциональный тонус.

6. Не следует размещать большое количество элементов, что привлечет чрезмерное внимание, и не предоставит возможность расслабиться и настроиться на дальнейшую работу.

7. При создании озеленения обязательно надо учитывать список ядовитых растений, которые не пригодны для размещения в школе.

8. Необходимо использовать безопасный, гигиенический, износостойкий материал.

*Продукт проекта*



Зоны отдыха на 3D модели:

1. Зона пассивного отдыха



В этом разделе находится стол с настольной лампой, вокруг которого находятся пуфы розового цвета, два шкафа и полки в виде сот, предназначенные для хранения книг и настольных игр. Здесь также присутствует еще один стол, рядом с которых стоят друг напротив друга два кресла. Такая обстановка позволит учащимся не только расслабиться, но и пообщаться в спокойной обстановке, обсудить внеклассные мероприятия, поиграть в настольные игры с одноклассниками, почитать книгу и подготовиться к следующему уроку.

2. Зона активного отдыха



В этом разделе размещены: дартс на липучке с мягкими мячиками, настольный футбол и аэрохоккей. Зона активного будет способствовать укреплению психоэмоционального здоровья обучающихся, снимать стресс, повышать положительный настрой, благодаря чему ученик будет чувствовать себя отдохнувшем и готовым к продолжению работы.

3. Зелёная зона



В данной зоне расположено большое количество комнатных растений, находящееся в открытых стеллажах и на каменном ковре. Растения помогут снять утомление и раздражительность, которые накопились за день, они также помогут создать в рекреациях неповторимую атмосферу покоя и удобства.

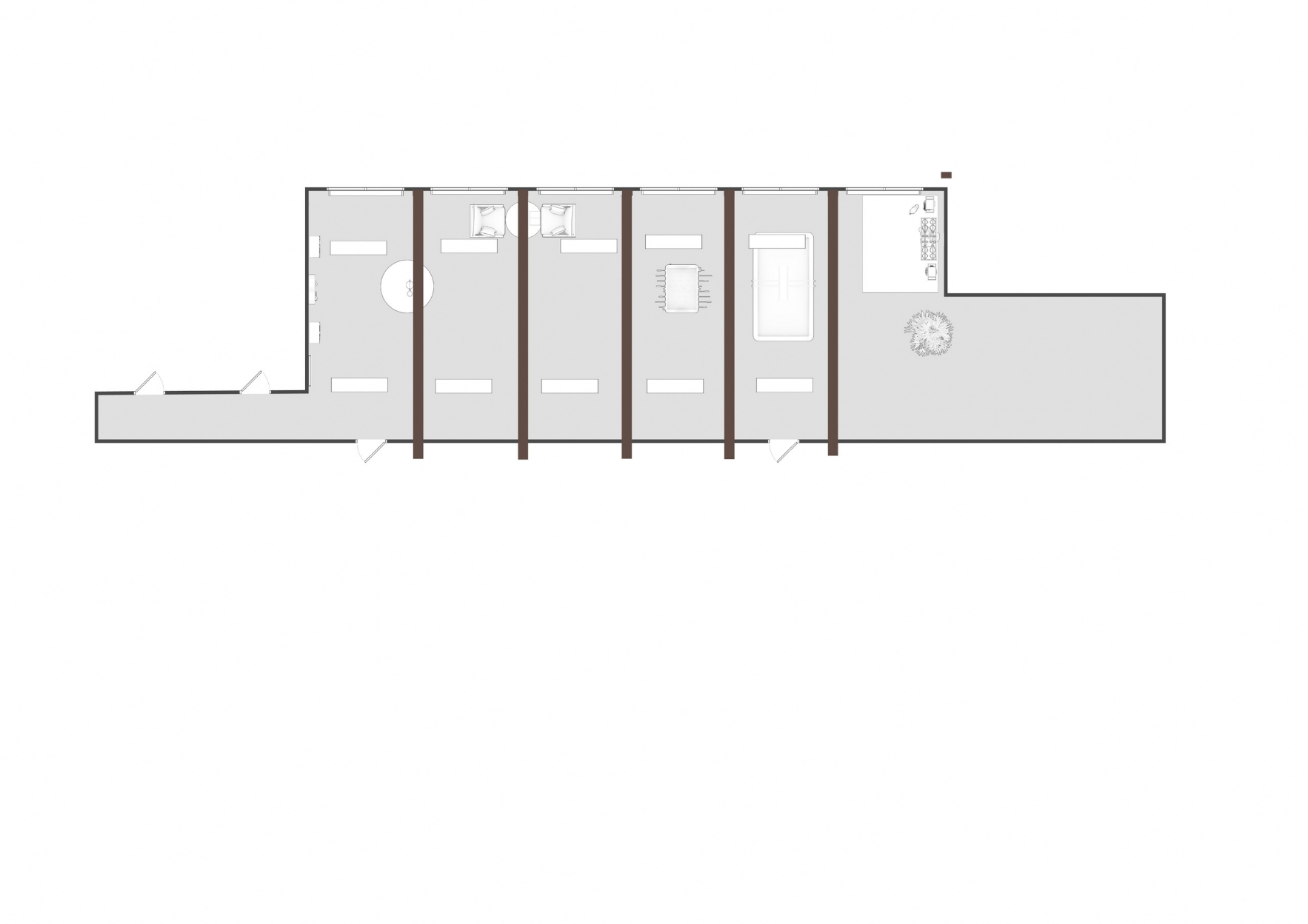
*Этапы создания продукта:*

1. Сбор информации, необходимой для создания 3D модели.

2. Поиск подходящего приложения для создания модели зоны отдыха (приложение «Planoplan Editor»).

3. Построение рекреации 2 этажа с соблюдением масштаба.

4. Разделение помещения на три зоны и расстановка мебели.



5. Подбор цвета и материалов.



6. Редактирование.

7. Сохранение полученной 3D модели и ее печать.

*Смета проекта:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № П./п. | Наименование статьи расходов | Стоимость, руб. | | |
| Всего, в том числе | Субсидия из бюджета | Дополнительные источники финансирования |
| 1. Приобретение материалов и оборудования | | | | |
| 1.1 | Стол (х2) | 18 000 | 18 000 |  |
| 1.2 | Кресла | 66 000 | 66 000 |  |
| 1.3 | Пуфы (х5) | 10 000 | 10 000 |  |
| 1.4 | Шкаф (х2) | 10 948 | 10 948 |  |
| 1.5 | Настольная лампа | 3 728 | 3 728 |  |
| 1.6 | Полка (В виде сот) | 1 240 | 1 240 |  |
| 1.7 | Картины (х2) | 1 764 | 1 764 |  |
| 1.8 | Дартс | 741 | 741 |  |
| 1.9 | Настольный футбол | 124 238 | 124 238 |  |
| 1.10 | Аэрохоккей | 129 750 | 129 750 |  |
| 1.11 | Настольные игры | 1 100\*5шт=5 500 | 5 500 |  |
| 1.12 | Книга (х20) | 500\*20шт=10 000 | 10 000 |  |
| 1.13 | Растения | 2 000\*20шт=40 000 | 40 000 |  |
| 1.14 | Арка | 1 600 | 1 600 |  |
| 1.15 | Стеллаж (х2) | 7 200 | 7 200 |  |
| 1.16 | Ковёр (х5) | 1 100\*5шт=5500 | 5 500 |  |
| 2. Расходы на проведение мероприятий (включая приобретение расходных материалов, привлечение экспертов, участвующих в реализации событий) | | | | |
| 2.1 | Привлечение экспертов | 20 000 | 20 000 |  |
| 2.2 | Расходные материалы (гвозди, шурупы и т.д.) | 4 000 | 4 000 |  |
| 3. Расходы на проведение мероприятий (включая приобретение расходных материалов, привлечение экспертов, участвующих в реализации событий) и на содержание объекта 2024 | | | | |
| 3.2 | Уборка помещений | 0(волонтёрская деятельность). | 0 |  |
| 3.3 | Хоз. Нужды (канцелярские товары, мелкий ремонт) | 20 000 | 20 000 |  |
|  | Итого | 480 209 | 480 209 |  |

* 1. Документы, подтверждающие обоснованность сметного расчета, в том числе расходов на содержание и обслуживание создаваемого объекта школьной инфраструктуры.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Пункт сметы (статья расходов) | Наименование документов, подтверждающих обоснованность объемов работ и расценок (прайс-листы, коммерческие предложения, ссылки на аналогичные госзакупки и т.д.) |
|  | 1.1 | https://www.martela.com/furniture/tables/universal-tables/spot-universal-table-with-round-and-square-disc-base |
|  | 1.2 | https://www.divan.ru/sankt-peterburg/product/kreslo-krovat-leri-mini-velvet-coral |
|  | 1.3 | https://clck.ru/349Cnu |
|  | 1.4 | https://clck.ru/349CwL |
|  | 1.5 | https://clck.ru/349Cxn |
|  | 1.6 | https://clck.ru/349D36 |
|  | 1.7 | https://clck.ru/349D8w |
|  | 1.8 | clck.ru/349dVu |
|  | 1.9 | https://clck.ru/349DNt |
|  | 1.10 | https://clck.ru/349DLu |
|  | 1.11 | <https://hobbygames.ru/mafija-vsja-semja-v-sbore-kompaktnaja-versija>  <https://hobbygames.ru/tik-tak-bumm>  <https://hobbygames.ru/manchkin>  <https://hobbygames.ru/voobrazharij-3-e-rus-izd>  https://hobbygames.ru/karkasson |
|  | 1.12 | https://www.bookvoed.ru |
|  | 1.13 | https://clck.ru/349EyX |
|  | 1.14 | https://clck.ru/349Eve |
|  | 1.15 | https://clck.ru/349F4r |
|  | 1.16 | https://clck.ru/349FNC |

**Выводы по проекту**

Все поставленные задачи были выполнены, цель достигнута. Данный проект доказывает, что школьникам необходимо пространство, где они могли бы отдохнуть между уроками и перед различными занятиями внеурочной деятельности, кружками, секциями. Имея в школе зону отдыха, ученики будут меньше уставать, а их работоспособность будет повышаться. Созданная 3D модель, поможет в дальнейшей реализации проекта.

**Информационные источники проекта**

1. Карлова Л.В. ОСНОВЫ РЕКЛАМЫ. Часть I (учебное пособие) [Электронный ресурс]: сайт. - Window.edu URL:<http://window.edu.ru/resource/051/75051/files/uposnrecl.pdf>
2. Информационный портал [Электронный ресурс]: сайт. - Infourok URL:<https://infourok.ru/proekt-po-teme-dizayn-interera-shkolnoy-rekreacii-1687798.html>
3. Оформление школы [Электронный ресурс]: сайт. - Design4school URL:<https://www.design4school.ru/>
4. Принципы организации рекреационных пространств школ [Электронный ресурс]: сайт. - Art-grea URL: https://art-grea.ru/principles-of-organization-of-recreational-spaces.htmlart-grea.ru/principles-of-organization-of-recreational-spaces.html
5. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях [Электронный ресурс]: сайт. - Российская газета URL: <https://rg.ru/2011/03/16/sanpin-dok.html>

Приложение 1



