

ПЛАН ДЕЙСТВИЙ
Программного проекта «Фитнес выходного дня»
(в рамках Федеральной программы «Фитнес и здоровье нации»)

- 1. Программное действие:** Разработка методологии вовлечения граждан всех социальных и возрастных групп к систематическим занятиям физической культурой и фитнесом, в форме открытых мероприятий для всех желающих, с теоретическим и практическим обучением профессиональными фитнес-инструкторами.

Описание: Фондом антикризисных проектов будет разработана методология и универсальный сценарий проведения открытых бесплатных массовых мероприятий по выходным дням для всех желающих граждан различных возрастных и социальных групп на общедоступных спортивно-досуговых объектах (школьные, муниципальные и ведомственные стадионы, дворовые спортивные площадки, парки, скверы и т.д.) для вовлечения всех желающих к систематическим занятиям физической культурой, фитнесом, лечебной физкультурой (далее по тексту – «Фитнес выходного дня»).

Мероприятия «Фитнес выходного дня» будут проводиться профессиональными фитнес-инструкторами и тренерами, а также дипломированными специалистами в сферах диетологии, детского развития, лечебной физкультуры, медицины и т.п. и будут сочетать в себе совмещение теоретических и практических занятий в развлекательной форме: массовые занятия (танцы, аэробика, ритмическая и китайская гимнастика и т.п.), мастер-классы по различным направлениям (силовой тренинг, бокс, восточные единоборства, кардиотренировки, упражнения на гимнастических снарядах, скандинавская ходьба и т.п.), а также семинары по вопросам диетологии и здорового питания, адаптивного фитнеса (для детей, инвалидов и лиц с противопоказаниями), лечебной физкультуре, массажу и т.п.

На первом этапе мероприятия «Фитнес выходного дня» будут проводиться в теплое время года (с середины мая до середины сентября) регулярно по субботам, с 10:00 до 12:00 часов по местному времени.

Исполнители:

- Фонд антикризисных проектов.

- 2. Программное действие:** Проведение мониторинга общедоступных объектов физической культуры, спорта и досуга в населенных пунктах Российской Федерации для определения мест проведения мероприятий «Фитнес выходного дня».

Описание: Фондом антикризисных проектов, совместно и по согласованию с региональными и муниципальными органами исполнительной власти, будет проведён мониторинг всех общедоступных объектов физической культуры, спорта и досуга в населенном пункте (спортивные дворовые площадки, школьные, муниципальные и ведомственные стадионы, парки, скверы и т.п.) на предмет выбора оптимальных мест проведения мероприятий «Фитнес выходного дня» по параметрам общедоступности объекта, посещаемости гражданами различных возрастных и социальных групп, обеспечения общественной безопасности органами правопорядка, наличия необходимого оборудования и свободной площади.

Итогом проведения мониторинга является согласованный с муниципальными органами исполнительной власти территориальный план проведения мероприятий «Фитнес выходного дня» в населенном пункте Российской Федерации.

Исполнители:

- Фонд антикризисных проектов;
- региональные и муниципальные органы исполнительной власти субъектов РФ.

- 3. Программное действие:** Разработка календарного плана проведения мероприятий «Фитнес выходного дня» в населенном пункте Российской Федерации.
- Описание:** Фондом антикризисных проектов, на основании территориального плана проведения мероприятий «Фитнес выходного дня» в населенном пункте Российской Федерации, будет разработан календарный план, включающий в себя даты и время проведения мероприятий «Фитнес выходного дня», и сценарий каждого мероприятия.
- Исполнители:**
- Фонд антикризисных проектов.
- 4. Программное действие:** Решение организационных вопросов проведения мероприятий «Фитнес выходного дня» в населенном пункте Российской Федерации.
- Описание:** Фондом антикризисных проектов, в рамках подготовки мероприятий «Фитнес выходного дня», будут решены вопросы согласования с территориальными органами исполнительной власти, обеспечения правопорядка, привлечения спонсоров и волонтеров, фитнес-инструкторов, тренеров и специалистов, спортивного инвентаря и оборудования, музыкального сопровождения, наглядной агитации и т.д., а также решены вопросы освещения в средствах массовой информации.
- Исполнители:**
- Фонд антикризисных проектов;
 - региональные и муниципальные органы исполнительной власти субъектов РФ;
 - организации из числа официальных партнеров Фонда антикризисных проектов;
 - сторонние организации, привлекаемые для исполнения работ или услуг.
- 5. Программное действие:** Информирование граждан и приглашение на мероприятия «Фитнес выходного дня», с указанием сценария, мест, даты и времени проведения.
- Описание:** Фондом антикризисных проектов, с привлечением волонтеров и средств массовой информации, будет осуществлено информирование граждан населенного пункта, по территориальной принадлежности к местам проведения мероприятия «Фитнес выходного дня», в форме поквартирного обхода на предмет проведения адресных презентаций и популяризации мероприятий «Фитнес выходного дня» с персональным приглашением с передачей информационных материалов, размещения наглядной агитации на информационных досках близлежащих жилых домов и наружной рекламы на объектах проведения мероприятий «Фитнес выходного дня», размещения информации в местных печатных и электронных СМИ, а также в форме различных промо-акций.
- Исполнители:**
- Фонд антикризисных проектов.
- 6. Программное действие:** Проведение мероприятий «Фитнес выходного дня».
- Описание:** Фондом антикризисных проектов, с привлечением волонтеров, а также с участием фитнес-инструкторов, тренеров и специалистов, согласно утвержденных и согласованных территориальных и календарных планов, в соответствии сценариев, будут проводиться регулярные мероприятия «Фитнес выходного дня».
- Исполнители:**
- Фонд антикризисных проектов;
 - региональные и муниципальные органы исполнительной власти субъектов РФ;
 - организации из числа официальных партнеров Фонда антикризисных проектов;
 - сторонние организации, привлекаемые для исполнения работ или услуг.