

АННОТИРОВАННЫЙ КАТАЛОГ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ, УЧАСТВОВАВШИХ В РЕСПУБЛИКАНСКОМ КОНКУРСЕ НА ЛУЧШИЙ ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ С НАСЕЛЕНИЕМ В 2025 ГОДУ

№	Название представленного материала	ФИО, должность автора	Аннотация	Для какой категории предназначена работа	Публикация	Полное название учреждения	Адрес учреждения	Телефон	E-mail
«Методические рекомендации для занятий видами двигательной активности, относящимися к сфере физической культуры и спорта, их влияние на здоровье и качество жизни населения»									
1	«Современные виды двигательной активности детей школьного возраста»	Аржанович Вадим Феликсович, директор ГУ «Витебский областной учебно-методический центр физического воспитания населения»	В методической разработке рассматривается влияние двигательной активности на детей школьного возраста, представлены наиболее востребованные виды и формы двигательной активности в свободное от учебы время.	Материал рекомендован инструкторам-методистам по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе спортивных и иных организаций.	Нет	Государственное учреждение «Витебский областной учебно-методический центр физического воспитания населения»	Витебск, просп. Строителей, 4	+375 21 258-34-78	-

2	«Миофасциальный релиз как средство восстановления»	Стрельцова Дарина Фёдоровна методист отдела аналитической и учебно-методической работы, без категории	В методической разработке рассмотрены теоретические аспекты влияния миофасциального релиза на восстановление организма, основные принципы применения данной методики, содержатся виды и характеристики инвентаря, показания и противопоказания к применению миофасциального релиза, комплексы упражнений для восстановления. Применен широкий спектр зарубежной и отечественной литературы для анализа методики миофасциального релиза.	Материал рекомендован следующим группам лиц: ведущие малоподвижный образ жизни; занимающиеся профессионально спортом; занимающиеся физической активностью; люди, восстанавливающиеся после травм; люди, регулярно испытывающие стресс, головные боли и нарушение сна.	нет	Учебно-методический центр физического воспитания учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»	г. Минск, ул. Игнатенко, 13		+375 (17) 375-71-29	ofis@rumc.by
3	«Методические рекомендации для занятий по фитнесу»	Дрик Вероника Владимировна инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, без категории	Данная методическая работа представляет собой комплексное практико-ориентированное пособие, направленное на решение актуальной проблемы поддержания физической формы и здоровья женщинами в период высокой социальной и профессиональной активности.	Работа адресована инструкторам-методистам по фитнесу для разработки групповых и персональных программ, а также может быть использована самими женщинами для самостоятельных занятий в домашних условиях.	нет	Филиал «Круглянский районный физкультурно-спортивный клуб» учреждения «Круглянская детско-юношеская спортивная школа»	г. Круглое, ул. Советская, 60-1		dushh@krugloe.gov.by	

4	«Методические рекомендации для занятий видами двигательной активности, относящимся к сфере физической культуры и спорта, их влияние на здоровье и качество жизни населения»	Антончик Александра Александровна Заместитель директора по физической культуре и спорту	Данная тема имеет высокую значимость для здоровья и качества жизни населения, так как позволяет повысить эффективность физической активности и адаптировать нагрузку под разные возрастные группы. Регулярная физическая активность, включая систематические занятия бегом и другими двигательными активностями, связана с снижением риска хронических заболеваний и улучшением психоэмоционального состояния.	-	нет	Учебно-спортивное учреждение «Гродненская специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва № 1»	г. Гродно, ул. Суворова, 220	+375 (152) 39-94-16 директор	sduyshor-1@grodnosdushor1.by
5	«Круговая тренировка как средство физкультурно-оздоровительных занятий с детьми старшего школьного возраста»	Есис Анна Николаевна, методист 2 категории, государственного учреждения «Минский областной центр физического воспитания населения»	<p>Данное практической методическое пособие, обладает значительной применимостью и отвечает современным требованиям.</p> <p>В данной работе основной акцент направлен на разнообразность методов строго регламентированного упражнения от целостного освоения движения до расчлененно-конструктивного подхода, где грамотное сочетание этих методов, с учетом сложности упражнения и уровня подготовленности занимающихся, способствует более эффективному и безопасному освоению двигательных навыков.</p>	Данное методическое пособие «Круговая тренировка как средство физкультурно-оздоровительных занятий с детьми старшего школьного возраста» может быть рекомендовано для использования в физкультурно-оздоровительных учреждениях.	нет	Государственное учреждение «Минский областной центр физического воспитания населения»	Минск, ул. Чкалова, 5 комната 219, этаж 2	+375 17 500-45-46	-

6	«Методические рекомендации для занятий видами двигательной активности, относящимся к сфере физической культуры и спорта, их влияние на здоровье и качество жизни населения»	Ключник Анастасия Дмитриевна методист шахматно-шашечного клуба	Данная тема направлена на популяризацию здорового образа жизни через регулярные занятия различными видами двигательной активности, такими как фитнес, йога, плавание, бег и другие. Мы убеждены, что физическая активность способствует улучшению общего состояния здоровья, повышению энергии и настроения, укреплению иммунитета и профилактике многих заболеваний. Наши методические рекомендации помогут людям выбрать подходящий вид активности, правильно организовать тренировки и достичь желаемых результатов.	-	нет	Государственное учреждение «Гродненский областной учебно-методический центр физического воспитания населения»	г.Гродно, ул.Врублевского, 7	+375 152 55-20-21	ocfvis@edu-grodno.gov.by
«Роль физкультурно-оздоровительных центров, физкультурно-спортивных клубов, центров физкультурно-оздоровительной работы в организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением в регионе»									

1	<p>Организация физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой, спортивной и краеведческой работы средствами, типами и формами туризма на примере туристско-спортивного клуба «Бастион»</p>	<p>Бажанский Вячеслав Антонович, тренер по спорту ГУ «ЦФОР Ленинского района г. Минска», первая квалификационная категория</p>	<p>В информационно-методическом материале рассматривается на примере работы туристско-спортивного клуба «Бастион», созданного при государственном учреждении «Центр физкультурно-оздоровительной работы Ленинского района г. Минска», организация физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой, спортивной и краеведческой деятельности средствами, типами и формами туризма (спортивного и спортивно-оздоровительного) из опыта работы тренера по спорту первой категории Бажанского В.А.</p>	<p>Материал рекомендован инструкторам-методистам по туризму, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, тренерам по спорту, педагогам дополнительного образования организаций физической культуры и спорта, образования и иных учреждений.</p>	нет	<p>Государственное учреждение «Центр физкультурно-оздоровительной работы Ленинского района г. Минска»</p>	<p>ул. Маяковского, д. 135/3</p>	+375 17 360-11-35	cfor.len@yandex.by
2	<p>«Роль физкультурно-оздоровительных центров, физкультурно-спортивных клубов, центров физкультурно-оздоровительной работы в организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением в регионе»</p>	<p>Кодьман Алексей Анатольевич, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, без категории</p>	<p>В методической разработке рассматривается деятельность физкультурно-оздоровительных центров, физкультурно-спортивных клубов и центров физкультурно-оздоровительной работы в системе физического воспитания населения.</p>	<p>Адресуется инструкторам-методистам по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе.</p>	нет	<p>Государственное учреждение по физической культуре и спорту «Бешенковичский ФСК «Двина»</p>	<p>г.п. Бешенковичи, ул. Черняховского ,29 (Директор)</p>	8(02131) 6-05-34	behenkovichi-

3	«Роль физкультурно-оздоровительных центров, физкультурно-спортивных клубов, центров физкультурно-оздоровительной работы в организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением в регионе»	Власова Анна Дмитриевна, заместитель директора по основной деятельности	В современном мире физкультурно-оздоровительная деятельность признана одним из ключевых элементов государственной политики в развитых и развивающихся странах. Сохранение и укрепление здоровья населения является приоритетной задачей, находящей отражение в стратегиях развития здравоохранения, физической культуры и спорта.	Данная конкурсная работа актуальна в настоящее время для организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением.	нет	Учреждение «Рогачевский районный физкультурно-спортивный клуб «Урожай»	Рогачёв, Советская ул., 61		
4	«Роль физкультурно-оздоровительных центров, физкультурно-спортивных клубов, центров физкультурно-оздоровительной работы в организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением в регионе»	Каспер Ксения Валерьевна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, вторая квалификационная категория	Здоровый образ жизни: в условиях современного общества, где наблюдается рост заболеваний, связанных с малоподвижным образом жизни, важность физической активности и здорового образа жизни становится особенно актуальной. Физкультурно-спортивные клубы могут служить центрами для популяризации активного образа жизни.	-	нет	Государственное учреждение «Гродненский городской физкультурно-спортивный клуб»	г. Гродно, ул. Митрополита Филарета, 5 г. Гродно, улица Комарова, 8	8 (0152) 662234	

5	«Роль физкультурно-оздоровительных центров, физкультурно-оздоровительных клубов, центров физкультурно-оздоровительной работы в организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением в регионе»	Гаркуша Татьяна Валерьевна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе, вторая квалификационная категория	Роль занятий физическими упражнениями для сохранения здоровья человека трудно переоценить. В настоящее время становится очевидным то, что адаптационные возможности организма человека не выдерживают давления неблагоприятных факторов среды проживания.	Данная конкурсная работа актуальна в настоящее время для организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением.	нет	Государственное учреждение «Калинковичский физкультурно-спортивный клуб»	агрогородок Горбовичи, улица Мира, д.2А	(02345) 3-67-95	kfsk@kalinkovichichi.gov.by
6	«Роль физкультурно-оздоровительных центров, физкультурно-оздоровительных клубов, центров физкультурно-оздоровительной работы в организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением в регионе»	Зубронова Татьяна Ивановна, заместитель директора по основной деятельности	Во всех развитых и развивающихся странах большое внимание уделяется физкультурно-оздоровительной работе с населением. Сохранение здоровья нации на сегодняшний день приоритетное направление государственной политики в области здравоохранения, физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт по результатам многочисленных исследований повышают устойчивость организма к различным факторам внешней среды, способствуя тем самым укреплению здоровья человека и повышению его работоспособности.	Данная конкурсная работа актуальна в настоящее время для организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением.	нет	Государственное учреждение «Физкультурно-оздоровительный центр «Костюковка-спорт»	г. Гомель, мкр-н Костюковка, ул. Незалежности 10	+375 (232) 93-72-44	kostukovkasport@post.gomel.by
«Организация работы с инвалидами, внедрение эффективных форм и методов их социальной адаптации средствами физической культуры и спорта в регионе»									

1	«Организация работы с инвалидами, внедрение эффективных форм и методов их социальной адаптации средствами физической культуры и спорта на примере Учреждения «Лунинецкий районный физкультурно-спортивный клуб «Здоровье»»	Коцуба-Черноокая Алеся Николаевна, заместитель председателя по основной деятельности	В конкурсной работе рассматриваются вопросы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с инвалидами. Актуальность работы заключается в том, что физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа является важным аспектом здорового образа жизни и улучшения качества жизни.	-	нет	Учреждение «Лунинецкий районный физкультурно-спортивный клуб «Здоровье»	ул. Советская, 22-Б	+375-1647-62280, + 37529-300-00-	E-mail: rfsk@brest.by
2	«Организация работы с инвалидами и внедрение эффективных форм и методов их социальной адаптации средствами физической культуры и спорта в городе Гродно»	Шишко Анастасия Игоревна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, первая квалификационная категория	Согласно статистике, количество инвалидов в обществе постоянно растет. Это требует разработки и внедрения программ, способствующих их интеграции в социум.	-	нет	Учреждение «Физкультурно-спортивный клуб г.Новополоцка»	Новополоцк, ул. Молодежная, 94а	+375 (214) 50-06-23	-

3	«Организация работы с инвалидами, внедрение эффективных форм и методов их социальной адаптации средствами физической культуры и спорта в г.Новополоцке»	Фиалко Милана Владимировна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе, первая квалификационная категория	В методической разработке рассматриваются эффективные формы и методы социальной адаптации инвалидов через физическую культуру и спорт. Рассматриваются специфические подходы к тренировкам, созданию инклюзивных спортивных программ и мероприятий, направленных на развитие навыков, необходимых для полноценной жизни в обществе.	Материал рекомендован инструкторам-методистам по адаптивной физической культуре, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе спортивных и иных организаций.	нет	Учреждение «Физкультурно-спортивный клуб г.Новополоцка»	Новополоцк, ул. Молодежная, 94а	+375 (214) 50-06-23	-
4	«Организация работы с инвалидами, внедрение эффективных форм и методов их социальной адаптации средствами физической культуры и спорта в городе Гродно»	Куделя Карина Анатольевна методист отдела аналитической и учебно-методической работы вторая квалификационная категория	Данная тема актуальна, поскольку инвалиды являются полноценными членами нашего общества. В настоящее время вопросы социальной интеграции и адаптации людей с инвалидностью являются приоритетными для государственной социальной политики. В современном обществе существует острая проблема социальной изоляции и ограничения жизненных возможностей людей с инвалидностью. Физическая культура и спорт выступают мощным инструментом реабилитации, способствуя не только физическому восстановлению, но и преодолению психологических барьеров, формированию активной жизненной позиции и включению в общество.	-	нет	Государственное учреждение «Гродненский областной учебно-методический центр физического воспитания населения»	Гродненский государственный областной центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов г.Гродно, ул.Врублевского, 7	+375 152 55-20-21	ocfvis@edu-grodno.gov.by

«Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы для пожилых граждан, создание условий в регионе для занятий ими физической культурой»

1	«Суставная гимнастика с людьми пожилого возраста»	Шпак Ирина Владимировна, методист отдела аналитической и учебно-методической работы, без категории	В методической работе рассмотрены цель, задачи и принципы суставной гимнастики. Влияния двигательной активности на организм пожилого человека, основные принципы физкультурно-оздоровительной работы с пожилыми людьми. Работа содержит практический материал: 3 подробных комплекса упражнений (стоя, лежа/на коленях, с мячом), детальные методические указания по технике выполнения, вариации упражнений (упрощенные и усложненные версии), конкретные рекомендации по дозировке и дыханию, описание используемого оборудования.	Материал рекомендован инструкторам-методистам по физкультурно-оздоровительной и пожилым гражданам.	нет	Учебно-методический центр физического воспитания учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»	г. Минск, ул. Игнатенко, 13		
2	«Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы для пожилых граждан, создание условий в регионе для занятий ими физической культурой»	Серафимович Полина Вячеславовна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе, без категории	В методической разработке рассмотрены теоретические аспекты влияния двигательной активности на организм пожилого человека, основные принципы физкультурно-оздоровительной работы с пожилыми людьми, содержатся авторские методические материалы по проведению оздоровительной классической аэробики, пилатеса, степ-аэробики и подвесному тренингу для пожилых людей.	Материал рекомендован инструкторам-методистам по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе спортивных и иных организаций.	нет	Государственное учреждение «Полоцкий районный физкультурно-спортивный клуб «Придвинье»	г. Полоцк, пр-т Ф.Скорины, 8.	8 0214 49 92 06	fskpolotsk@vitobl.by.

+375 (17) 375-71-29

ofis@rumc.by

3	«Методические рекомендации и организация занятий силовыми тренировками для профилактики саркопении у лиц пожилого возраста в г.Новополоцке»	Костюкова Виктория Вячеславовна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе, первая квалификационная категория	Настоящая работа посвящена проблеме саркопении – возрастного снижения мышечной массы и силы у пожилых людей, приводящего к ухудшению качества жизни, риску травм и потере автономности. Работа основана на научных исследованиях и практическом опыте, способствует повышению осведомленности о саркопении и её профилактике.	Материал рекомендован инструкторам-методистам по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе спортивных и иных организаций.	нет	Учреждение «Физкультурно-спортивный клуб г.Новополоцка»	Новополоцк, ул. Молодежная, 94а	+375 (214) 50-06-23	,
4	«Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы для пожилых граждан, создание условий в регионе для занятий ими физической культуры»	Малахова Алиса Сергеевна инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, высшая квалификационная категория	Физическая активность играет ключевую роль в поддержании здоровья пожилых людей. Регулярные занятия спортом способствуют улучшению физического состояния, повышению жизненного тонуса и снижению риска развития хронических заболеваний.	-	нет	Государственное учреждение «Гродненский городской физкультурно-спортивный клуб»	г. Гродно, ул. Митрополита Филарета, 5 г. Гродно, улица Комарова, 8	8 (0152) 662234	,

5	«Йога - как вид двигательной активности для развития координационных способностей и укрепления мышечного корсета для людей после 50 лет»	Гладченко Оксана Александровна, заместитель директора ГУ «Физкультурно-оздоровительный центр Воложинского района, высшая квалификационная категория	Рецензируемое методическое пособие является полезным и актуальным. Особое внимание уделено положительным результатам занятий йогой для людей старше 50 лет, подчеркивая их влияние индивидуальных на здоровье и психоэмоциональное состояние. В работе акцентируется внимание на необходимости создания доступного подхода к занятиям, а также на важности учета и комфортного потребностей и особенностей участников.	-	нет	Государственное учреждение «Физкультурно-оздоровительный центр Воложинского района»	г. Воложин, ул. Партизанская 19		+375 17 726-72-05 foc@volozhin-edu.gov.by
6	«Особенности занятий физическими упражнениями с людьми пожилого возраста»	Курач Елена Ивановна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе без категории	Информационно методический материал по организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением на тему «Особенности занятий физическими упражнениями с людьми пожилого возраста» посвящен изучению вопроса влияния занятий физической культурой на здоровье пожилых людей.	Представлены результаты исследования в группе здоровья для женщин, относящихся к пожилой возрастной категории.	нет	Государственное учреждение «Чаусский центр физкультурно-оздоровительной работы»	Чаусы, ул. Болдина, 36		+375 22 427-89-75 -

«Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с несовершеннолетними, состоящими на различных видах профилактического учета в регионе»

1	«Методические рекомендации по вовлечению подростков, состоящих на профилактическом учёте, в физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность в Витебской области»	Михайловская Татьяна Степановна, методист, вторая квалификационная категория	<p>В методической разработке представлены походы к мотивации, формы работы и примеры успешных практик.</p> <p>Настоящие методические рекомендации призваны стать не просто инструментом, но и источником вдохновения для тех, кто ежедневно работает с трудными подростками, помогая им сделать первый шаг – через движение, активность и веру в собственные силы.</p>	Методические рекомендации разработаны с целью оказания практической поддержки специалистам системы профилактики – педагогам, социальным работникам, психологам, сотрудникам комиссий по делам несовершеннолетних и другим заинтересованных лицам – в вопросах вовлечения подростков, состоящих на профилактическом учёте, в регулярную физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность	нет	Государственное учреждение «Витебский областной учебно-методический центр физического воспитания населения»	Витебск, просп. Строителей, 4	+375 21 258-34-78	
2	«Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с несовершеннолетними, состоящими на различных видах профилактического учета в регионе»	Юровская Полина Эдуардовна, инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, первая квалификационная категория	Несовершеннолетние, состоящие на профилактическом учёте, часто сталкиваются с различными социальными и психологическими трудностями. Организация физкультурно-оздоровительной работы предоставляет им возможность получить поддержку и внимание со стороны общества, что способствует их социальной адаптации.	-	нет	Государственное учреждение «Гродненский городской физкультурно-спортивный клуб»	г. Гродно, ул. Митрополита Филарета, 5 г. Гродно, улица Комарова, 8	8 (0152) 662234	