

**Приложение к извещению об отборе организаций  
– участников пилотного проекта по расширению  
возможностей участия граждан старшего  
поколения в культурных, образовательных,  
физкультурных, оздоровительных и иных  
досуговых мероприятиях**

**Стандарты досуговых мероприятий**

<b>Направление мероприятий</b>	<b>Краткое описание мероприятий</b>	<b>Периодичность проведения</b>	<b>Условия, место проведения</b>	<b>Кол-во чел. в группе</b>	<b>Требование к наличию личного инвентаря, специальной одежды, обуви</b>	<b>Наличие противопоказаний по здоровью</b>
<b>Общая физическая подготовка</b>	Групповые занятия по специально разработанным для людей старшего возраста программам, включающие различные виды двигательной активности, на основе методик, в том числе с доступными элементами различных видов спорта, направленных на поддержание активности организма в целом, а также развитие подвижности суставов, укрепление мышц, повышение гибкости, с учетом физиологических особенностей занимающихся.	2 раза в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона, кабинеты ЛФК	Не менее 30	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Фитнес,</b>	Занятия с использованием	2 раза в неделю	Спортивный	Не	Спортивная	Наличие

<b>тренажеры</b>	современных методик фитнес-программ для людей старшего возраста. Использование тренажеров и специального инвентаря, позволяющих разнообразить виды физической нагрузки, подобрать индивидуальные методики укрепления физического здоровья.		зал, спортивная площадка, парковая зона, кабинеты ЛФК	менее 30	одежда и обувь	медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Скандинавская ходьба</b>	Всесезонные групповые занятия на свежем воздухе с использованием специального инвентаря (палок), способствующие укреплению мышц, повышению выносливости и улучшению осанки.	2 раза в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Не менее 30	Спортивная одежда и обувь, палки для скандинавской ходьбы	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Гимнастика</b>	Комплекс физических и дыхательных упражнений, разработанных по специальным методикам для людей старшего возраста, направленных на развитие координации, повышение эластичности мышц, подвижности суставов с учетом физиологических особенностей занимающихся.	2 раза в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона	Не менее 30	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Здорово жить</b>	Проведение обучающих лекций, демонстрация информационных и наглядных материалов, обучение практическим навыкам, обсуждение, скрининг-обследования (при необходимости).	2 раза в неделю	Залы организаций	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет
<b>Художественно-прикладное</b>	Проведение занятий по различным видам декоративно-прикладного искусства, направленным на	2 раза в неделю	Помещения организаций	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет

	развитие эстетического вкуса, расширение представления о сфере применения декоративно-прикладных техник, тренировку мелкой моторики и поддержание интеллектуальной активности.					
<b>Танцы</b>	Проведение занятий по танцевальным программам, адаптированным с учетом особенностей людей старшего возраста, с использованием комплексного подхода и гармоничного сочетания основ дыхательной гимнастики, хореографии, музыки, пластики и танцев народов мира.	2 раза в неделю	Помещения организаций	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет
<b>Пение</b>	Знакомство с правильным воспроизведением 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.	2 раза в неделю	Помещения организаций	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет
<b>Рисование</b>	Проведение занятий по специально подобранным и максимально интересным методикам обучения изобразительной грамоте, видению,	2 раза в неделю	Помещения организаций	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет

	анализу и грамотному изображению объемных форм на плоскости, колористике.					
<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	2 раза в неделю	Помещения организаций, компьютерные классы	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет
<b>Английский язык</b>	Обучение основам английской 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.	2 раза в неделю	Помещения организаций	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет
<b>Игры (в том числе шахматы, шашки)</b>	Проведение занятий по теории и практике шахматного и шашечного мастерства, проведение турниров	2 раза в неделю	Помещения организаций, парковые зоны	Не менее 30	Не требуется	Ограничений нет

Начальнику Управления социальной защиты населения  
Северо-Восточного административного округа города Москвы

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)

**Заявка на участие в проведении пилотного проекта по расширению возможностей участия граждан старшего поколения в культурных, образовательных, физкультурных, оздоровительных и иных досуговых мероприятиях, и предоставлении гранта**

1. Полное и сокращенное (при наличии) наименование организации:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

2. Адрес (место нахождения) организации:

\_\_\_\_\_.

3. Идентификационный номер налогоплательщика:

\_\_\_\_\_.

4. Номер телефона, факса, адрес электронной почты, сайта в информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

1) телефон приемной руководителя организации \_\_\_\_\_;

2) адрес электронной почты организации \_\_\_\_\_;

3) адрес сайта организации в информационно-телекоммуникационной сети Интернет (при наличии) \_\_\_\_\_;

4) номер факса организации \_\_\_\_\_.

5. Фамилия, имя, отчество руководителя организации: \_\_\_\_\_.

6. Сведения об опыте организации по проведению культурных, образовательных, физкультурных и оздоровительных и иных досуговых мероприятий и о наличии наград, грамот, благодарностей и иных поощрений за осуществление деятельности в сфере проведения досуговых занятий:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

7. Перечень досуговых занятий, планируемых к проведению организацией, объемы, сроки их проведения и другие особенности согласно приложению к заявке.

8. Сведения о помещениях организации, в которых планируется проведение досуговых занятий:

---

---

---

---

9. Сведения об оборудовании, материалах и инвентаре, необходимых для проведения досуговых занятий и имеющихся у юридического лица:

---

---

---

---

10. Сведения о наличии в штате организации персонала, обладающего профессиональными навыками в сфере проведения досуговых занятий, либо о наличии гражданско-правовых договоров о привлечении такого персонала:

---

---

---

---

---

---

11. Сведения об участии организации в реализации мероприятий государственных программ города Москвы (мероприятие, название государственной программы и сроки участия):

---

---

---

---

---

---

12. Дополнительные сведения, которые организация желает сообщить:

---

---

---

13. Фамилия, имя, отчество, должность лица, ответственного за заполнение заявки

---

---

14. Перечень прилагаемых документов:

1. \_\_\_\_\_ ;
2. \_\_\_\_\_ ;
3. \_\_\_\_\_ ;
4. \_\_\_\_\_ ;
5. \_\_\_\_\_ ;
6. \_\_\_\_\_ .

Подпись руководителя  
организации

дата

М.П. (при наличии)

Примечания:

1. Заявка составляется в печатном виде на русском языке и представляется на бумажном носителе.
2. В случае указания сведений о наградах и выигранных конкурсах к заявке прилагаются копии соответствующих документов.
3. Копии представляемых документов должны быть заверены в установленном порядке.

Приложение к заявке

Перечень досуговых занятий, планируемых к предоставлению

Наименование досугового занятия	Краткое описание досугового занятия	Объем проведения досугового занятия	Сроки проведения досугового занятия	Иные особенности проведения занятий
1	2	3	4	5

Подпись руководителя  
организации

дата

М.П. (при наличии)