

Проект «Улучшение условий ЖИЗНИ»

Подготовила: Бофонова Эвелина
ученица 9 А класса
МБОУ Школы №20

Цель и задачи проекта:

Цель:

Привлечение внимания общественности к проблеме,
улучшение качества жизни людей

Задачи:

- благоустройство микрорайона
- создание благоприятных условий для жизни людей
- привлечение органов местного самоуправления

Удаление стоянки для автомобилей

Удалить стоянку автомобилей на безопасное расстояние, где-нибудь к краю жилого массива (для обеспечения безопасности детей и пешеходов, отсутствие шума и загазованности)



Зелёные насаждения



Можно насадить больше зеленых насаждений, цветочных клумб в летнее время, чтобы радовать взгляд жильцов и окружающих.

Установить уличные тренажёры

Популяризация спортивного образа жизни привела к тому, что в городах начали массово заменять старые турники и брусья, на целые спортплощадки, где можно бесплатно потренировать каждую группу мышц.

Основными преимуществами уличных тренажеров являются:

- возможность регулярных занятий спортом на свежем воздухе;
- доступность тренажеров, как для взрослых, так и для детей;
- тренажеры понятны на интуитивном уровне, так что разобраться в их эксплуатации сможет каждый;
- возможность использовать оборудование бесплатно и в любое время;
- занятия проходят на свежем воздухе, что очень полезно для организма.
- Уличные тренажеры разрабатываются опытными спортсменами, так что на такой спортплощадке можно проработать все группы мышц и поддерживать свою форму 24/7.

Стол для армрестлинга

- Классический стол для армрестлинга задействует бицепс, плечи, кисти, грудные и спинные мышцы. Для занятий потребуется партнер.



Лавка для прессы

Идеальное оборудование для проработки прямых и косых мышц пресса. Закрепившись на тренажере, выполняйте подъёмы туловища без резких рывков.



Жим от груди

Горизонтальный жим сидя на скамье позволяет детально проработать дельтовидные и зубчатые мышцы, а также нагрузить трицепс. На таком тренажере от груди выжимается вес собственного тела.



Тяга верхняя

Прорабатывается широчайшая спинная мышца, большая круглая мышца, задние дельты, плечевые, бицепсы и трицепсы. Тренажер позволяет нарастить мышцы спины и рук.



Раздельный сбор мусора

Система раздельного сбора отходов становится обязательным элементом повседневной жизни.

Зачем нужно сортировать мусор?

- Раздельный сбор мусора необходим для того, чтобы из всех бытовых отходов выделять полезные материалы, годные для переработки и повторного использования.
- Перерабатываемые отходы часто составляют более половины всего мусора.

Какие бывают контейнеры?

- зеленый предназначен для стекла;
- синий для бумаги;
- оранжевый для пластика;
- желтый для картона;
- в красный помещают перерабатываемые отходы;
- коричневый используется для опасного мусора;
- черный для органических отходов.

Цвета не всегда соответствуют указанному перечню. В разных частях и страны, и мира могут действовать свои собственные стандарты.



Освещение

Территории микрорайонов в вечернее и ночное время освещаются с целью создания благоприятных условий для жителей микрорайона, пользующихся тротуарами, пешеходными аллеями. Одновременно с этим обеспечивается безопасность движения автомобилей. При размещении в микрорайоне светильников следует стремиться к тому, чтобы их свет не беспокоил жителей через окна комнат в жилых домах.



На поворотах проездов фонари не должны мешать проезду пожарных машин. Осветительные установки должны обеспечивать нормированные показатели освещения и комфортные зрительные условия для пешеходов и водителей на дорогах, проездах и открытых стоянках автомобилей, на детских игровых и спортивных площадках и площадках для отдыха взрослого населения, на пешеходных дорожках и хозяйственных площадках. Освещение территорий дворов и микрорайонов не должно мешать жителям домов и должно обладать определенными декоративно - художественными качествами при освещении зеленых насаждений, малых форм и других элементов благоустройства.

