



## **Пројекат „Building a healthy active life project for young people“ „Activyou“, Erasmus +**

Носилац пројекта је Colegio Liceo La Paz из Сориња, Шпанија, пројекат подржан од стране Erasmus+ под шифром 2023-1-ES02-KA220-YOU-000150716, из области Едукација, Омладина и Спорт.

Почетком школске 2023./24. године, наша школа узела је учешће у пројекту под називом „Building a healthy active life project for young people“ чији је акроним „Activyou“. Пројекат је одобрен од стране Erasmus + програма а средства за исти обезбеђује Европска Унија.

Конзорцијум чине четири партнера и то:

- ASOCIATION DEPORTIVA CULTURAL DE INVESTIGACION Y ASESORAMIENTO INNODXT, главни партнер из Коруње, невладина организација која је посвећена саветовању клубова о неформалним начинима тренирања младих, пружајући различите активности које промовишу боравак у природи, здраве навике и активан стил живота, спроводе бројна истраживања на исту тему, организују многа окупљања младих кроз такмичења и спортске активности на којима често говоре и о штетности друштвених мрежа

- Czech Youth Association z.s. као као невладина организација са седиштем у Прерову, која се бави консултовањем младих о Erasmus + програму и личном усавршавању, а циљна група су јој средњошколци и студенти са мање могућности, најчешће због географских и друштвених препрека

- Centro Privado Plurilingue Liceo “La Paz” образовни центар из Коруње, са више од 2250 ученика и преко 300 наставника, који нуди бројне могућности ученицима у погледу спортских активности, као и целодневни боравак, обраћајући се различитим потребама ученика, уважавајући разлике и смањујући јаз између полова у погледу спортова који им се нуде

- ОШ „Николај Велимировић“ из Шапца, а наш тим задужен за пројекат чине директор школе проф. мр Ненад Јовић, Оливера Милутиновић, Маја Перић, Бојана Јелић, Бранкица Поповић, Ивана Искић, Игор Бајић (секретар), Биљана Станојчић (рачуновођа) и проф. др Драгана Дрљачић (сарадник на пројекту).

Циљ пројекта је стварање физички активног друштва, са здравим навикама, као одговор на повећање неактивности изазване прекомерном употребом екрана, једном речју промена рутине и борба против пасивног стила живота. Мотивација за пројекат произишла је из истраживања које је спроведено 2022.године „Physical Activity Eurobarometer“ које је показало да чак 45% адолесцената не вежба, нити се бави било каквом физичком активношћу. Током пандемије ситуација је погоршана. Познато је да физичка неактивност резултира лошим менталним стањем, изазива стрес, анксиозност, осећај усамљености, депресију. У Шпанији је спроведено истраживање „STEPS“, The Gasol Foundation, у ком је учествовало 4000 младих а показало је да 4 од 6 младих има прекомерну тежину. Наш тим се окупио око овог пројекта да покуша да поправи ситуацију и активира младе подсећајући их на значај физичке активности нудећи им добро конципиран програм.

Пројекат је осмишљен кроз пет радних пакета у којима сваки од партнера има јасно дефинисану улогу и задатак, а међусобно сарађују и координирају рад. Први радни пакет представља само управљање пројектом. Тренутно радимо у оквиру другог радног пакета који представља истраживачку студију о вези физичке кондиције и здравља, у оквиру ког смо спровели мерења кроз Alpha Battery Test, а одабрани ученици (циљна група су ученици од 12-15 година) су такође попуњавали упитнике о томе колико седе за екранима и какво је њихово мишљење о равноправној затупљености полова у спортовима којима се баве. Уз сагласности родитеља за учешће ученика у пројекту и фотографисање активности, забележили смо неке моменте који ће бити презентовани у оквиру пројекта. Alpha Battery Test и упитници биће спровођени још два пута у току пројекта, негде на сдини и на самом крају и биће нам најбољи показатељи тога колико смо успели. Још један важан продукт овог пакета је и извештај који је израђен на основу попуњеног упитник и који ће бити доступан на сајту пројекта. Трећи радни пакет је израда Годишњег плана пројекта здравог активног живота, док ће четврти бити истраживачки рад који подржава НЕРА, највећи европски догађај који промовише физичку активност међу младима. На самом крају, у оквиру последњег пакета радиће се на плану ширења идеја.

Партнери су одржали прве састанке у Коруњи у јануару 2024.године којима су присуствовали сви представници. Договорени су даљи кораци,

испланиран је наредни састанак у Шапцу у септембру ове године док ће се завршни састанак одржати у Прерову пред сам крај пројекта. Одржана је и једна видеоконференција пре самог састанка на Коруњи и договорани су детаљи састанка у Коруњи као и први кораци у започињању пројекта.

Партнери већ раде на промоцији пројекта посредством сајтова и друштвених мрежа и жеља нам је да дођемо до што већег броја младих које ћемо окупити око наше идеје.

Координатори:

Оливера Милутиновић

Бојана Јелић



Co-funded by  
the European Union



Први састанак у Коруњи.