

Жители Мордовии могут присоединиться к спортивному челленджу

С 2025 года в России действует государственная программа «Спорт России». Она направлена на популяризацию массового спорта и повышение качества жизни. Одна из важнейших задач программы – привлечь к спорту до 70% россиян к 2030 году.

Мотивировать на регулярные занятия спортом и повышение физической активности призван челлендж «Глаза боятся – руки делают». К нему могут присоединиться и жители Мордовии. Для участия необходимо записать вертикальное видео своей тренировки под музыкальный трек, написанный специально для кампании (размещен по [ссылке](#)), и выложить его на персональную страницу в ВК с хэштегом #глазабоятсярукиделают. Таким образом, каждый сможет сделать первый шаг к движению. Фрагменты самых интересных и ярких роликов войдут в народное видео, которое получит широкое распространение.

«Музыкальный челлендж, который запускается при поддержке Минспорта, мотивирует многих сделать первый шаг к регулярной физической активности. Сегодня, когда конкуренция за внимание высока, особенно важно говорить о спорте ярко, креативно, на понятном современному человеку языке. Социальные сети и новые медиа — мощный союзник в популяризации здорового образа жизни и формировании культуры регулярных занятий спортом не только в специализированных центрах, но и дома, во дворе, в парке и так далее — везде, где есть плоскость, турник, скамейка для пресса», — сказал Министр спорта, президент Олимпийского комитета России Михаил Дегтярев.

Акция поддерживает всех, кто делает первые шаги в спорте. Ее цель — показать, что спорт доступен каждому, не обязательно быть профессионалом.