



— У ФВСАР есть проект, нацеленный на подготовку населения к выполнению нормативов ГТО. Расскажите об этом подробнее.

— Совершенно верно. Как вы знаете, в 2014 году в соответствии с Указом Президента в России возрожден Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», существовавший во времена СССР. Мы решили поспособствовать возрождению славных спортивных традиций, а также поддержать стратегию развития физической культуры и спорта в Российской Федерации. Так родилась идея создать масштабный проект, который включает в себя задачи по популяризации ГТО и специальную физкультурно-оздоровительную программу по подготовке к выполнению нормативов. Проект называется «Будь готов!», что созвучно лозунгу ФВСК «ГТО».

— Каких целей вы хотите достичь?

— Здоровое, физически развитое население — вот наша главная цель. В первую очередь, проект «Будь готов!» направлен на вовлечение молодежи в занятия спортом и оздоровление всей нации в целом. Это 2017-й год, теперь «здоровый» — это «занимающийся физической культурой».

— Каким образом проект «Будь готов!» реализуется на практике?

— Тренеры Федерации проводят тренировки в любом удобном формате: групповые и персональные занятия, а также тренировки по спец-

программам на открытых площадках и в залах. Набор упражнений в тренировочной программе подобран таким образом, что занятия могут посещать люди с абсолютно разным уровнем физической подготовки. Чтобы попасть на тренировку, достаточно просто записаться на нее на сайте Федерации. Там же размещается информация о расписании тренировок, локациях площадок.

Первая тренировочная локация проекта была запущена в парке 850-летия Москвы и функционировала сезонно, т.е. с мая по октябрь, когда комфортно заниматься на открытом воздухе. Сейчас мы готовим к запуску собственный зал «Будь готов!», чтобы тренировки проходили круглый год и в более комфортных условиях. Также мы занимаемся организацией фестивалей и соревнований, в рамках которых можно проверить свои силы и пройти пробную сдачу нормативов.

— Чем еще занимается организация?

— Отдельное внимание уделено вопросам организации образова-

тельного процесса: мы проводим открытые мастер-классы, форумы и лекции, посвященные здоровому образу жизни, спорту и патриотическому воспитанию, создаем новые рабочие места и занимаемся обучением профессиональных инструкторов воркаута и воздушной атлетики. Еще нами разработаны правила соревнований по дисциплинам воздушно-силовой атлетики, а также образовательные курсы «Персональный тренер по воркауту» и «Тренер по воздушной атлетике».

— Какие вершины еще остались впереди?

— Деятельность Федерации уже поддерживается региональными властями и общественными организациями, в субъектах РФ быстро растет количество заинтересованной молодежи, которая хочет тренироваться и развиваться. Поэтому в этом году мы нацелены активно работать с регионами и, в первую очередь, расширить штат квалифицированных тренеров на площадках Москвы и России.

В 2017 году ФВСАР проведет масштабное соревнование — Всероссийский фестиваль воздушно-силовой атлетики. Предполагается, что событие станет большим шагом вперед в развитии массового спорта на территории РФ, будет способствовать включению дисциплин ФВСАР во Всероссийский реестр видов спорта и повысит популярность воздушно-силовой атлетики среди всех категорий населения страны. **НМ**

