

## УТВЕРЖДАЮ

Заместитель Председателя  
Правительства Новгородской области

 Е.М. Кирилова  
«06» марта 2020 года

### МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по реализации приоритетного регионального проекта «Активное долголетие»  
на территории муниципального образования Новгородской области

**Цель проекта «Активное долголетие»** - увеличение к концу 2024 года доли граждан старшего возраста (женщины: 55-79 лет; мужчины: 60-79 лет), систематически занимающихся физической культурой и спортом до 18,2 %, развитие социальной активности и повышение качества жизни данной категории населения.

**Целевая аудитория проекта** – лица старше трудоспособного возраста.

**Проект предусматривает 9 блоков активностей в течение года:**

- «Шаг к здоровью»;
- «Час спорта»;
- «Школа здоровья»;
- «Серебряная спартакиада»;
- «Маршруты долголетия»;
- «Творческие встречи»;
- «Музыкальная гостиная»;
- «Танцы в радость»;
- «Золотой кинематограф».

#### «Шаг к здоровью»

Блок «Шаг к здоровью» предусматривает проведение бесплатных мастер-классов по различным видам физической активности. Рекомендуются ежемесячное проведение 4-5 мастер-классов разной направленности, бесплатных фитнес-тренировок для жителей старше трудоспособного возраста.

*Пример: Мастер-класс по скандинавской ходьбе, дартсу, йоге, дыхательной гимнастике и др.*

*Фитнес-тренировки в тренажерном зале каждый четверг в 10.00 – место проведения СК «Манеж», ул. Бредова-Зверина д.22, Спортивный центр ул. Псковская д.52, ГОАУ «СШ «Спорт-индустрия», ул. Космонавтов, д.32.*

#### «Час спорта»

Блок «Час спорта» предусматривает проведение бесплатных массовых зарядок. Массовые зарядки рекомендуется проводить 1-2 раза в неделю в

одно время. В летний период времени - в парковых, рекреационных зонах, в зимний – в спортивных залах. Для проведения массовых зарядок рекомендуется привлекать известных на территории муниципального образования спортсменов, тренеров, фитнес-инструкторов.

*Пример: массовые зарядки каждые вторник и пятницу в 10.00 – место проведения Спортивный центр ул.Псковская, д.52.*

### **«Школа здоровья»**

Блок «Школа здоровья» предусматривает проведение бесплатных лекций, бесед, просмотров видеofilьмов о здоровом образе жизни и поддержании физической активности и др. Рекомендуется ежемесячное проведение 3-4 мероприятий.

*Пример: лекции «Навыки контроля за артериальным давлением», «Что надо знать про остеопороз», «Особенности питания лиц старше трудоспособного возраста», «Способы тренировки памяти», «Психологическое здоровье» и др.*

### **«Серебряная спартакиада»**

Блок «Серебряная спартакиада» предусматривает проведение спортивных соревнований по 8 видам спорта: легкая атлетика, теннис, настольный теннис, спортивное ориентирование, дартс, шахматы, волейбол, футбол. Данные мероприятия должны быть доступны для участия каждому желающему.

Также в рамках блока «Серебряная спартакиада» предусматривается ежегодное проведение Спартакиады пенсионеров. Соревнования проводятся в 3 этапа – муниципальный, зональный, региональный. В программу спартакиады входят соревнования по легкой атлетике, настольному теннису, дартсу, шахматам, стрельбе, плаванию, испытания комплекса ГТО, различные спортивные эстафеты.

*Пример: «Веселые старты» (эстафеты), «Пинг-понг» (соревнования по настольному теннису), «Быстрее, выше, сильнее!» (соревнования по легкой атлетике), «Гимнастика ума» (соревнования по шашкам (шахматам)), «Точный стрелок» (соревнования по стрельбе), «Меткий дротик» (соревнования по дартсу) и т.д.*

### **«Маршруты долголетия»**

Блок «Маршруты долголетия» предусматривает проведение в течение года пешеходных оздоровительных прогулок (занятия скандинавской ходьбой) по разработанным маршрутам, проведение муниципального этапа, затем регионального этапа фестиваля по скандинавской ходьбе.

*Пример: Занятия скандинавской ходьбой, понедельник-пятница в 9.00-10.30 с инструктором (разминка, прохождение маршрута).*

*05 ноября проведение муниципального этапа фестиваля по скандинавской ходьбе «Маршруты долголетия».*

### **«Творческие встречи»**

Блок «Творческие встречи» предусматривает проведение лекций об истории и знаменитых личностях Новгородчины (на базе библиотек), выставочных экспозиций (на базе культурно-досуговых учреждений), интерактивных программ (на базе культурно-досуговых учреждений). Рекомендуется ежемесячное проведение 3-4 лекций, 1 выставки; ежеквартальное проведение 1 интерактивной программы.

*Пример: музыкальная интерактивная программа «У каждого скомороха свои погудки» из цикла «Новгородское гудение», место проведения: Новгородский областной Дом народного творчества (Великий Новгород, Бредова-Зверина ул., 14)*

*Лекция «Из истории новгородской журналистики 19 – начала 20 веков, место проведения: Новгородская областная универсальная научная библиотека (Великий Новгород, Кремль, 4).*

### **«Музыкальная гостиная»**

Блок «Музыкальная гостиная» предусматривает проведение музыкальных вечеров для любителей вокально-хорового творчества (на базе КДУ), проведение видеотрансляций из концертного зала Московской государственной академической филармонии (в муниципальных районах, где функционируют виртуальные концертные залы). Рекомендуется ежемесячное проведение 3-4 музыкальных вечеров и 2 видео-трансляций.

*Пример: видео-трансляция концерта «Лирические песни военных лет» Национального академического оркестра народных инструментов России имени Н.П.Осипова, видео-трансляция концерта Государственного академического ансамбля песни и пляски донских казаков им. Анатолия Квасова, место проведения: Новгородская областная филармония им. А.С. Аренского (Великий Новгород, Кремль, 8).*

### **«Танцы в радость»**

Блок «Танцы в радость» предусматривает проведение в летний период времени в парковых, рекреационных зонах танцевальных вечеров под инструментальное сопровождение (например, под духовой оркестр, фонограмму). Рекомендуется ежемесячное проведение 3-4 танцевальных вечеров.

*Пример: воскресная танцевальная программа в сопровождении городского духового оркестра под управлением заслуженного работника культуры А.П. Мальшева, место проведения: Великий Новгород, Кремлевский парк, летняя эстрада.*

### **«Золотой кинематограф»**

Блок «Золотой кинематограф» предусматривает проведение кинопоказов на киноустановках в учреждениях культуры области. Рекомендуется ежемесячное проведение 1 киносеанса.

*Пример: показ фильма «В бой идут одни старики», место проведения: киноцентр «Россия» (Великий Новгород, ул. Черняховского, 66)*

### **Планирование мероприятий**

Планирование мероприятий в рамках проекта на предстоящий месяц рекомендуется осуществлять заблаговременно до 10 числа текущего месяца.

Информацию о запланированных мероприятиях на предстоящий месяц рекомендуется представлять до 15 числа текущего месяца:

по направлению «физическая культура и спорт» по форме согласно приложению № 1 к настоящим Методическим рекомендациям рекомендуется представлять в государственное областное автономное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Манеж»;

по направлению «культура» по форме согласно приложению № 2 к настоящим Методическим рекомендациям в структурное подразделение областного автономного учреждения культуры и искусства «Новгородское театральное-концертное агентство» «Областной Дом народного творчества» (блок культуры).

### **Информационная поддержка**

Одним из центральных инструментов продвижения проекта является активная информационная поддержка. Анонсирование мероприятий рекомендуется осуществлять заблаговременно, афишу по форме согласно приложению № 3 к настоящим Методическим рекомендациям на предстоящий месяц с кратким описанием мероприятий рекомендуется направлять для публикации в средствах массовой информации муниципального образования, размещать на официальных сайтах органов местного самоуправления, муниципальных учреждений, социальных сетях не позднее последнего числа текущего месяца.

Печатные афиши рекомендуется размещать на афишных стендах, досках объявлений, транспорте, информационных стендах в муниципальных учреждениях.

Дополнительно в течение месяца рекомендуется публиковать подробные анонсы наиболее значимых мероприятий, проводить анонсирующие брифинги с участием специалистов сферы физической культуры и спорта, культуры, организаторов мероприятий проекта.

По завершении мероприятия рекомендуется готовить итоговый релиз, который также размещается на информационных ресурсах муниципального образования, приветствуется наличие фоторепортажей, хэштегов в социальных сетях #активноедолголетие, #спорт53, #культура53, #спортновгородскойобласти, #культурановгородскойобласти, а также хэштегов по видам спорта, геотегов.

### **Рейтинг муниципальных образований**

Ежегодно определяется рейтинг муниципальных образований по реализации проекта.

Для определения места в рейтинге муниципальному образованию по каждому из критериев рейтинга начисляются баллы в обратной последовательности (22 балла за 1 место и 1 балл за 22 место).

В случае, если у двух муниципальных образований результаты по одному из критериев совпадают, то начисление баллов производится по минимальному значению в соответствии с занимаемым местом.

Итоговое место муниципального образования в рейтинге определяется по сумме баллов, набранных по каждому критерию (от максимального к минимальному).

### **Критерии оценки реализации проекта «Активное долголетие» на территории муниципального образования**

1. Количество посещений мероприятий проекта «Активное долголетие» жителями старше трудоспособного возраста муниципального образования (в соответствии с ежемесячным отчетом).

2. Количество опубликованных материалов в средствах массовой информации, официальном сайте органа местного самоуправления, группах муниципалитета в социальных сетях (подтверждение - ссылки на сайт, социальные сети и/или скан-копии газет).

3. Количество проведенных мероприятий (подтверждающие документы – положение, протоколы, фотографии, ссылки на информационные ресурсы).

4. Количество размещенных афиш (подтверждение – фотографии, ссылки на официальные сайты органов местного самоуправления, муниципальных учреждений, социальные сети, информационные ресурсы).

### **Отчет о реализации проекта на территории муниципального образования**

Отчет о реализации проекта на территории муниципального образования рекомендуется представлять ежемесячно до 02 числа месяца, следующего за отчетным; подтверждающие документы – положение, фотографии, афиши ежеквартально до 02 числа месяца, следующего за отчетным кварталом:

по направлению «физическая культура и спорт» по форме согласно приложению № 4 к настоящим Методическим рекомендациям в государственное областное автономное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Манеж»;

по направлению «культура» по форме согласно приложению № 5 к настоящим Методическим рекомендациям в структурное подразделение областного автономного учреждения культуры и искусства «Новгородское театральное-концертное агентство» «Областной Дом народного творчества» (блок культуры).

### **Нормативная база**

В соответствии со статьей 15 Федерального закона от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» к вопросам местного значения муниципального района относится:

обеспечение условий для развития на территории муниципального района физической культуры, школьного спорта и массового спорта,

организация проведения официальных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий муниципального района;

организация библиотечного обслуживания населения межпоселенческими библиотеками, комплектование и обеспечение сохранности их библиотечных фондов,

создание условий для обеспечения поселений, входящих в состав муниципального района, услугами по организации досуга и услугами организаций культуры,

создание условий для развития местного традиционного народного художественного творчества в поселениях, входящих в состав муниципального района.

В статье 9 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» конкретизированы полномочия органов местного самоуправления в области физической культуры и спорта:

развитие школьного спорта и массового спорта;

популяризация физической культуры и спорта среди различных групп населения;

организация проведения муниципальных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также организация физкультурно-спортивной работы по месту жительства граждан.

**Региональные операторы проекта:**

по направлению «физическая культура и спорт» - государственное областное автономное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Манеж»;

по направлению «культура» - структурное подразделение областного автономного учреждения культуры и искусства «Новгородское театральное-концертное агентство» «Областной Дом народного творчества» (блок культуры).

---

Приложение № 1  
к Методическим рекомендациям по  
реализации проекта «Активное  
долголетие» на территории  
муниципального образования  
Новгородской области

**ФОРМА ПЛАНА МЕРОПРИЯТИЙ**  
о реализации проекта «Активное долголетие»

(муниципальное образование)  
на \_\_\_\_\_ 20\_\_ года  
(месяц)

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения	Предполагаемое количество участников	Ответственный за мероприятие
1	2	3	4	5	6
<b>«Шаг к здоровью»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Час спорта»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Серебряная спартакиада»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Маршруты долголетия»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Школа здоровья»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					

Дата составления отчета « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

Руководитель органа управления физической культурой  
и спортом муниципального образования

---



---

(ПОДПИСЬ)

---

---

(И.О. Фамилия)

Приложение № 2  
к Методическим рекомендациям по  
реализации проекта «Активное  
долголетие» на территории  
муниципального образования  
Новгородской области

**ФОРМА ПЛАНА МЕРОПРИЯТИЙ**  
**о реализации проекта «Активное долголетие»**

(муниципальное образование)  
на \_\_\_\_\_ 20\_\_ года  
(месяц)

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения	Предполагаемое количество участников	Ответственный за мероприятие
1	2	3	4	5	6
<b>«Творческие встречи»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Музыкальная гостиная»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Танцы в радость»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Золотой кинематограф»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					

Дата составления отчета «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года  
Руководитель органа управления культурой  
муниципального образования

\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
(И.О. Фамилия)

Приложение № 3  
к Методическим рекомендациям по  
реализации проекта «Активное  
долголетие» на территории  
муниципального образования  
Новгородской области

**АФИША**

Приложение № 4  
к Методическим рекомендациям по  
реализации проекта «Активное  
долголетие» на территории  
муниципального образования  
Новгородской области

**ФОРМА ОТЧЕТА**  
**о реализации проекта «Активное долголетие»**

(муниципальное образование)  
на \_\_\_\_\_ 20\_\_ года  
(месяц)

Таблица 1

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения	Количество участников	Краткое описание мероприятия
1	2	3	4	5	6
<b>«Шаг к здоровью»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Час спорта»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Серебряная спартакиада»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Маршруты долголетия»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Школа здоровья»</b>					
1					
2					

3 и т.д.					
-------------	--	--	--	--	--

Таблица 2

№ п/п	Наименование публикации	Дата размещения публикации	Ссылка на сайт/источник публикации

Дата составления отчета «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

Руководитель органа управления физической культурой  
и спортом муниципального образования

\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
(И.О. Фамилия)

\_\_\_\_\_

Приложение № 5  
к Методическим рекомендациям по  
реализации проекта «Активное  
долголетие» на территории  
муниципального образования  
Новгородской области

**ФОРМА ОТЧЕТА**  
**о реализации проекта «Активное долголетие»**

(муниципальное образование)  
на \_\_\_\_\_ 20\_\_ года  
(месяц)

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения	Количество участников	Краткое описание мероприятия
1	2	3	4	5	6
<b>«Творческие встречи»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Музыкальная гостиная»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Танцы в радость»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					
<b>«Золотой кинематограф»</b>					
1					
2					
3 и т.д.					

Таблица 2

№ п/п	Наименование публикации	Дата размещения публикации	Ссылка на сайт/источник публикации

Дата составления отчета «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

Руководитель органа управления культурой  
муниципального образования

\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
(И.О. Фамилия)

\_\_\_\_\_