

Реализация приоритетного регионального проекта «Активное долголетие» на территории Пестовского муниципального округа.

Спорт

В рамках реализации приоритетного регионального проекта «Активное долголетие» на территории Пестовского муниципального округа за 10 месяцев 2024 года, проведено 575 мероприятий, в которых приняло участие 4835 граждан старше трудоспособного возраста.

На регулярной основе в спортивных учреждениях округа проводятся мероприятия по 5 блокам активностей проекта:

1 ШАГ К ЗДОРОВЬЮ

В рамках данного блока за отчетный период в Пестовском округе проведено 35 мероприятий, 782 посещения. Три раза в неделю проводятся «Фитнесс 55+» с участием фитнес-инструктора. Два раза в неделю проводятся мастер-классы и пешеходные оздоровительные прогулки (скандинавская ходьба) по разработанным маршрутам, занятия по стрельбе, шахматам, дартсу, настольному теннису. Два раза в месяц в плавательном бассейне организованы занятия по аквааэробике.

2 ЧАС СПОРТА

В рамках блока «Час спорта», в учреждениях спорта 2 раза в неделю с фитнес-инструктором проводятся массовые зарядки. За отчетный период проведено 80 мероприятий, 482 посещения.

3 СЕРЕБРЯНАЯ СПАРТАКИАДА

Ежегодно в рамках регионального проекта «Активное долголетие» проводится спартакиада ветеранов Пестовского муниципального округа «Возраст спорту не помеха» по 6 видам спорта: лыжные гонки, плавание, скандинавская ходьба, дартс, городки, стрельба. (Участие в спартакиаде принимает более 100 человек.)

Ежегодно в округе проводится фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), для лиц старше трудоспособного возраста. За 2023 год, обладателями знаков ГТО в возрастной категории 55 лет и старше получили золотые знаки отличия 9 человек, и серебрянный знак отличия 1 человек.

4 МАРШРУТЫ ДОЛГОЛЕТИЯ

В рамках блока «Маршруты долголетия», под руководством инструктора, проводятся пешеходные оздоровительные прогулки, занятия по скандинавской ходьбе по разработанным маршрутам. А также проводятся соревнования по скандинавской ходьбе.

За отчетный период проведено 44 мероприятия, 480 посещений.

5 ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ

В отчетном периоде в официальных группах спортивных учреждений размещено 26 публикаций на тему здорового образа жизни и поддержания физической активности.