



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)

ПРИКАЗ

« 30 » декабря 2021 г.

№ 1089

**Об утверждении методических рекомендаций
по повышению двигательной активности граждан,
организации физкультурно-спортивной работы среди различных
категорий населения по месту жительства, отдыха и работы**

Во исполнение пунктов 1, 2, 8, 14 плана мероприятий по реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2020 г. № 3615-р (далее – план), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить Методические рекомендации по организации физкультурно-спортивной работы по месту жительства и отдыха граждан (Приложение № 1).

2. Утвердить Методические рекомендации по определению численности кадрового состава, обеспечивающего физкультурно-спортивную работу с населением по месту жительства и отдыха граждан (Приложение № 2).

3. Утвердить Методические рекомендации по поддержке и вовлечению работодателей и работников в реализацию спортивных программ на предприятиях в рамках развития корпоративного спорта (Приложение № 3).

4. Утвердить Методические рекомендации для физкультурно-спортивных организаций по осуществлению деятельности, направленной на повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности различных категорий населения (Приложение № 4).

МИНСПОРТ РОССИИ
Вн. № 1089
От 30.12.2021 л.

5. Рекомендовать органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, органам местного самоуправления, руководителям организаций различных форм собственности и ведомственной принадлежности использовать методические рекомендации, утвержденные настоящим приказом, в деятельности, направленной на повышение двигательной активности граждан, организацию физкультурно-спортивной работы среди различных категорий населения по месту жительства, отдыха и работы.

6. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации О.Х. Байсултанова.

Министр



О.В. Матыцин

Приложение № 4
к приказу Министерства спорта
Российской Федерации
от «30» декабря 2021 г. № 1089

**Методические рекомендации
для физкультурно-спортивных организаций по осуществлению деятельности,
направленной на повышение двигательной активности и уровня физической
подготовленности различных категорий населения**

1. Общие положения

Методические рекомендации для физкультурно-спортивных организаций по осуществлению деятельности, направленной на повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности различных категорий населения, разработаны в рамках исполнения пункта 14 плана мероприятий по реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12.2020 № 3615-р.

Методические рекомендации предназначены для руководителей и сотрудников физкультурно-спортивных организаций и направлены на увеличение двигательной активности граждан, повышение уровня физической подготовленности, а также обеспечение доступных условий и равных возможностей для занятий физической культурой и спортом для граждан всех возрастных категорий.

При разработке методических рекомендаций был проведен анализ действующих нормативно-правовых актов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, ежегодных докладов Президенту Российской Федерации об уровне физической подготовленности населения, рекомендаций к недельной двигательной активности, включенных в нормативно-тестирующую часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), а также Глобальных рекомендаций по физической активности для здоровья Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ).

В методических рекомендациях были учтены результаты социологического исследования об индивидуальных потребностях всех категорий и групп населения в занятиях физической культурой и спортом, проведенного Федеральным государственным бюджетным учреждением «Федеральный научный центр физической культуры и спорта», а также отчет о научно-исследовательской работе «Теоретические основы формирования двигательной активности взрослого населения от 25 лет и старше с учетом закономерностей и тенденций развития физической подготовленности».

По мнению ВОЗ отсутствие занятий физической культурой и спортом среди населения, а также недостаточная физическая активность у всех возрастных групп, считается одним из важнейших факторов риска, который приводит к развитию неинфекционных заболеваний и ухудшению здоровья, а также качества жизни населения.

Двигательная активность – это специализированная двигательная деятельность человека, предназначенная для решения комплекса социально-педагогических задач (физического совершенствования, оздоровления, рекреации, реабилитации, формирования и совершенствования личностных качеств и способностей человека, культуры личности, позитивных отношений с другими людьми и с природой), не имеющая соревновательного характера и не являющаяся элементом спортивной подготовки (тренировки).

2. Организация двигательной активности детей до 17 лет

Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников и школьников. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня их двигательной подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего организма, а также половозрастных особенностей. Дети, систематически занимающиеся физкультурой и спортом, отличаются повышенной устойчивостью организма к различным заболеваниям, проявляют положительные эмоции, способствующие укреплению здоровья.

Организация занятий физическими упражнениями в группах:

1. Занятия по повышению уровня двигательной активности детей с 2 до 3 лет рекомендуется проводить 2 раза в неделю, продолжительностью не менее 10 минут. Для детей в возрасте с 3 до 4 лет рекомендуется проводить 2 – 3 занятия по 15 – 20 минут в неделю. Начиная с 4-х летнего возраста, рекомендуется проводить 4 занятия в неделю, продолжительностью 20-30 минут.

2. Для выявления детей, наиболее предрасположенных к занятиям спортом, а также повышения двигательной активности рекомендуется на базе дошкольных образовательных организаций в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и с учетом примерной основной образовательной программы дошкольного образования, включающей раздел «Физическое развитие», создавать центры раннего физического развития детей.

3. Для вовлечения детей в занятия физической культурой и спортом, рекомендуется в общеобразовательных организациях создавать школьные спортивные клубы (далее — ШСК).

ШСК создается и осуществляет свою деятельность в целях вовлечения обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, формирования у детей мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья, а также участия команд ШСК в спортивных соревнованиях различного уровня среди образовательных организаций.

Организация самостоятельных занятий:

1. Детям рекомендуется заниматься не менее 60 минут в день физической активностью средней и высокой степени интенсивности. Физическая активность свыше 60 минут в день дает дополнительные преимущества для здоровья.

В каникулярное время рекомендуется заниматься от 3 до 4 часов в день физической активностью, например упражнениями аэробного циклического характера (бег, велоспорт, плавание, лыжи), гимнастическими упражнениями, закаливающими процедурами, утренней гимнастикой.

2. Для методической поддержки детей самостоятельно занимающихся физической культурой и спортом, рекомендуется размещать видеоуроки, мотивационные ролики, записи тренировок в информационно-телекоммуникационной сети интернет, используя инновационные технологии и платформы.

Для оценки эффективности занятий физической культурой и спортом, а также проверки уровня физической подготовленности детей до 17 лет рекомендуется выполнение нормативов испытаний (тестов) с 1 по 5 возрастные ступени Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО).

Вовлечение в занятия физической культурой и спортом детей до 17 лет.

В целях вовлечения детей в занятия физической культурой и спортом, рекомендуется проводить физкультурно-спортивные мероприятия, спортивные акции с привлечением олимпийских чемпионов, выдающихся спортсменов, других медийных личностей популярных в подростковой и детской среде.

Особое внимание рекомендуется обращать на эмоциональную сторону проведения физкультурно-спортивных мероприятий (муниципальных и региональных этапов Президентских состязаний, Президентских игр, соревнований школьных спортивных лиг по мини-футболу, баскетболу, хоккею и физкультурных мероприятий с выполнением нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО), яркие и запоминающиеся моменты надолго откладываются в памяти детей.

Для проведения физкультурно-спортивных мероприятий рекомендуется позаботиться о месте проведения, о спортивном оборудовании и инвентаре, их качестве и необходимом количестве, а также об удобном размещении зрителей. Заранее составить расписание соревнований, определить последовательность и время проведения каждого из них, разместить эту информацию на интернет ресурсах организаторов мероприятий, а также заинтересованных организаций, медийных лиц, других популярных интернет ресурсах и в публичных местах.

Для стимулирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом рекомендуется проводить совместные занятия и соревнования детей и родителей (Папа, мама, я – спортивная семья).

На таких занятиях дети младшего и среднего школьного возраста старательнее выполняют все движения, активны, самостоятельны, инициативны, стараются получить положительную оценку взрослых. Родители поддерживают детей, своим поведением показывают, что готовы порадоваться успехам ребенка. Все это способствует развитию у ребенка чувства уверенности в себе, самоуважения и любви к физической культуре и спорту.

3. Организация двигательной активности граждан от 18 лет и старше

При организации занятий физической культурой и спортом для граждан старше 18 лет рекомендуется учитывать их половозрастные особенности, физическую подготовленность и мотивацию к занятиям. Занятия рекомендуется организовывать с применением разных форм, средств и методов их проведения.

Организация двигательной активности среди граждан с 18 до 29 лет:

1. Для обеспечения доступности занятий физической культурой и спортом на базе образовательных организаций (высшего образования, профессионального образования), рекомендуется методически поддерживать деятельность студенческих спортивных клубов, проводить физкультурно-спортивные мероприятия с привлечением студенческих спортивных лиг по видам спорта.

2. Для популяризации и вовлечения граждан от 18 до 29 лет в занятия физической культурой и спортом рекомендуется содействовать в проведении физкультурно-спортивных мероприятий, а также спортивных праздников на пляжах, в парковых зонах и другим местах отдыха граждан (пешие старты, утренние зарядки, динамические гимнастики, заезды на велосипедах, спортивное ориентирование, мини турниры по волейболу, футболу, перетягивание каната).

Для проведения данных мероприятий рекомендуется заранее информировать граждан о физкультурно-спортивных мероприятиях, местах и времени проведения, доступном инвентаре, наличии волонтеров или инструкторов по спорту и графиком их работы.

Организация двигательной активности среди граждан среднего возраста:

1. В связи с ухудшением состояния здоровья населения, гиподинамией, несформированной потребностью к регулярным занятиям физической культурой, рекомендуется организовывать проведение производственной гимнастики в организациях (предприятиях). Гимнастику (физкульт паузу) рекомендуется организовывать совместно с профсоюзными организациями, советами трудовых коллективов.

2. Для стимулирования сотрудников к занятиям физической культурой и спортом по месту работы рекомендуется организовывать и поддерживать деятельность спортивных клубов по месту работы граждан, а также оказывать методическую поддержку организациям (предприятиям) в развитии корпоративного спорта.

Спортивный клуб может создаваться юридическими и физическими лицами с целью вовлечения сотрудников организации (предприятий) в систематические занятия физической культурой и спортом по месту работы.

Рекомендуется направить деятельность клубов на повышение двигательной активности и проведение физкультурно-спортивных мероприятий для работников организации и членов их семей, а также на подготовку к участию в физкультурно-спортивных мероприятиях различного уровня.

3. Для привлечения граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом по месту жительства, рекомендуется создавать физкультурно-спортивные клубы и осуществлять организационную и методическую поддержку их деятельности.

Для совершенствования работы физкультурно-спортивного клуба и увеличения численности занимающихся рекомендуется проведение анкетирований и/или опросов, в том числе посредством интернет ресурсов.

Клуб по месту жительства может осуществлять деятельность по организации и проведению занятий по физической культуре и различным видам спорта, а также проведению физкультурно-спортивных мероприятий по месту жительства.

Организация самостоятельных занятий:

1. Гражданам от 18 до 25 лет рекомендуется заниматься не менее 125 минут в неделю (не менее 20 минут в день) физической активностью средней интенсивности или выполнять аэробные упражнения высокой интенсивности не менее 75 минут в неделю или совершать не менее 6785 шагов в день.

2. Гражданам от 30 до 59 лет рекомендуется заниматься не менее 115 минут в неделю физической активностью средней интенсивности или совершать не менее 5930 шагов в день.

3. Для получения дополнительных преимуществ для здоровья, рекомендуется увеличивать время выполнения физических упражнений средней интенсивности до 300 минут в неделю или выполнять занятия аэробные упражнения высокой интенсивности до 150 минут в неделю или эквивалентный объем физических упражнений средней и высокой интенсивности.

3. В отпускное время рекомендуется заниматься не менее 2 часов в день физической активностью, например упражнениями аэробного циклического характера (бег, велоспорт, плавание, лыжи), гимнастическими упражнениями, закалывающими процедурами, утренней гимнастикой.

Для оценки эффективности занятий физической культурой и спортом, а также проверки уровня физической подготовленности для граждан 18 лет и старше рекомендуется выполнение нормативов испытаний (тестов) с 6 по 9 возрастные ступени комплекса ГТО.

Пропаганда занятий физической культурой и спортом среди граждан старше 18 лет.

Для вовлечения граждан 18 лет и старше в занятия физической культурой и спортом, а также для повышения двигательной активности, рекомендуется информировать население о программах, реализуемых в рамках национального проекта «Спорт норма жизни» и поддерживаемых Минспортом России, таких как:

1. «Зеленый фитнес» – проект, представляющий собой культурно-спортивное движение, направленное на популяризацию занятий спортом и ведение здорового образа жизни, посредством проведения еженедельных

бесплатных спортивных мероприятий на общественных пространствах города. Ознакомиться с проектом можно на официальном сайте (www.zel.fit).

2. «Человек идущий» – проект, реализуемый для стимулирования его участников к повышению ежедневной физической двигательной активности и направленный на увеличение количества людей систематически занимающихся физической культурой и спортом. Ознакомиться с проектом можно на официальном сайте (www.человекидущий.рф).

3. «Северная ходьба» – новый образ жизни. Проект разработан и реализуется для сотрудников предприятий и организаций, для приобщения их к занятиям северной (скандинавской) ходьбой. Ознакомиться с проектом можно на официальном сайте (www.dobrofiz.ru).

4. «Сила спорта» – проект, представляет собой совокупность мероприятий, направленных на пропаганду ценностей физической культуры и спорта, формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях двигательной активностью, физическом совершенствовании и ведении здорового образа жизни. Проект сфокусирован на увеличении доли граждан систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации. Ознакомиться с проектом можно на официальном сайте (www.nationalfitness.ru/sila-sporta).

4. Организация двигательной активности для граждан 60 лет и старше

Возрастные изменения организма у граждан старшего возраста, оказывают значительное влияние на методику проведения занятий физической культурой и спортом. На занятиях инструктору по спорту (тренеру) рекомендуется обращать внимание на половозрастные особенности, состояние здоровья и функциональное состояние граждан старшего возраста на момент занятия, а также акцентировать их внимание на оздоровительных аспектах физической культуры и спорта.

Организация занятий физическими упражнениями в группах:

6. Для привлечения большего числа граждан старшего возраста к занятиям физической культурой и спортом рекомендуется организовывать проведение физкультурно-оздоровительных занятий в первой половине дня. Местом проведения

занятий в весенне-летний период выбирать территории парков и скверов, а также в местах, предназначенных для прогулок. В осенне-зимний период рекомендуется проводить занятия в хорошо проветриваемых помещениях, предназначенных для занятий физической культурой. Комплекс гимнастики (или отдельные движения) может быть повторен и во второй половине дня или вечером, однако не позднее, чем за 2 часа до сна.

7. Для увеличения доступности физкультурно-оздоровительных занятий рекомендуется проводить дополнительные занятия на базе территориальных центров социального обслуживания населения или на объектах спортивной инфраструктуры.

Программа физкультурно-оздоровительных занятий должна базироваться на современных методиках сохранения здоровья и физической активности, учитывать соотношение объемов нагрузки и отдыха в определенном цикле занятий, периодичность и степень обновления упражнений.

8. Для увеличения двигательной нагрузки, эмоциональной разрядки, а также активного отдыха рекомендуется проводить для граждан старшего возраста физкультурные мероприятия состязательного характера, участники которых с учетом пола, возраста и физической подготовленности имеют примерно равные возможности в доступных им упражнениях (спартакиады, соревнования по видам спорта, дни здоровья, физкультурно-оздоровительные праздники, фестивали, конкурсы, подвижные игры).

Организация самостоятельных занятий:

1. Граждан старшего возраста рекомендуется заниматься физической активностью средней интенсивности не менее 90 минут в неделю (15 минут в день) или выполнять физические упражнения высокой интенсивности не менее 75 минут в неделю или совершать не менее 5570 шагов в день.

2. Физические упражнения рекомендуется выполнять сериями продолжительностью не менее 10 минут.

3. Рекомендуется выполнять упражнения на равновесие и предотвращение падений 3 и более дней в неделю.

4. Для получения дополнительных преимуществ в здоровье рекомендуется увеличивать аэробные упражнения (плавание, езда на велосипеде, ходьба, аэробика, танцы) средней интенсивности до 300 минут в неделю или выполнять упражнения высокой интенсивности до 150 минут в неделю.

Для оценки эффективности занятий физической культурой и спортом, а также проверки уровня физической подготовленности граждан старшего возраста рекомендуется выполнение нормативов испытаний (тестов) в 10 - 11 возрастных ступенях комплекса ГТО.

Пропаганда занятий физической культурой и спортом среди граждан старшего возраста.

1. Среди граждан старшего возраста рекомендуется вести агитационную и разъяснительную работу о пользе физической культуры в оздоровительных целях. Размещать в средствах массовой информации и интернет ресурсах информацию о местах занятий, работе спортивных секций в шаговой или транспортной доступности, а также анонсы ближайших физкультурно-спортивных мероприятий.

2. Для сбора и актуализации сведений о потребностях в занятиях физической культурой и спортом граждан старшего возраста, а также для открытия новых направлений рекомендуется проводить опросы и/или анкетирования (в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации о защите прав персональных данных).

5. Медицинское сопровождение занятий физической культурой и спортом

В соответствии со статьей 39 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» рекомендуется информировать граждан, занимающихся физической культурой и спортом, о ниже следующем:

Медицинское обеспечение граждан, занимающихся физической культурой и спортом, включает в себя:

- 1) систематический контроль за состоянием здоровья этих граждан;

2) оценку адекватности физических нагрузок этих граждан состоянию их здоровья;

3) профилактику и лечение заболеваний этих граждан и полученных ими травм, их медицинскую реабилитацию;

4) восстановление их здоровья средствами и методами, используемыми при занятиях физической культурой и спортом.

Организация медицинского сопровождения занятий физической культурой и спортом проходит в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях». Для занятий физической культурой и спортом гражданам всех возрастных групп необходимо получить медицинское заключение о допуске к занятиям.

6. Рекомендации по осуществлению деятельности физкультурно-спортивных организаций в условиях санитарно-эпидемиологических ограничений

В соответствии с методическими рекомендациями от 25.05.2020 МР 3.1/2.1.0184-20, разработанными Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей, и благополучия человека и утвержденными Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации, рекомендуется в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, следующее:

1. Перед открытием учреждений физической культуры и спорта (открытых и закрытых спортивных сооружений, физкультурно-оздоровительных комплексов, плавательных бассейнов и фитнес-клубов) организовать проведение генеральной уборки помещений с применением дезинфицирующих средств.

2. Минимизировать любые виды деятельности, требующие активного взаимодействия различных групп занимающихся, а также применять последовательное разделение друг от друга групп граждан, не связанных общими занятиями, планируя графики занятий последовательно, со сдвигом по времени.

3. Предоставить доступ к инвентарю, а также площадке для занятий и раздевалкам только для занимающихся, тренеров (инструкторов), персонала, проводящего очистку и дезинфекцию инвентаря.

4. Проводить дезинфекцию для инвентаря коллективного использования (мяч, штанга, гиря, булава), а также спортивных снарядов (брусья, бревно, турник) после каждого занятия силами персонала по уборке. Обработку индивидуального инвентаря и специальных приспособлений личного назначения (лыжи, коньки, шлем, очки, утяжелители) проводить занимающимися самостоятельно, по окончании тренировки.

5. Организовать ношения масок и перчаток занимающимися в течение всего времени пребывания на территории физкультурно-спортивного объекта, за исключением периода самих занятий.

6. Минимизировать продолжительность пребывания занимающихся в раздевалке до и после занятий. В целях разобщения занимающихся, при наличии возможности, рекомендуется использовать несколько раздевалок для уменьшения количества людей, пребывающих в одной раздевалке.

7. Организовывать дезинфекции после каждого использования раздевалки, с использованием дезинфицирующих средств с антивирусным действием.

7. Система дистанционного проведения физкультурных занятий и мероприятий

В условиях эпидемиологических ограничений и режима самоизоляции рекомендуется дистанционное проведение мероприятий, а также занятий физической культурой и спортом с использованием интернет ресурсов (ZOOM, Google Meet, Webinar, Discord).

Для проведения дистанционных мероприятий по физической культуре и спорту рекомендуется:

1. Информировать участников о проведении физкультурно-спортивных мероприятий в дистанционном режиме.
2. Опубликовывать положение о проведении мероприятия на интернет ресурсах проводящей организации для ознакомления всех заинтересованных сторон.
3. Собрать заявки на участие в мероприятии бесконтактным способом.
4. Заблаговременно проинформировать участников о формате и времени проведения мероприятия, необходимых технических ресурсах и инвентаре.
5. Проводить награждение победителей в онлайн формате с использованием интернет ресурсов или других каналов связи.

Для проведения дистанционных занятий рекомендуется заблаговременно информировать участников о времени проведения занятия, о необходимости подбора инвентаря для занятий, удобного размещения средств коммуникации. Инструкторам по спорту (тренерам) рекомендуется до начала проведения дистанционного занятия подготовить спортивную площадку или зал, компьютерную технику и средства коммуникаций для устойчивой связи с интернетом, инвентарь, используемый во время занятия.

В целях поддержки физической активности граждан Минспортом России реализованы проекты, которые могут быть использованы физкультурно-спортивными организациями для проведения дистанционных занятий, так и для самостоятельных занятий граждан:

1. Совместно с Общероссийской общественной организацией «Федерация фитнес-аэробики России» разработаны методические рекомендации для занятий физической культурой. Методические рекомендации включают примеры упражнений, которые могут выполняться в домашних условиях. В занятия включены элементы суставной гимнастики, упражнения на растягивание, дыхание и баланс. Рекомендации размещены на официальном сайте Министерства спорта Российской Федерации информационно-телекоммуникационная сети интернет.
2. На официальном сайте Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.

Лесгафта, Санкт-Петербург», опубликованы методические рекомендации для самостоятельных занятий физическими упражнениями. Ознакомится с ними можно, перейдя по ссылке «Тренируемся дома» с главной страницы сайта (www.lesgaft.spb.ru). Тренировки предназначены, в том числе для граждан старшего поколения, включая граждан с ограниченными возможностями здоровья.

**Для осуществления целей указанных в методических рекомендациях
физкультурно-спортивные организации могут руководствоваться
следующими документами:**

1. Перечень официальных физкультурных и спортивных мероприятий, подлежащих обязательному ежегодному включению в единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также в планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.11.2015 № 2390-р.

2. «Об утверждении Порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами», утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 23.03.2020 № 117 (зарегистрирован Минюстом России от 23.04.2020, регистрационный № 58189).

3. Методические рекомендации по формированию мотивации к занятиям физической культурой и спортом у подрастающего поколения, размещенные на официальном сайте Минспорта России, в разделе Деятельность, Грантовая программа Минспорта России, Методические рекомендации.

4. Лучшие модели организации массовой физкультурно-спортивной работы среди целевых возрастных и социальных групп населения созданных в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни», размещенные на официальном сайте Минспорта России, в разделе Физическая культура и спорт, Региональный опыт организации физкультурно-спортивной работы с населением.

5. Методические рекомендации по формированию клубной физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства населения и приобщения к здоровому, спортивному образу жизни детей, подростков, молодежи, размещенные на официальном сайте Минспорта России, в разделе Деятельность, Физическая культура и спорт.

6. Методические рекомендации по созданию и организации физкультурно-спортивной работы по месту жительства, отдыха граждан», утвержденные приказом Минспорта России от 25.09.2020 № 718, размещенные на официальном сайте Минспорта России, в разделе Спорт, Физическая культура и спорт, Физическое воспитание населения.

7. Методические рекомендации по проведению производственной гимнастики, и видеоуроки к ним, размещенные на официальном сайте Минспорта России, размещенные в разделе Деятельность, Физическая культура и спорт, Производственная гимнастика.

8. Всероссийский сводный календарный план физкультурных и спортивных мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в общеобразовательных организациях, организациях дополнительного образования, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования на 2021/2022 годы. Размещенный на официальном сайте ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания».

9. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий, размещенный на официальном сайте Минспорта России, в разделе Физическая культура и спорт.