

بسمه تعالی

کاربرگ پیشنهاد پروپوزال

Request For Proposal

عنوان پروپوزال	تهیه برنامه جامع عملیاتی ارتقای فعالیت بدنی جوانان و تهیه محتوی و بسته های آموزشی مرتبط
سفارش دهنده:	معاونت بهداشت، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس. اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس
سفارش گیرنده	
معرفی موضوع و اهمیت آن	<p>کم تحرکی از عوامل خطر اصلی مرگ و میر در جهان است و با بیماریهای غیر واگیر متعددی مانند بیماری های قلبی و عروقی، سکنه مغزی، برخی سرطانها، دیابت و چاقی در ارتباط است. همچنین فعالیت بدنی منظم با سلامت روانی در طی زندگی همراه است. فعالیت بدنی منظم برای جوانان فوائد جسمی، روحی و اجتماعی مهمی از نظر بهداشت و سلامت به همراه دارد. تمرین های منظم فعالیت بدنی به جوانان کمک می کنند تا استخوان ها، عضلات و مفاصل سالمی داشته باشند. وزن بدن شان تنظیم شود و چربی بدن آنها کاهش یافته و فعالیت قلب و ریه ها بهبود یابد. ورزش وسایر انواع فعالیت بدنی به جوانان این فرصت را می دهد که خود باوری و اتکاء به نفس داشته باشند. ورزش های گروهی باعث تعامل اجتماعی مثبت شده و ظهور مهارت های اجتماعی در دوران جوانی را تسهیل می کنند و موقعیتی را فراهم می کند تا آنان موفقیت، مشارکت و اتحاد جمعی را احساس کنند. این اثرات مثبت همچنین به کاهش مضرات و خطرات ایجاد شده به وسیله شیوه های زندگی مصرفی، رقابتی، پر از استرس و بی تحرک که در جوانان امروزی بسیار شایع است کمک می کند. مشغول بودن به فعالیت بدنی هدایت شده می تواند باعث پرورش سایر رفتارهای بهداشتی مفید مثل پرهیز از سیگار، الکل و مواد مخدر و رفتارهای خشونت بار، تغذیه مناسب، استراحت کافی و..... گردد. با رواج زندگی ماشینی، گسترش بهره برداری از فناوری های نوین، نوجوان و جوان را محکوم به سکون و یکجا نشینی نموده است. آپارتمان نشینی و گسترش فعالیت های اوقات فراغت غیر فعال، نسل جدید را در جهان امروز در معرض کم سوادی حرکتی، چاقی و ناهنجاری های اسکلتی قرار داده است، بررسی ها نشان می دهد که کاهش سن ابتلاء به بیماری های قلبی و عروقی و دیابت، جوامع هزاره سوم را با یک هشدار جدی مواجه کرده است. بنابراین یکی از اقدامات ضروری برنامه ریزی جهت افزایش فعالیت و تحرک بدنی در جوانان است. برای دستیابی به اهداف فوق با تمرکز بر هدف کاهش کم تحرکی، تدوین یک برنامه عملیاتی ملی هدفمند با چارچوب پایش و ارزشیابی مشخص ضروری به نظر می رسد.</p> <p>ترویج و حمایت از فعالیت بدنی، نیاز به فعالیت و همکاری گسترده و همسوی تمامی دست اندرکاران و ذینفعان برنامه و بخشهای مختلف مؤثر در توسعه دارد. تدوین برنامه عملیاتی تربیت بدنی جوانان، موجب جلب حمایت، انسجام و شفافیت در سطح سیاستگذاری می گردد و موجب افزایش مسئولیت پذیری و تخصیص بهتر منابع خواهد شد و در عین حال به بخشهای مختلف دولتی در سطوح</p>

<p>ستادی، استانی، شهرستانی و محلی، و نیز سایر فعالان و ذینفعان بخشهای غیر دولتی و خصوصی کمک می کند تا با انسجام و سازگاری هر چه بیشتر، راهکارها و اهداف مشترکی را دنبال نمایند.</p> <p>در این راستا برنامه جامع عملیاتی کشوری ارتقای فعالیت بدنی جوانان بر اساس اسناد بالا دستی کشور و در صدر آنها قانون اساسی می تواند الگوی یک پارچه و منسجم در سراسر دانشگاههای تحت نظارت وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی باشد. لذا ضروری است برنامه عملیاتی اجرایی ارتقای فعالیت بدنی در جوانان با مشارکت شرکا و ذینفعان، تدوین و ابلاغ گردد. امید است با اجرای دقیق این برنامه که مستلزم همکاری درون و برون سازمانی قوی می باشد، شاهد ارتقای سطح فعالیت بدنی که پیش نیاز سلامت جسمی و روانی جوانان است باشیم.</p>	
<p>اهداف مورد نظر طرح</p> <p>هدف کلی: کاهش کم تحرکی جوانان (گروه سنی ۱۸-۲۹ سال) و ارائه راهکارها و مداخلات موثر اهداف اختصاصی:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ انجام نیازسنجی و تحلیل وضعیت موجود فعالیت بدنی در جوانان ❖ تشکیل کارگروه با شرکت ذینفعان به ویژه جوانان ❖ تهیه و تدوین برنامه جامع عملیاتی فعالیت بدنی جوانان کشور ❖ تهیه و تدوین محتوای آموزشی فعالیت بدنی در منزل/ اماکن عمومی/ تجمعی ویژه جوانان و مربیان ❖ اندازه گیری شاخص های سنجش فعالیت بدنی جوانان منطبق با بسته خدمت سلامت جوانان ❖ پایلوت برنامه جامع و نهایی سازی آن ❖ تهیه فیلم چند مرحله ای خود آموز فعالیت بدنی جوانان در منزل/ اماکن عمومی/ تجمعی ویژه جوانان ❖ تدوین برنامه پایش و ارزشیابی ❖ برگزاری کارگاه های آموزشی کشوری توجیه برنامه جامع عملیاتی فعالیت بدنی جوانان کشور و تربیت مربی 	
<p>-تدوین برنامه جامع عملیاتی ارتقای فعالیت بدنی جوانان شامل: برنامه زمانبندی اجرا، برنامه آموزشی، برنامه پایش و ارزشیابی</p> <p>-تهیه محتوی و بسته های آموزشی مرتبط</p>	<p>خروجی های مورد انتظار</p>
<p>۱. هماهنگی با اساتید و معاونت اجرایی معاونت بهداشت، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس (اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس) و دانشگاه جهت تشکیل کمیته علمی و عقد قرار داد با یونیسیف</p> <p>۲. تشکیل جلسات هماهنگی تهیه برنامه عملیاتی</p>	<p>انتظارات از سفارش گیرنده و مجری</p>

<p>۳. مشخص نمودن شرح انتظارات برون سازمانی و درون سازمانی</p> <p>۴. نیازسنجی آموزشی از گروه هدف (جوانان)</p> <p>۵. بررسی وضعیت موجود</p> <p>۶. هماهنگی با اساتید جهت تهیه محتوای آموزشی</p> <p>۷. تهیه پیش نویس اولیه برنامه جامع عملیاتی فعالیت بدنی جوانان</p> <p>۸. تهیه متن اولیه محتوای آموزشی فعالیت بدنی در منزل ویژه جوانان</p> <p>۹. تهیه متن اولیه محتوای آموزشی فعالیت بدنی جوانان ویژه مراکز تجمعی</p> <p>۱۰. پایلوت برنامه و نهایی سازی</p> <p>۱۱. هماهنگی با کمیته علمی جهت تهیه فیلم چند مرحله ای خود آموز فعالیت بدنی جوانان</p> <p>۱۲. کسب تایید نهایی دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس (اداره سلامت نوجوانان ، جوانان و مدارس) وزارت متبوع در خصوص برنامه جامع عملیاتی فعالیت بدنی جوانان</p> <p>۱۳. برگزاری کارگاه آموزشی جهت کارشناسان سلامت جوانان و شرکا</p> <p>۱۴. تهیه گزارش نهایی</p>	
	سقف زمانی ۱۲ ماه
	سقف بودجه طرح
صندوق حمایت از کودکان سازمان ملل (یونیسف)	حمایت مالی