

УТВЕРЖДАЮ:  
Начальник УСЗН ТиНАО

(должность)



И.Ю. Осипова

(подпись) (Ф.И.О. уполномоченного лица.)

«21» февраля 2020 г.

### Извещение

*об объявлении отбора Управлением социальной защиты населения Троицкого и Новомосковского административных округов города Москвы организаций (индивидуальных предпринимателей) для участия в проекте «Московское долголетие»*

В целях реализации проекта «Московское долголетие» Управление социальной защиты населения Троицкого и Новомосковского административных округов города Москвы объявляет отбор организаций и индивидуальных предпринимателей для проведения занятий по следующим целевым направлениям в соответствии с Основными требованиями и условиями проведения досуговых мероприятий для граждан старшего поколения (приложение 1):

1. Общая физическая подготовка.
2. Фитнес, тренажеры.
3. Скандинавская ходьба.
4. Гимнастика.
5. Здорово жить.
6. Художественно – прикладное творчество.
7. Танцы.
8. Пение.
9. Рисование.
10. Информационные технологии.
11. Английский язык.
12. Шахматы, шашки.
13. Спортивные игры.
14. Борьба.
15. Лыжи.
16. Коньки.
17. Велоспорт.
18. Литература.
19. Музыка, фольклор.
20. Фото/видео.
21. Домоводство.
22. Красота и стиль.
23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность.
24. История, искусство, краеведение.
25. Психология и коммуникации.
26. Образовательный практикум.
27. Иностранные языки.
28. Настольные игры.
29. Интеллектуальные игры.

Срок проведения занятий с «6» марта 2020 г. по «31» декабря 2020 г.

Стоимость досуговых занятий соответствует эквивалентам стоимости досуговых занятий для граждан старшего поколения, утвержденным приказом Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
<b>Район <u>Десеновское</u></b>		
<u>Лот № 1. Общая физическая подготовка</u>		
<u>Лот № 2. Фитнес, тренажеры</u>		
<u>Лот № 3. Скандинавская ходьба</u>		
<u>Лот № 4. Гимнастика</u>		
<u>Лот № 5. Художественно – прикладное творчество</u>		
<u>Лот № 6. Образовательные программы</u>		
<u>Лот № 7. Танцы</u>		
<u>Лот № 8. Пение</u>		
<u>Лот № 9. Рисование</u>		
<u>Лот № 10. Информационные технологии</u>		
<u>Лот № 11. Английский язык</u>		
<u>Лот № 12. Шахматы, шашки</u>		
<u>Лот № 13. Спортивные игры</u>		
<u>Лот № 14. Борьба</u>		
<u>Лот № 15. Лыжи</u>		
<u>Лот № 16. Коньки</u>		
<u>Лот № 17. Велоспорт</u>		
<u>Лот № 18. Литература</u>		
<u>Лот № 19. Музыка, фольклор</u>		
<u>Лот № 20. Фото/видео</u>		
<u>Лот № 21. Домоводство</u>		
<u>Лот № 22. Красота и стиль</u>		
<u>Лот № 23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</u>		
<u>Лот № 24. История, искусство, краеведение</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	400
<u>Лот № 25. Психология и коммуникации</u>		
<u>Лот № 26. Образовательный практикум</u>		
<u>Лот № 27. Иностранные языки</u>		
<u>Лот № 28. Настольные игры</u>		
<u>Лот № 29. Интеллектуальные игры</u>		

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
<b>Район Новофедоровское</b>		
<u>Лот № 1. Общая физическая подготовка</u>		
<u>Лот № 2. Фитнес, тренажеры</u>		
<u>Лот № 3. Скандинавская ходьба</u>		
<u>Лот № 4. Гимнастика</u>		
<u>Лот № 5. Художественно – прикладное творчество</u>		
<u>Лот № 6. Образовательные программы</u>		
<u>Лот № 7. Танцы</u>		
<u>Лот № 8. Пение</u>		
<u>Лот № 9. Рисование</u>		
<u>Лот № 10. Информационные технологии</u>		
<u>Лот № 11. Английский язык</u>		
<u>Лот № 12. Шахматы, шашки</u>		
<u>Лот № 13. Спортивные игры</u>		
<u>Лот № 14. Борьба</u>		
<u>Лот № 15. Лыжи</u>		
<u>Лот № 16. Коньки</u>		
<u>Лот № 17. Велоспорт</u>		
<u>Лот № 18. Литература</u>		
<u>Лот № 19. Музыка, фольклор</u>		
<u>Лот № 20. Фото/видео</u>		
<u>Лот № 21. Домоводство</u>		
<u>Лот № 22. Красота и стиль</u>		
<u>Лот № 23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</u>		
<u>Лот № 24. История, искусство, краеведение</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	400
<u>Лот № 25. Психология и коммуникации</u>		
<u>Лот № 26. Образовательный практикум</u>		
<u>Лот № 27. Иностранные языки</u>		
<u>Лот № 28. Настольные игры</u>		
<u>Лот № 29. Интеллектуальные игры</u>		

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
<b>Район <u>Кокоскино</u></b>		
<u>Лот № 1. Общая физическая подготовка</u>		
<u>Лот № 2. Фитнес, тренажеры</u>		
<u>Лот № 3. Скандинавская ходьба</u>		
<u>Лот № 4. Гимнастика</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	420
<u>Лот № 5. Художественно – прикладное творчество</u>		
<u>Лот № 6. Образовательные программы</u>		
<u>Лот № 7. Танцы</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	420
<u>Лот № 8. Пение</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	1680
<u>Лот № 9. Рисование</u>		
<u>Лот № 10. Информационные технологии</u>		
<u>Лот № 11. Английский язык</u>		
<u>Лот № 12. Шахматы, шашки</u>		
<u>Лот № 13. Спортивные игры</u>		
<u>Лот № 14. Борьба</u>		
<u>Лот № 15. Лыжи</u>		
<u>Лот № 16. Коньки</u>		
<u>Лот № 17. Велоспорт</u>		
<u>Лот № 18. Литература</u>		
<u>Лот № 19. Музыка, фольклор</u>		
<u>Лот № 20. Фото/видео</u>		
<u>Лот № 21. Домоводство</u>		
<u>Лот № 22. Красота и стиль</u>		
<u>Лот № 23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</u>		
<u>Лот № 24. История, искусство, краеведение</u>		
<u>Лот № 25. Психология и коммуникации</u>		
<u>Лот № 26. Образовательный практикум</u>		
<u>Лот № 27. Иностранные языки</u>		
<u>Лот № 28. Настольные игры</u>		
<u>Лот № 29. Интеллектуальные игры</u>		

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
<b>Район <u>Московский</u></b>		
<u>Лот № 1. Общая физическая подготовка</u>		
<u>Лот № 2. Фитнес, тренажеры</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	525
<u>Лот № 3. Скандинавская ходьба</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	525
<u>Лот № 4. Гимнастика</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	2625
<u>Лот № 5. Художественно – прикладное творчество</u>		
<u>Лот № 6. Образовательные программы</u>		
<u>Лот № 7. Танцы</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	1575
<u>Лот № 8. Пение</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	1050
<u>Лот № 9. Рисование</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	1050
<u>Лот № 10. Информационные технологии</u>		
<u>Лот № 11. Английский язык</u>		
<u>Лот № 12. Шахматы, шашки</u>		
<u>Лот № 13. Спортивные игры</u>		
<u>Лот № 14. Борьба</u>		
<u>Лот № 15. Лыжи</u>		
<u>Лот № 16. Коньки</u>		
<u>Лот № 17. Велоспорт</u>		
<u>Лот № 18. Литература</u>		
<u>Лот № 19. Музыка, фольклор</u>		
<u>Лот № 20. Фото/видео</u>		
<u>Лот № 21. Домоводство</u>		
<u>Лот № 22. Красота и стиль</u>		
<u>Лот № 23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</u>		
<u>Лот № 24. История, искусство, краеведение</u>		
<u>Лот № 25. Психология и коммуникации</u>		
<u>Лот № 26. Образовательный практикум</u>		
<u>Лот № 27. Иностранные языки</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	1050
<u>Лот № 28. Настольные игры</u>		
<u>Лот № 29. Интеллектуальные игры</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	1050

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
<b>Район Троицк</b>		
<u>Лот № 1. Общая физическая подготовка</u>		
<u>Лот № 2. Фитнес, тренажеры</u>		
<u>Лот № 3. Скандинавская ходьба</u>		
<u>Лот № 4. Гимнастика</u>		
<u>Лот № 5. Художественно – прикладное творчество</u>		
<u>Лот № 6. Образовательные программы</u>		
<u>Лот № 7. Танцы</u>		
<u>Лот № 8. Пение</u>		
<u>Лот № 9. Рисование</u>		
<u>Лот № 10. Информационные технологии</u>		
<u>Лот № 11. Английский язык</u>		
<u>Лот № 12. Шахматы, шашки</u>		
<u>Лот № 13. Спортивные игры</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	800
<u>Лот № 14. Борьба</u>		
<u>Лот № 15. Лыжи</u>		
<u>Лот № 16. Коньки</u>		
<u>Лот № 17. Велоспорт</u>		
<u>Лот № 18. Литература</u>		
<u>Лот № 19. Музыка, фольклор</u>		
<u>Лот № 20. Фото/видео</u>		
<u>Лот № 21. Домоводство</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	400
<u>Лот № 22. Красота и стиль</u>		
<u>Лот № 23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</u>		
<u>Лот № 24. История, искусство, краеведение</u>	с 01.04.2020 по 31.12.2020	400
<u>Лот № 25. Психология и коммуникации</u>		
<u>Лот № 26. Образовательный практикум</u>		
<u>Лот № 27. Иностранные языки</u>		
<u>Лот № 28. Настольные игры</u>		
<u>Лот № 29. Интеллектуальные игры</u>		

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
<b>Район Рязановское</b>		
<u>Лот № 1. Общая физическая подготовка</u>		
<u>Лот № 2. Фитнес, тренажеры</u>		
<u>Лот № 3. Скандинавская ходьба</u>		
<u>Лот № 4. Гимнастика</u>		
<u>Лот № 5. Художественно – прикладное творчество</u>		
<u>Лот № 6. Образовательные программы</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	700
<u>Лот № 7. Танцы</u>		
<u>Лот № 8. Пение</u>		
<u>Лот № 9. Рисование</u>		
<u>Лот № 10. Информационные технологии</u>		
<u>Лот № 11. Английский язык</u>		
<u>Лот № 12. Шахматы, шашки</u>		
<u>Лот № 13. Спортивные игры</u>		
<u>Лот № 14. Борьба</u>		
<u>Лот № 15. Лыжи</u>		
<u>Лот № 16. Коньки</u>		
<u>Лот № 17. Велоспорт</u>		
<u>Лот № 18. Литература</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	700
<u>Лот № 19. Музыка, фольклор</u>		
<u>Лот № 20. Фото/видео</u>		
<u>Лот № 21. Домоводство</u>		
<u>Лот № 22. Красота и стиль</u>		
<u>Лот № 23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</u>		
<u>Лот № 24. История, искусство, краеведение</u>		
<u>Лот № 25. Психология и коммуникации</u>		
<u>Лот № 26. Образовательный практикум</u>		
<u>Лот № 27. Иностранные языки</u>		
<u>Лот № 28. Настольные игры</u>		
<u>Лот № 29. Интеллектуальные игры</u>		

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
<b>Район Щербинка</b>		
<u>Лот № 1. Общая физическая подготовка</u>		
<u>Лот № 2. Фитнес, тренажеры</u>		
<u>Лот № 3. Скандинавская ходьба</u>		
<u>Лот № 4. Гимнастика</u>		
<u>Лот № 5. Художественно – прикладное творчество</u>		
<u>Лот № 6. Образовательные программы</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	700
<u>Лот № 7. Танцы</u>		
<u>Лот № 8. Пение</u>	с 06.03.2020 по 31.12.2020	700
<u>Лот № 9. Рисование</u>		
<u>Лот № 10. Информационные технологии</u>		
<u>Лот № 11. Английский язык</u>		
<u>Лот № 12. Шахматы, шашки</u>		
<u>Лот № 13. Спортивные игры</u>		
<u>Лот № 14. Борьба</u>		
<u>Лот № 15. Лыжи</u>		
<u>Лот № 16. Коньки</u>		
<u>Лот № 17. Велоспорт</u>		
<u>Лот № 18. Литература</u>		
<u>Лот № 19. Музыка, фольклор</u>		
<u>Лот № 20. Фото/видео</u>		
<u>Лот № 21. Домоводство</u>		
<u>Лот № 22. Красота и стиль</u>		
<u>Лот № 23. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</u>		
<u>Лот № 24. История, искусство, краеведение</u>		
<u>Лот № 25. Психология и коммуникации</u>		
<u>Лот № 26. Образовательный практикум</u>		
<u>Лот № 27. Иностранные языки</u>		
<u>Лот № 28. Настольные игры</u>		
<u>Лот № 29. Интеллектуальные игры</u>		



**Требования, предъявляемые к претендентам на участие в проекте «Московское долголетие»:**

В отборе могут принимать участие юридические лица, независимо от их организационно-правовой формы, индивидуальные предприниматели (далее – Претенденты), проводящие культурные, образовательные, физкультурные, оздоровительные и иные досуговые мероприятия (далее – досуговые занятия).

Претенденты на получение гранта из бюджета города Москвы не должны иметь задолженности по налогам, сборам и иным платежам в бюджетные системы Российской Федерации, срок исполнения по которым наступил в соответствии с законодательством Российской Федерации, просроченной задолженности перед бюджетом города Москвы.

Претенденты на получение гранта не должны находиться в процессе реорганизации, ликвидации, банкротства и не должны иметь ограничения на осуществление хозяйственной деятельности.

Претенденты на участие в реализации проекта «Московское долголетие», представляют заявку в территориальный центр социального обслуживания по месту проведения досуговых занятий (далее — уполномоченную организацию) на проведение занятий и документы, подтверждающие отсутствие просроченной задолженности по налогам, сборам и иным обязательным платежам в бюджеты бюджетной системы Российской Федерации, полученные в установленном порядке не ранее чем за 6 месяцев до дня подачи заявки на получение гранта (справка из налогового органа), в том числе:

- подписанное руководителем или уполномоченным лицом Претендента письмо об отсутствии процедур ликвидации или банкротства в отношении Претендента (за исключением государственных учреждений города Москвы); подписанное руководителем или уполномоченным лицом Претендента письмо об отсутствии приостановлений его деятельности на день подачи заявки (за исключением государственных учреждений города Москвы);
- перечень досуговых занятий, планируемых к проведению организацией в рамках проекта «Московское долголетие»;
- описание, количественные и качественные характеристики, сроки проведения планируемых к проведению занятий;
- перечень площадок для проведения досуговых занятий;
- копии правоустанавливающих документов на объект (площадку), за исключением площадок территориальных центров социального обслуживания; копии учредительных (регистрационных) документов;
- выписку из Единого государственного реестра юридических лиц/Единого государственного реестра индивидуальных предпринимателей, выданную федеральным органом исполнительной власти (оригинал или копия) не ранее чем за шесть месяцев до дня подачи заявки (за исключением государственных учреждений города Москвы);
- копию свидетельства о постановке на учет в налоговом органе;
- документ, подтверждающий назначение на должность руководителя Претендента, или доверенность, подтверждающую полномочия физического лица на подписание договоров от лица Претендента (кроме индивидуальных предпринимателей);
- копию годовой бухгалтерской отчетности/декларации за последний отчетный год с приложениями или документ, заменяющий его в соответствии с законодательством Российской Федерации, за последний отчетный период (с отметкой налогового органа) (за исключением государственных учреждений города Москвы);

- доверенность на представление интересов в уполномоченной организации с правом подачи анкеты-заявки с приложенными документами в рамках проекта «Московское долголетие»;
- перечень сотрудников Претендента, которым в случае признания участником Проекта, будет организован доступ в информационные системы (в том числе в формате xls).

Сведения, содержащиеся в заявке Претендента, не должны допускать неоднозначных толкований.

Все документы, прилагаемые к заявке Претендента, должны быть скреплены печатью и заверены подписью уполномоченного лица.

Претендент, получивший уведомление о необходимости доработки заявки и (или) представления необходимых документов, дорабатывает заявку и повторно представляет ее в уполномоченную организацию в срок не позднее 5 рабочих дней со дня получения указанного уведомления.

В случае непредставления Претендентом доработанной заявки и (или) документов в установленные в уведомлении сроки Претендент не допускается к отбору для участия в реализации проекта «Московское долголетие».

Решение о допуске организации до участия в проекте «Московское долголетие» принимается исходя из следующих критериев:

1. Наличие у организации материально-технической базы, достаточной для проведения досуговых занятий, в том числе помещений (территорий), оборудования, материалов и инвентаря, необходимых для проведения досуговых занятий, указанных в заявке.

2. Наличие в штате организации персонала, обладающего профессиональными навыками в сфере проведения досуговых занятий, либо наличие гражданско-правовых договоров о привлечении такого персонала.

3. Наличие у организации опыта проведения досуговых занятий.

4. Возможность выполнения организацией требуемых объемов проведения досуговых занятий и сроков их проведения, в том числе с учетом сезонности, продолжительности проведения занятий, а также иной специфики проведения занятий.

5. Наличие у организации наград, грамот, благодарностей и иных поощрений за осуществление деятельности в сфере проведения досуговых занятий (в случае приложения таких документов к заявке).

6. Отсутствие у организации нарушений обязательств об участии в реализации Проекта в течение последних 12 полных месяцев, предшествующих месяцу объявления отбора для включения в реализацию Проекта.

7. Организация не является иностранным юридическим лицом, а также российским юридическим лицом, в уставном (складочном) капитале которого доля участия иностранного юридического лица, местом регистрации которого является государство или территория, включенные в утверждаемый Министерством финансов Российской Федерации перечень государств и территорий, предоставляющих льготный налоговый режим налогообложения и (или) не предусматривающих раскрытия и предоставления информации при проведении финансовых операций (офшорные зоны) в отношении такого юридического лица, в совокупности превышает 50 процентов.

#### **Срок, место и порядок приема заявок:**

Прием заявок и пакета документов для участия в отборе производится по рабочим дням с 09 час. 00 мин. до 18 час. 00 мин., в пятницу с 09 час. 00 мин. до 15 час. 45 мин., перерыв с 13.00 до 13.45, в центрах социального обслуживания по месту проведения занятий:

• ГБУ ЦСО «Щербинский», расположенный по адресу: 117148, г. Москва, ул. Брусилова, д.17, кабинет 1; телефон: 8 (499) 234-06-08.

• ГБУ ЦСО «Московский», расположенный по адресу: 108811, г. Москва, г. Московский, микрорайон 3, стр. 2а, кабинет 33; телефон: 8 (495) 261-04-90.

• ГБУ ЦСО «Троицкий», расположенный по адресу: 108840, г. Москва, г.о. Троицк, ул. Физическая, д.4, кабинет 216; телефон: 8 (499) 673-31-40.

**Заявки оформляются в печатной форме (организации оформляют заявки на фирменных бланках), нумерация листов – сквозная.**

**Дата начала подачи заявок – «25» февраля 2020 г.**

**Дата окончания срока подачи заявок – «2» марта 2020г.**

**Заявки, поданные позже указанного срока, не рассматриваются.**

Приложение 1  
к извещению об объявлении  
отбора УСЗН ТиНАО организаций  
(индивидуальных  
предпринимателей)  
для участия в проекте  
«Московское долголетие»

**Основные требования и условия проведения досуговых занятий для граждан старшего поколения**

<b>Направление мероприятий</b>	<b>Краткое описание мероприятий</b>	<b>Продолжительность одного занятия</b>	<b>Периодичность проведения</b>	<b>Условия, место проведения</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 программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Программы включают 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.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой

<b>Фитнес, тренажеры</b>	Занятия с использованием современных методик фитнес-программ, адаптированных с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Использование тренажеров и специального инвентаря, позволяющих разнообразить виды физической нагрузки, подобрать индивидуальные методики укрепления физического здоровья. В том числе атлетическая гимнастика, зумба, ритмика и движение, сайкл (тренажеры), степ-аэробика, танцевальная физкультура, аэробика, боди-балет, йога, калланетика, пилатес, стретчинг, шейпинг.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие 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. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь, палки для скандинавской ходьбы	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой

<b>Гимнастика</b>	Комплекс физических и дыхательных упражнений, направленных на развитие координации, повышение эластичности мышц, подвижности суставов. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. В том числе адаптивная и тонизирующая гимнастика, дыхательная гимнастика, корригирующая гимнастика для глаз, ушу, цигун.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Здорово жить</b>	Проведение обучающих лекций о здоровом образе жизни, демонстрация информационных и наглядных материалов, обучение практическим навыкам, обсуждение, скрининг-обследования (при необходимости).	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Залы организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>Художественно-прикладное творчество</b>	Проведение занятий по различным видам декоративно-прикладного искусства, направленным на развитие эстетического вкуса, расширение представления о сфере применения декоративно-прикладных	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	<p>техник, тренировку мелкой моторики и поддержание интеллектуальной активности. В том числе кройка и шитье, вышивка, вязание, бисероплетение, валяние из шерсти, витражное искусство, декупаж, изготовление аксессуаров и декоративных украшений, скрапбукинг (изготовление и оформление фотоальбомов), изготовление кукол и игрушек, канзаши (японские традиционные женские украшения из атласных лент), карвинг, керамика, плетение из бумаги, художественная обработка древесины, фитодизайн, шары темари.</p>					
<b>Танцы</b>	<p>Проведение занятий по танцевальным программам, адаптированным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий, с использованием комплексного подхода и гармоничного сочетания основ дыхательной гимнастики, хореографии, музыки, пластики и танцев народов мира.</p>	<p>Не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2-х занятий в неделю</p>	<p>Помещения организаций</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Ограничений нет</p>

<b>Пение</b>	Обучение правильному воспроизведению 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.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>Рисование</b>	Проведение занятий по специально подобранным и максимально интересным методикам обучения изобразительной грамоте, видению, анализу и грамотному изображению объемных форм на плоскости, колористике.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<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. Обучение навыкам работы на компьютере, использования	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, компьютерные классы	Не требуется	Ограничений нет



	мобильных устройств, пользования социальными сетями и электронными услугами.					
<b>Английский язык</b>	Обучение основам 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. Английский язык для начинающих. Английский язык разговорный.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>Шахматы, шашки</b>	Проведение занятий по теории и практике шахматного и шашечного мастерства, проведение турниров.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, парковые зоны	Не требуется	Ограничений нет
<b>Спортивные игры</b>	Проведение занятий по игровым видам спорта, направленных на поддержание физической активности людей старшего возраста. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. В том числе игры с мячом	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона, помещения организаций	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой

	(футбол, баскетбол и другие), стрельба (из пневматического\лазерного оружия\лука), дартс, бильярд, большой теннис, настольный теннис, городки, бадминтон, хоккей и другие подвижные игры.					
<b>Борьба</b>	Обучение навыкам владения боевого искусства различной направленности (бокс, джиу-джитсу, искусство рукопашного боя, капоэйра, каратэ, самбо, иные виды боевых искусств). Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, спортивный зал, спортивная площадка	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Льжи</b>	Обучение технике ходьбы (бега) на лыжах по программам, адаптированным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Организация групповых лыжных прогулок.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Коньки</b>	Обучение технике катания на коньках (ледовых или роликовых) по программам,	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям

	адаптированным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Организация группового катания на коньках.					физической культурой
<b>Велоспорт</b>	Проведение занятий по обучению навыкам и совершенствованию техники езды на велосипеде, правилам дорожного движения для велосипедистов. Организация групповых велопрогулок. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Велодорожки, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
<b>Литература</b>	Проведение лекций, дискуссий, поэтических вечеров, направленных на изучение философских и культурологических аспектов литературного творчества. Знакомство с жизнью и творчеством отечественных и зарубежных писателей и поэтов.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>Музыка, фольклор</b>	Музыкально-просветительский лекторий. Проведение занятий по	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	изучению истории музыки с прослушиванием музыкальных композиций. Изучение музыкальных жанров, народного фольклора, жизни и творчества композиторов и музыкальных деятелей.					
<b>Фото/видео</b>	Обучение правилам пользования фото и видео техникой. Освоение методов фотографирования и видеосъемки. Обучение навыкам цифровой обработки изображений в графических редакторах и основам видеомонтажа.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Фото и видео техника	Ограничений нет
<b>Домоводство</b>	Проведение занятий по различным аспектам ведения домашнего хозяйства. Вторая жизнь вещей. Обучение основам дизайна интерьера, ландшафтного дизайна, флористики. Огород на подоконнике. Садоводство. Столярное мастерство (изготовление скворечников и пр.). Кулинарные курсы.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>Красота и стиль</b>	Проведение занятий по изучению истории моды и прически. Советы по уходу за кожей в зрелом возрасте. Уход за волосами, массаж головы. Школа макияжа. Школа маникюра.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

<b>Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность</b>	Проведение занятий по формированию навыков эффективного управления личными финансами. Изучение правовой системы защиты людей старшего поколения, основных направлений и механизмов реализации государственной социальной политики в отношении граждан старшего поколения. Обучение способам защиты от мошенничества.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>История, искусство, краеведение</b>	Изучение истории и культуры Москвы и России. Проведение лекций по истории искусства, кинематографа, литературы с использованием иллюстративного материала. Цикл лекций и бесед по основам духовной культуры. Москвоведение.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>Психология и коммуникации</b>	Проведение занятий по развитию психологической культуры и личностного потенциала людей старшего поколения. Формирование позитивного самовосприятия и восприятия жизненных обстоятельств. Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения. Психологические лектории, тренинги личностного роста.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

<b>Образовательный практикум</b>	<p>Проведение обучающих занятий по актуальной тематике. Автомобильная школа. Ментальная арифметика. Занятия по улучшению памяти. Обучение навыкам игры на музыкальных инструментах (гитара, фортепиано и др.). Обучение основам организации и ведения собственного бизнеса, ознакомление с мерами поддержки предпринимательства в Москве. Орнитология (изучение птиц). Школа пчеловода. Программа занятий экологической направленности. Программа школы для помощи внукам. Экскурсионные программы посещения музеев, вольерных комплексов и др. Проведение занятий по развитию эмоционального интеллекта. Иные занятия обучающей направленности.</p>	<p>Не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2-х занятий в неделю</p>	<p>Помещения организации, парковая зона</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Ограничений нет</p>
<b>Иностранные языки</b>	<p>Изучение иностранных языков (французский, испанский, немецкий, итальянский и другие). Обучение основам грамматики в увлекательной, игровой форме, с отработкой навыков аудирования, чтения и говорения, изучение слов и</p>	<p>Не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2-х занятий в неделю</p>	<p>Помещения организаций</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Ограничений нет</p>

	выражений, используемых в конкретных жизненных ситуациях, отработка изучаемых конструкций в монологах и диалогах, развитие коммуникативных умений.					
<b>Настольные игры</b>	Обучение правилам и организация настольных игр (русское лото, современные настольные игры, иные настольные игры) с целью профилактики снижения когнитивных способностей в связи с возрастными особенностями.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<b>Интеллектуальные игры</b>	Обучением правилам и организация игр, основанных на применении игроками своего интеллекта и/или эрудиции (брейн-ринг, викторины, квест, иные интеллектуальные игры) с целью профилактики снижения когнитивных способностей в связи с возрастными особенностями.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет