

### Основные требования и условия проведения досуговых онлайн-занятий для граждан старшего поколения

| Направление мероприятий            | Краткое описание мероприятий  | Продолжительность одного занятия | Периодичность проведения      | Условия, место проведения | Требование к наличию личного инвентаря, специальной одежды, обуви  | Наличие противопоказаний по здоровью                         |
|------------------------------------|---|----------------------------------|-------------------------------|---------------------------|--|--|
| <b>Гимнастика</b>                  | Физические упражнения, в части занятий не требующих чрезмерной активности не связанные с необходимостью приобретения какого-либо оборудования, возможностью проведения занятий в домашних условиях. Групповые занятия по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей, в том числе дыхательная гимнастика, цигун. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | Не более 2-х часов               | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка           | Спортивная одежда и обувь, наличие необходимого для выполнения простейших упражнений свободного пространства | Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой |
| <b>Общая физическая подготовка</b> | Групповые занятия, не требующие чрезмерной активности, по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Программы включают различные виды двигательной активности, на основе методик, в том числе с доступными элементами  | Не более 2-х часов               | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка           | Спортивная одежда и обувь, наличие необходимого для выполнения простейших упражнений свободного пространства | Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой |

|                     |  |                    |                               |                 |   |                 |
|---------------------|--|--------------------|-------------------------------|-----------------|---|-----------------|
|                     | <p>различных видов спорта, направленных на поддержание активности организма в целом, а также развитие подвижности суставов, укрепление мышц, повышение гибкости, с учетом физиологических особенностей занимающихся.</p> <p>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>  |                    |                               |                 |   |                 |
| <b>Здорово жить</b> | <p>Проведение обучающих лекций, демонстрация информационных и наглядных материалов, обучение практическим навыкам, обсуждение.</p> <p>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>  | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется  | Ограничений нет |
| <b>Танцы</b>        | <p>Проведение занятий по танцевальным программам, в том числе Zumba, адаптированным с учетом возрастных особенностей в части касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий, с использованием комплексного подхода и гармоничного сочетания основ дыхательной гимнастики, хореографии, музыки, пластики и танцев народов мира. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Наличие необходимого для выполнения простейших упражнений свободного пространства | Ограничений нет |

|                         |   |                    |                               |                 |              |                 |
|-------------------------|---|--------------------|-------------------------------|-----------------|--------------|-----------------|
| <b>Пение</b>            | Обучение правильному воспроизведению вокальной музыки, со звукообразованием и музыкальностью в пении, ансамблевое и хоровое пение русских народных и популярных композиций прошлых лет, знакомство с народной хореографией, обрядами и фольклором, с новыми направлениями современной культуры и авторскими произведениями. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Музыка, фольклор</b> | Музыкально-просветительский лекторий. Проведение занятий по изучению истории музыки с прослушиванием музыкальных композиций. Изучение музыкальных жанров, народного фольклора, жизни и творчества композиторов и музыкальных деятелей. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.  | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |

|                                  |  |                    |                               |   |              |                 |
|----------------------------------|--|--------------------|-------------------------------|---|--------------|-----------------|
| <b>Рисование</b>                 | Проведение занятий по специально подобранным и максимально интересным методикам обучения изобразительной грамоте, видению, анализу и грамотному изображению объемных форм на плоскости, колористике. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.   | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка   | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Информационные технологии</b> | Социальная адаптация к современной информационной среде, предоставление возможности людям старшего возраста общаться посредством сети Интернет со своими сверстниками и близкими, живущими в других городах, пользоваться интересующей их информацией. Обучение навыкам работы на компьютере, использования мобильных устройств, пользования социальными сетями и электронными услугами. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка, наличие на персональном компьютере программного обеспечения для реализации занятий | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Английский язык</b>           | Обучение основам грамматики в увлекательной, игровой форме, с отработкой навыков аудирования, чтения и говорения, изучение слов и выражений, используемых в  | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка   | Не требуется | Ограничений нет |

|                       |  |                    |                               |   |              |                 |
|-----------------------|--|--------------------|-------------------------------|---|--------------|-----------------|
|                       | <p>конкретных жизненных ситуациях, отработка изучаемых конструкций в монологах и диалогах, развитие коммуникативных умений. Английский язык для начинающих. Английский язык разговорный. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>   |                    |                               |   |              |                 |
| <b>Шахматы, шашки</b> | <p>Проведение занятий по теории и практике шахматного и шашечного мастерства, проведение турниров с использованием онлайн программы игры в шахматы и шашки. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>  | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка, наличие программы игры в шахматы и шашки | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Литература</b>     | <p>Проведение лекций, дискуссий, поэтических вечеров, направленных на изучение философских и культурологических аспектов литературного творчества. Знакомство с жизнью и творчеством отечественных и зарубежных писателей и поэтов. В рамках указанного направления возможно проведение программы «Литературное мастерство». Литературное мастерство -</p> | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка   | Не требуется | Ограничений нет |

|   |   |                    |                               |                 |              |                 |
|---|---|--------------------|-------------------------------|-----------------|--------------|-----------------|
|   | <p>групповые занятия по основам создания своих текстов и писательскому мастерству.</p> <p>Формат программы - литературная мастерская с практической отработкой полученных знаний, что позволит в дальнейшем применять навыки при написании текстов (эссе, мемуары, биография, статьи, письма, блог и т.д.)</p> <p>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>       |                    |                               |                 |              |                 |
| <b>Домоводство</b>  | <p>Проведение занятий по различным аспектам ведения домашнего хозяйства. Вторая жизнь вещей. Обучение основам дизайна интерьера, ландшафтного дизайна, флористики. Огород на подоконнике. Садоводство. Столярное мастерство (изготовление скворечников и пр.). Кулинарные курсы. Все курсы проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</b> | <p>Проведение занятий по формированию навыков эффективного управления личными финансами. Изучение</p>   | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |

|  |  |                    |                               |                 |              |                 |
|--|--|--------------------|-------------------------------|-----------------|--------------|-----------------|
|  | <p>правовой системы защиты людей старшего поколения, основных направлений и механизмов реализации государственной социальной политики в отношении граждан старшего поколения. Обучение способам защиты от мошенничества. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>       |                    |                               |                 |              |                 |
| <b>История, искусство, краеведение</b> | <p>Изучение истории и культуры Москвы и России. Проведение лекций по истории искусства, кинематографа, литературы с использованием иллюстративного материала. Цикл лекций и бесед по основам духовной культуры. Московведение. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Психология и коммуникации</b>       | <p>Проведение занятий по развитию психологической культуры и личностного потенциала людей старшего поколения. Формирование позитивного самовосприятия и восприятия жизненных обстоятельств. Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения.</p>               | Не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |

|   |  |                           |                                      |                        |                     |                        |
|---|--|---------------------------|--------------------------------------|------------------------|---------------------|------------------------|
|   | <p>Психологические лектории, тренинги личностного роста. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>   |                           |                                      |                        |                     |                        |
| <p><b>Образовательный практикум</b></p> | <p>Проведение обучающих занятий по актуальной тематике. Автомобильная школа. Ментальная арифметика. Занятия по улучшению памяти. Обучение навыкам игры на музыкальных инструментах (гитара, фортепиано и др.). Обучение основам организации и ведения собственного бизнеса, ознакомление с мерами поддержки предпринимательства в Москве. Орнитология (изучение птиц). Школа пчеловода. Программа занятий экологической направленности. Программа школы для помощи внукам. Проведение занятий по развитию эмоционального интеллекта. Иные занятия обучающей направленности. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> | <p>Не более 2-х часов</p> | <p>Не более 2-х занятий в неделю</p> | <p>Онлайн площадка</p> | <p>Не требуется</p> | <p>Ограничений нет</p> |



|                               |  |  |                               |                 |              |                 |
|-------------------------------|--|--|-------------------------------|-----------------|--------------|-----------------|
| <b>Иностранные языки</b>      | Изучение иностранных языков (французский, испанский, немецкий, итальянский и другие). Обучение основам грамматики в увлекательной, игровой форме, с отработкой навыков аудирования, чтения и говорения, изучение слов и выражений, используемых в конкретных жизненных ситуациях, отработка изучаемых конструкций в монологах и диалогах, развитие коммуникативных умений. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | Не более 2-х часов                               | Не более 2-х занятий в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Серебряный университет</b> | Проведение профессиональных обучающих программ в виде лекций, семинаров, проводимых в соответствии с утвержденной программой высших учебных заведений, имеющих лицензию на образовательную деятельность. Общее количество часов по одной программе обучения не менее 200 часов. По окончании обучения участникам выдаются дипломы государственного образца о профессиональной переподготовке. Занятия должны                   | В соответствии с утвержденной программой занятий | Не менее 2 раз в неделю       | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |

|                         |  |  |  |                 |  |                 |
|-------------------------|--|--|--|-----------------|--|-----------------|
|                         | быть адаптированы к онлайн-занятиям.   |  |  |                 |  |                 |
| <b>Фото/видео</b>       | Обучение правилам пользования фото и видео техникой. Освоение методов фотографирования и видеосъемки. Обучение навыкам цифровой обработки изображений в графических редакторах и основам видеомонтажа.<br>Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | Не более 2-х часов   | Не более 2-х занятий в неделю  | Онлайн площадка | Не требуется   | Ограничений нет |
| <b>Красота и стиль</b>  | Проведение занятий по изучению истории моды и прически. Советы по уходу за кожей в зрелом возрасте. Уход за волосами, массаж головы. Школа макияжа. Школа маникюра.<br>Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.                                    | Не более 2-х часов   | Не более 2-х занятий в неделю  | Онлайн площадка | Не требуется   | Ограничений нет |
| <b>«Пеший лекторий»</b> | Программа представляет собой курс занятий.<br>Тематические программы лекций в формате виртуальных экскурсий, цель которых пробуждение интереса старшего поколения к интеллектуальному  | В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов | Не более 2-х занятий в неделю (курс не менее 24 часов для каждого участника) | Онлайн          | Наличие оборудования и интерактивного материала для преподавателя для проведения виртуальных | Ограничений нет |

|  |  |  |  |  |           |  |
|--|--|--|--|--|-----------|--|
|  | <p>времяпровождению.</p> <p>Обучение состоит из: одготематических программ, для глубокого погружения в одну из тематик (история, искусство, архитектура, литература, природа, религиоведение, памятники культуры, наука, авторские курсы/маршруты) и многотематических программ, объединяющих объекты разных тем и сфер с целью расширения кругозора участников.</p> <p>Программы представляют собой логически связанные занятия с возможностью включения интерактивных и практических форматов (для виртуальных путешествий допускается использование google карт, yandex карт и my maps (40% - google карты, yandex карты и my maps., 30% - фотоматериалы, 30% - видеоматериалы).</p> <p>К разработке и проведению программ приветствуется привлечение узкопрофильных специалистов в своих областях: авторов, ученых, журналистов, психологов, а также носителей интересных историй и воспоминаний.</p> <p>К анкете-заявке претендента прикладываются утвержденные</p> |  |  |  | экскурсий |  |
|--|--|--|--|--|-----------|--|

|   |   |                           |                                      |                        |                     |                        |
|---|---|---------------------------|--------------------------------------|------------------------|---------------------|------------------------|
|   | <p>программы с тематикой курса, договоры с организациями, осуществляющими экскурсионные мероприятия, документы, подтверждающие квалификацию персонала (гид, экскурсовод, специалист по сервису и туризму). Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>  |                           |                                      |                        |                     |                        |
| <p><b>Художественно-прикладное творчество</b></p> | <p>Проведение занятий по различным видам декоративно-прикладного искусства, направленным на развитие эстетического вкуса, расширение представления о сфере применения декоративно-прикладных техник, тренировку мелкой моторики и поддержание интеллектуальной активности. В том числе кройка и шитье, вышивка, вязание, бисероплетение, валяние из шерсти, витражное искусство, декупаж, изготовление аксессуаров и декоративных украшений, скрапбукинг (изготовление и оформление фотоальбомов), изготовление кукол и игрушек, канзаши (японские традиционные женские украшения из атласных лент), карвинг, керамика, плетение из бумаги,</p> | <p>Не более 2-х часов</p> | <p>Не более 2-х занятий в неделю</p> | <p>Онлайн площадка</p> | <p>Не требуется</p> | <p>Ограничений нет</p> |

|                              |  |                               |   |                 |                                     |                 |
|------------------------------|--|-------------------------------|---|-----------------|-------------------------------------|-----------------|
|                              | художественная обработка древесины, фитодизайн, шары темари.<br>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.  |                               |   |                 |                                     |                 |
| <b>Настольные игры</b>       | Обучение правилам и организация настольных игр (русское лото, современные настольные игры, иные настольные игры) с целью профилактики снижения когнитивных способностей в связи с возрастными особенностями.<br>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.  | Не более 2-х часов            | Не более 2-х занятий в неделю                   | Онлайн площадка | С применением онлайн программ       | Ограничений нет |
| <b>Интеллектуальные игры</b> | Обучением правилам и организация игр, основанных на применении игроками своего интеллекта и/или эрудиции и (брейн-ринг, викторины, квест, иные интеллектуальные игры) с целью профилактики снижения когнитивных способностей в связи с возрастными особенностями.<br>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | Не более 2-х часов            | Не более 2-х занятий в неделю                   | Онлайн площадка | С применением онлайн программ       | Ограничений нет |
| <b>Киберспорт</b>            | Программа представляет собой курс занятий.<br>Групповые занятия по основам и культуре  | В соответствии с утвержденной | Не более 2-х занятий в неделю<br>(курс не менее | Онлайн площадка | Список лицензированных программного | Ограничений нет |

|  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|
|  | <p>киберспорта.<br/>В рамках программы занятия организовываются по следующим блокам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• теоретический: история и культура киберспорта, игровая терминология, основные игровые жанры и др.</li> <li>• психологический: психология киберспорта, развитие навыков взаимодействия в команде, внимания, памяти, скорости, точности и др.</li> <li>• практический: тактика и стратегия компьютерных игр, формирование навыков анализа через просмотр матчей, тестирование игр различных жанров, способствующих интеллектуальному развитию участников с пользой для здоровья</li> </ul> <p>В каждом занятии важно учесть присутствие физической разминки, в том числе с целью формирования правильной позы при игре на компьютере.<br/>Преподаватели программы - профессиональные опытные</p> | <p>программой занятий, не более 2-х часов</p> | <p>24 часов для каждого участника)</p> |  | <p>обеспечения к установке и использованию в сети Интернет. В случае если программное обеспечение платное, то доступ к нему обеспечивает организация</p> |  |
|--|--|---|--|--|--|--|

|                       |   |   |                                      |                        |                     |                        |
|-----------------------|---|---|--------------------------------------|------------------------|---------------------|------------------------|
|                       | <p>тренеры, работающие в киберспортивной индустрии. Внедряя культуру киберспорта среди старшего поколения, мы стимулируем их адаптивность к техническому прогрессу, а также обучаем извлекать из занятий пользу для своего здоровья.</p> <p>К анкете-заявке претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса.</p> <p>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> |   |                                      |                        |                     |                        |
| <b>Экология жизни</b> | <p>Программа представляет собой курс занятий. Групповые занятия по основам экологического образа жизни и формированию эко-привычек. Программа включает в себя теоретические и практические занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• теоретические – эко-просвещение: экологические проблемы, эко-тренды, влияние экологических факторов на человека и др.</li> </ul>               | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов</p> | <p>Не более 2-х занятий в неделю</p> | <p>Онлайн площадка</p> | <p>Не требуется</p> | <p>Ограничений нет</p> |

|                              |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• практические – эко-практикум и эко-привычки: обращение с отходами, выбор эко-товаров, экономия природных ресурсов, экономия бытовых ресурсов и др.</li> </ul> <p>Ключевая задача программы – внедрение эко-культуры в повседневную жизнь участников проекта (формат эко-волонтерства в рамках направления исключен)</p> <p>Старшему поколению важно не только напомнить о забытых позитивных привычках с советского времени, но и рассказать о новых возможностях и трендах, которые будут способствовать ведению здорового и качественного образа жизни.</p> <p>К анкете-заявке претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса.</p> |  |  |  |  |  |
| <b>Специальные программы</b> |  |  |  |  |  |  |



|  |  |  |   |                 |              |                 |
|--|--|--|---|-----------------|--------------|-----------------|
| <b>Московский театр</b>  | Освоение навыков по актерским дисциплинам по специально разработанной программе (обязательно приложить в заявке) с учетом возрастных особенностей, в том числе в формате мастер-классов с известными представителями профессионального театрального сообщества, создания спектаклей.<br>Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.  | 2 часа   | Не более 2-х занятий в неделю   | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Специальная программа «Интеллектуальный клуб»</b><br>(Занятия проводятся по программам, специально разработанным лицензированными образовательными организациями высшего образования с учетом возрастных особенностей граждан старшего поколения. Утвержденная программа занятий в обязательном порядке прилагается к заявке) |  |  |   |                 |              |                 |
| <b>Интеллектуальный клуб.<br/>Психологические тренинги</b>   | Проведение групповых занятий, направленных на развитие психологической культуры и личностного потенциала граждан старшего поколения.<br>Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения граждан старшего поколения, в том числе и в свете межпоколенческой коммуникации.<br>Обучение основам детской психологии для выстраивания гармоничных отношений и коррекции стиля воспитания детей (внуков) в семье. Обучение | В соответствии с утвержденной программой занятий | В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |

|   |   |  |   |                 |              |                 |
|---|---|--|---|-----------------|--------------|-----------------|
|   | стратегиям и моделям бесконфликтного поведения личности. Психологические тренинги развития и личностного роста граждан старшего поколения. Формирование знания психологических основ патронажного ухода. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.  |  |   |                 |              |                 |
| <b>Интеллектуальный клуб.<br/>История/Искусство</b> | Проведение групповых занятий по изучению отечественной и/или зарубежной истории, культуры и искусства. Московведение. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.   | В соответствии с утвержденной программой занятий | В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Интеллектуальный клуб. Домоводство</b>           | Проведение групповых занятий по различным аспектам ведения домашнего хозяйства. Обучение основам реставрации мебели, дизайна интерьера и ландшафтного дизайна. Изучение правил здорового питания. Обучение навыкам мастерства кависта, сомелье, бариста. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | В соответствии с утвержденной программой занятий | В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю | Онлайн площадка | Не требуется | Ограничений нет |

|   |   |   |  |                        |                     |                        |
|---|---|---|--|------------------------|---------------------|------------------------|
| <p><b>Интеллектуальный клуб. Творческие мастерские</b></p>    | <p>Проведение групповых занятий творческой направленности. Развитие эстетического вкуса, тренировка мелкой моторики и поддержание интеллектуальной активности. Формирование навыков художественного и декоративно-прикладного творчества: различные виды живописи, пэчворк, художественное ручное ткачество, изготовление витражей, авторской куклы, переплет и ремонт книги в домашних условиях и др. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий</p> | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю</p> | <p>Онлайн площадка</p> | <p>Не требуется</p> | <p>Ограничений нет</p> |
| <p><b>Интеллектуальный клуб. Здоровье/ красота/ стиль</b></p> | <p>Проведение групповых занятий по изучению основ психического и физического здоровья. Формирование позитивного психоэмоционального восприятия и умения адекватно преодолевать стрессовые ситуации. Обучение технологиям физического развития и поддержания красоты в серебряном возрасте. Изучение основ оказания первой помощи. Формирование системы здорового образа жизни и</p>   | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий</p> | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю</p> | <p>Онлайн площадка</p> | <p>Не требуется</p> | <p>Ограничений нет</p> |

|   |   |  |   |   |              |                 |
|---|---|--|---|---|--------------|-----------------|
|   | активного долголетия. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.   |  |   |   |              |                 |
| <b>Интеллектуальный клуб. Иностранные языки</b>         | Проведение групповых занятий по изучению иностранных языков (английский, французский, испанский, немецкий, итальянский и другие) с учетом различного уровня владения (вводный/базовый/продвинутый уровни). Обучение основам грамматики в увлекательной, игровой форме, с отработкой навыков аудирования, чтения и говорения. Изучение слов и выражений, используемых в конкретных жизненных ситуациях, отработка изучаемых конструкций в монологах и диалогах. Развитие коммуникативных умений, необходимых для общения на иностранном языке и путешествий. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям. | В соответствии с утвержденной программой занятий | В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю | Онлайн площадка                                     | Не требуется | Ограничений нет |
| <b>Интеллектуальный клуб. Информационные технологии</b> | Проведение групповых занятий, направленных на формирование у граждан старшего поколения навыков использования ресурсов  | В соответствии с утвержденной программой занятий | В соответствии с утвержденной программой занятий, но не                             | Онлайн площадка, наличие на персональном компьютере | Не требуется | Ограничений нет |

|   |  |  |   |   |              |                 |
|---|--|--|---|---|--------------|-----------------|
|   | <p>и средств современного информационного пространства, а также овладение соответствующими технологиями.</p> <p>Формирование навыков использования мобильных устройств и работы на компьютере. Обучение основам видеомонтажа, обработки фотографий в графических редакторах, а также работы с офисными приложениями. Обучение основам создания сайтов, ведения блогов и пользования социальными сетями. Развитие умения пользоваться электронными услугами и онлайн-сервисами. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> |  | менее 1-го занятия в неделю   | программного обеспечения для реализации занятий |              |                 |
| <p><b>Интеллектуальный клуб.</b><br/><b>Образовательный практикум</b></p> | <p>Проведение групповых обучающих занятий познавательной направленности. Обучение основам социальной, правовой, экономической и финансовой грамотности. Изучение истории этикета, этических норм и правил поведения в современном обществе. Совершенствование навыков экологической</p>  | В соответствии с утвержденной программой занятий | В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю | Онлайн площадка                                 | Не требуется | Ограничений нет |

|  |  |   |  |                        |                     |                        |
|--|--|---|--|------------------------|---------------------|------------------------|
|  | <p>культуры. Развитие умения планировать бюджет и разрабатывать маршруты путешествий с учетом географических и исторических особенностей местности. Знакомство с технологическими трендами XXI века. Обучение основам литературного творчества и журналистского мастерства. Развитие познавательных способностей граждан старшего поколения. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>         |   |  |                        |                     |                        |
| <p><b>Интеллектуальный клуб.<br/>Проф/подготовка</b></p> | <p>Проведение групповых обучающих занятий, направленных на приобретение новых и/или совершенствование уже имеющихся у граждан старшего поколения профессиональных знаний, компетенций и навыков с целью освоения новой профессии и повышения конкурентоспособности на рынке труда. Формирование комплекса знаний и навыков в определенной профессиональной сфере. Обучение основам организации и ведения</p> | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий</p> | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю</p> | <p>Онлайн площадка</p> | <p>Не требуется</p> | <p>Ограничений нет</p> |

|   |   |   |  |                        |                     |                        |
|---|---|---|--|------------------------|---------------------|------------------------|
|   | <p>собственного бизнеса и предпринимательской деятельности. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p>   |   |  |                        |                     |                        |
| <p><b>Интеллектуальный клуб. Клубная работа</b></p> | <p>Проведение занятий для клубных объединений граждан старшего поколения, основанных на общности интересов. Удовлетворение потребностей граждан в получении актуальной информации и прикладных знаний в различных областях общественной жизни, культуры, литературы и искусства, науки и техники, в овладении полезными навыками в области культуры быта, здорового образа жизни, организации досуга и отдыха (клуб книголюбов, клуб любителей поэзии, музыки, театра, путешествий и др.). Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.</p> | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий</p> | <p>В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю</p> | <p>Онлайн площадка</p> | <p>Не требуется</p> | <p>Ограничений нет</p> |