

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
ГАПОУ КОЛЛЕДЖ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА №11

У Конкурса исследовательских и проектных работ учащихся
образовательных учреждений города Москвы и Московской области
«Меганолия XXI века – город для жизни»

Номинация

Социально-экологические проекты города
«Плоттинг – экологический забег за чистоту и здоровье!»

Выполнили студентки:

Группы ТР-12

направления «Туризм»

Усеева Индира и

Феминская Дарья

Научный руководитель работы:

Тяжкороб Анна Николаевна

Руководитель ГАПОУ КП №11:

Шептуха Вячеслав Владимирович

М.п.



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ

**Государственное автономное образовательное профессиональное
образовательное учреждение города Москвы**

«Колледж предпринимательства №11»

Отзыв руководителя на работу

«Плоггинг – экологический забег за чистоту и здоровье!»

Выполнили студентки:

Группы ТР-13

направления «Туризм»

Усаева Индира и

Фоминова Дарья

Данная работа состоит из пояснительной записки, методических рекомендаций, заключения с выводами и рекомендациями и списка использованных источников, в работе имеются приложения.

В пояснительной записке авторы определяют актуальность темы исследования, ставят цель и основные задачи работы, описывают предмет и задачи работы, возможных участников работы, необходимую организацию работы по проекту.

В основной части работы раскрываются следующие моменты:

- понятие и значение плоггинга, как вида экологической и волонтерской деятельности,

- проведение и освещение акций по плоггингу,

- разработка рекомендаций (дорожный карт) для проведения данных акций

в Москве.

В заключении сделаны выводы по проекту, приведены подробные рекомендации по организации подобных акций, изложены перспективы развития данного проекта.



Руководитель: преподаватель Тяжкороб Анна Николаевна aniuta@bk.ru

8-915-004-7005

Описание проблемы (актуальность проекта)

В настоящее время одной из актуальных и волнующих нас проблем является внешний вид и состояние парков, скверов, усадеб и т.д. Городские парки и скверы – один из важнейших элементов экологической системы городов. Парки и скверы – это рекреационные ресурсы города, часть его культурного и туристского потенциала. В последние годы стало актуально направление экологических забегов. Плоггинг - это вид активного отдыха, который сочетает в себе забег на определенную дистанцию и сбор мусора.

Актуальность темы проекта обусловлена исходя из большой численности замусоренных парковых зон. Ежегодно учебные заведения проводят экологические акции по сбору мусора, а также дни здоровья и физкультуры. Плоггинг – наилучший вариант совместить данные активности школ, колледжей и ВУЗов.

В связи с этим нами и было выбрано направление нашего проекта: Помощь с уборкой усадьбы Михалково для улучшения его внешнего вида и благоустройства с помощью *плоггинга*. С нашим проектом мы постараемся призвать людей к правильному поведению и более бережному отношению к паркам, а бонусом будет приятное времяпровождение в опрятном, ухоженном месте. Это всё в наших силах и интересах.

Целевая аудитория:

Студенты учебного заведения "Колледж Предпринимательства №11"

Миссия проекта:

Проект "Помощь с уборкой усадьбы Михалково для улучшения его внешнего вида и благоустройства" нацелен на воспитание молодого поколения, которое считает город своим родным домом и реализует это чувство в реальных делах, создавая город своего будущего и будущего своих детей.

Цель проекта:

Организовать и провести акции по плоггингу, посвященные экологии и

здоровью, а также транслировать данный опыт в округе и городе.

Задачи проекта:

1. Сбор групп волонтеров и студентов колледжа.
2. Организация и освещение акции.
3. Разработка рекомендаций (дорожный карт) для проведения данных акций в Москве.

Объект исследования:

Усадьба Михалково.

Предмет исследования:

Уборка и преобразование парковой зоны Усадьбы.

Применяемые методы исследования:

- наблюдение
- эксперимент
- анализ литературы и СМИ

Результативность (измеряемые эффекты):

1. Сохранение уникальных, исторически сложившихся городских парковых зон.
2. Развитие парковых зон как ландшафтных комплексов.
3. Экологическое и физическое воспитание молодежи.
4. Приобщение к здоровому и экологическому образу жизни.

Усадьба Михалково

Усадьба Михалково - сохранившееся в черте Москвы загородное имение князей Дашковых и графов Паниных, до конца 18 века считавшееся одной из красивейших усадеб Подмосковья. Усадьба расположена практически на берегу Головинских прудов, которые в прошлом были частью приусадебного пейзажного парка.

Парк может похвастаться неплохим благоустройством: на его территории

сохранились два пруда - Верхний Михалковский и Нижний Михалковский, вокруг которых проложены прогулочные аллеи с большим количеством лавочек для отдыха посетителей. Аллеи сообщаются с пешеходными тропами парка у Головинских прудов, образуя единый садово-парковый ансамбль. В советские годы в парке были установлены памятник Зое Космодемьянской и памятная плита чернобыльцам Головинского района.

В наши дни усадьба Михалково является популярным местом прогулок и отдыха местных жителей: сюда приходят с животными и детьми, по аллеям катаются велосипедисты и самокатчики - здесь всегда тихо и спокойно, поэтому на территории без труда находят досуг самые разные группы населения.[1]

Плоггинг

Мы хотели бы разнообразить тему уборки парковой зоны таким интересным видом спорта, как плоггинг - это забег на определенную дистанцию, совмещённый со сбором разного, в основном пластикового мусора. Этот вид спорта, пришедший к нам из Скандинавии, помогает поддерживать себя в форме и заботиться об окружающей среде!

Это объединит собранную группу студентов, поможет сохранить в чистоте окружающую среду и одновременно укрепит здоровье каждого, совмещая приятное с полезным. За 1 час можно сжечь примерно 300 калорий. Всё, что нужно для этого занятия, это:

1. Экипировка в виде перчаток и мусорных пакетов
2. Горячая или холодная вода, лёгкий перекус
3. Мотивация.

Плоггинг проводится следующим образом:

- Сначала идёт сбор участников собранной группы в определённое время.
- Выдача экипировки (перчатки, мусорные мешки).

- Рассказ о планах забега (инструктаж).
- Старт, начало забега.
- Сбор мусора во время забега в пакеты.
- Финиш.
- Сброс собранного мусора: в контейнер раздельного сбора, предоставленный организаторами.
- Общая фотография участников, как отчёт о проводимой деятельности.[3]



Рис.1 План мероприятия по плагингу

Экологический забег в парке «Усадьба Михалково» (весна 2021г)

Материально-техническое обеспечение мероприятия

№	Этап	Цена	Количество	Стоимость
1	Мусорные мешки	100р	10 человек	100р
2	Перчатки	60р	10 человек	60р
3	Вода	20р	10 человек	200р
Итого: 360р				

*Также, планируется привлечении компании PepsiCo, которая обеспечит участников и организаторов полезным питанием

План мероприятия

№	Этап	Действия	Тайминг (2,5 часа)
---	------	----------	--------------------

1	Сбор	Сбор участников забега	10 минут
2	Получение экипировки	Поучение перчаток, мусорных мешков	5 минут
3	Инструктаж	Объяснение правил забега	10 минут
4	Плоггинг-забег	Старт в точке начала – сбор мусора во время забега – финиш в обозначенной точке	90 минут
5	Оценка собранного мусора	Анализ объемов собранного мусора, сортировка, взвешивание	25 минут
6	Определение победителей	Выбор победителей, фотографирование.	10 минут
7	Завершающий этап	Сброс отсортированного мусора в специализированные контейнеры	10 минут

Маршрутный лист забега



Рис.2 Маршрутный лист забегав парке Усадьба Михалково [2]

Данное мероприятие планируется активно осветить в популярных социальных сетях и ресурсах, таких как:

- *Сайт нашего колледжа*
- *Сообществав: VK, Telegram, Facebook*
- *Районная газета «Север Столицы»*

Также мы исследовали новости о уже проводимых акциях по плоггингу.

На всей территории Москвы начали активно проходить забеги. Это мы можем увидеть на телевидении, в различных соц.сетях под хэштэгом #plogging и на официальном сайте мэра Москвы.

Заключение

Идея плоггинга является актуальной особенно для образовательных учреждений, т.к. в каждом районе столицы есть зеленые зоны, за которыми необходим уход. В силах каждой школы, колледжа или ВУЗа осуществлять подобные экологические забеги, реализуя несколько воспитательных задач и метапредметные связи.

Проект является социальнозначимым и имеет очевидные и измеримые результаты.

Для пожилых жителей столицы стоит рассмотреть идею плоггинга совместно со скандинавской ходьбой, которая так популярна среди столичных жителей.

Для посетителей парка «Усадьба Михалково», мы подготовили информационный плакат, посвященный плоггингу, который весной будет размещен на информационной доске (Приложение 1).

Наш проект показывает, как плоггинг помогает «убить сразу двух зайцев»:обычный бег трусцой превращается в экологическую акцию, которая помогает сделать окружающее пространство чище. Плюс к этому у нас увеличивается расход калорий: для того чтобы подобрать мусор, нужно присесть.

Считаем, что бег с мусорным пакетиком позволит каждому не только сделать город чище, но и научит осознанно относиться к проблемам окружающей среды.

На наш взгляд, данная инициатива по силам любому жителю города.

А пока вы думаете о своем новом маршруте бега в поисках мусора, мы

предлагаем присоединиться к нам и получать больше шансов для вдохновения и здоровья!

Всё легко и просто, если захотеть. Чисто снаружи = чисто внутри.

Перечень источников

1. Моспрогулка 2011 до сих пор.

www.mosprogulka.ru/places/usadba_mihalkovo - [дата доступа 22.01.2021]

2. Яндекс

www.yandex.ru/maps/213/moscow/search/%D0%BC%D0%B8%D1%85%D0%B0%D0%BB%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%20%D1%83%D1%81%D0%B0%D0%B4%D1%8C%D0%B1%D0%B0%20%D0%BC%D0%BE%D1%81%D0%BA%D0%B2%D0%B0/?ll=37.518634%2C55.841635&sl=37.243316%2C55.791344&spn=0.029060%2C0.008583&z=15.52 Яндекс.Карты. Усадьба Михалково

3. Плоггинг // Vizmont. Агентство специальных проектов, 2018. -

www.plogging.ru [дата доступа 22.01.2021]

Плакат-инструкция по проведению экологического забега

