



**ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СОЮЗ РАБОТНИКОВ
НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
(ОБЩЕРОССИЙСКИЙ ПРОФСОЮЗ ОБРАЗОВАНИЯ)

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ

117342, г. Москва, ул. Бутлерова, д. 17
тел.: +7 (495) 134-33-30 (многоканальный)
<https://www.eseur.ru>, e-mail: mail@eseur.ru
ОКПО 17532988 ОГРН 1027739509159
ИНН/КПП 7736036062/772801001

Председателям первичных и
территориальных организаций
Профсоюза

9 сентября 2021 года № 479

Об активном участии в Программе повышения физической активности «Человек идущий»

Уважаемые коллеги!

Во исполнение постановления Исполнительного комитета Профсоюза от 15 декабря 2020 года №4-3 «О проведении в 2021 году тематического года «Спорт. Здоровье. Долголетие», в целях реализации основных задач тематического Года - содействие созданию условий для сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни в образовательных организациях, увеличение количества здоровьесберегающих, физкультурно-оздоровительных профилактических акций (в том числе с использованием современных ИКТ-технологий), направленных на популяризацию здорового образа жизни, Общероссийский Профсоюз образования включается в программу повышения ежедневной двигательной активности «Человек идущий» (далее - Программа), которая реализуется Благотворительным фондом Лиги здоровья нации при поддержке Министерства спорта Российской Федерации в рамках Федерального Проекта «Спорт – норма жизни». Идейным вдохновителем Программы является президент Общероссийской общественной организации «Лига здоровья нации», академик Лео Бокерия.

Основная цель Программы – увеличение двигательной активности граждан для повышения уровня продолжительности и качества их жизни. Программа вошла в сборник лучших практик 2020 года «Активное долголетие» в рамках национального проекта «Демография». Программа направлена на развитие естественных методов оздоровления, создание условий для выбора и ведения здорового образа жизни. Ходьба является самым физиологичным и безопасным видом физической активности, не имеет противопоказаний и доступна для людей всех возрастов с разным уровнем физической подготовки.

В основе Программы - организация всероссийских командных соревнований по фоновой ходьбе с использованием мобильного приложения по подсчёту шагов «Человек идущий» (далее – Соревнования). Соревнования проходят на системной

основе в течение длительного периода времени, что приводит к формированию оптимального двигательного режима и привычки к ходьбе, как следствие, к увеличению количества людей, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

Соревнования пройдут в два этапа: 10 сентября – 10 октября т.г. (предварительный этап – регистрация, формирование команд, обучение участников), 15 октября – 15 ноября т.г. (основной этап – сами соревнования).

В период проведения соревнований все участники через мобильное приложение будут получать методические рекомендации по организации оптимального двигательного, пищевого и питьевого режима, а также общие советы по ведению здорового образа жизни. Кроме того, в рамках мотивационной поддержки участников соревнований работает партнёрская программа «Бонус ЧИ», которая позволяет конвертировать шаги участников соревнований в бонусы и скидки на услуги, продукты и товары для здорового образа жизни.

Соревнования проводятся в командном зачёте в пяти соревновательных программах:

- чемпионат по фоновой ходьбе среди корпоративных команд,
- чемпионат по фоновой ходьбе среди муниципальных команд,
- чемпионат по фоновой ходьбе среди команд пенсионеров,
- чемпионат по фоновой ходьбе среди учебных учреждений,
- чемпионат по фоновой ходьбе среди неформальных объединений граждан (Группы ЗОЖ).

При регистрации капитанами своих профсоюзных команд в [приложении «Человек идущий»](#) необходимо в конце наименования команды **указывать маркер: П&О**.

Например: Продвижение **П&О** (название команды – «Продвижение», нижнее подчеркивание и аббревиатура П&О).

Данный маркер – уникальный атрибут команд Общероссийского Профсоюза образования, который позволит нам с вами идентифицировать всех участников Программы, представляющих наш Профсоюз и оценить количество команд принявших участие в Программе.

Победителем станет команда, набравшая наибольшее среднее арифметическое значение количества шагов всех членов команды за время проведения основного этапа Соревнований в своей категории. По итогам соревнований будет проведена онлайн-церемония награждения победителей всех категорий команд. Церемония будет широко освещаться в средствах массовой информации.

Уважаемые коллеги!

Просим проинформировать членов Профсоюза о данной инициативе и оказать необходимое содействие в формировании команд и их участии в Программе повышения физической активности «Человек идущий».

Подробная информация о Программе повышения физической активности «Человек идущий» на сайте Проекта «Человек идущий»:
<https://xn--b1aebpbheg4a4dxb9a.xn--plai/>

Подробная информация о новом сезоне больших всероссийских соревнований по фоновой ходьбе «Человек идущий» на сайте Общероссийской общественной организации «Лига здоровья нации»:
<https://ligazn.ru/blog/view/Chi2021Sorevnovaniaanonce>

Контакты внешнего куратора Программы, Заместителя руководителя Управления стратегических программ и координации проектов Лиги здоровья нации Валерии Витальевны Апреликовой, моб.тел.: +7 917 528-16-86; E-mail: ok@znopr.ru

Контакты внутреннего куратора Программы, советника аппарата Общероссийского Профсоюза образования по физической культуре и спорту Меркулова Олега Игоревича, моб.тел.: +7 903 118-50-19; E-mail: oleg-job156@yandex.ru

Дополнительная информация: сотрудники аппарата Общероссийского Профсоюза образования уже сформировали команду в количестве 30 человек и первыми включилась в проект «Человек идущий». Также смотрите приложение 1 «Часто задаваемые вопросы» на стр.4.

Г.И. Меркулова

Приложение
к письму Председателя Профсоюза
от 9 сентября 2021 года № 479

Обратите ваше внимание:

1. Бег по асфальту/стадиону в расчет по не идет
2. Бег по беговой дорожке в расчет не идет
3. Езда на велосипеде в расчет не идет
4. Ходьба на беговой дорожке в расчет идет
5. Владельцы телефонов Хуавей и Хонор не смогут скачать это приложение себе на телефон

Вопрос1. Приложение «Человек идущий» берет данные из других приложений (скажем из приложения Здоровье на iPhone)?

ОТВЕТ1: Да. Для Android это Google Fit

Вопрос2. Чтобы запустить процесс подсчета шагов приложение на смартфоне должно быть запущено?

ОТВЕТ2: Да. Нужно периодически заходить на айфонах, чтобы данные отправились на сервер. На Андроидах будет работать автоматически.

Вопрос3. Синхронизируются ли данные различных гаджетов с вашим приложением? В каких случаях можно ограничиться спортивными часами, не беря с собой на пробежку/прогулку смартфон?

ОТВЕТ3: Увы, пока нет. У нас пока не гарантируется работоспособность внешних устройств. Надеемся на доработку тех.поддержки в будущем.

Вопрос4. Когда смартфон переходит в режим экономного расходования энергии, подсчёт шагов останавливается?

ОТВЕТ4: Главное для передачи данных - наличие Интернет-соединения. Если в течение дня его не было, а вечером появилось - данные по шагам синхронизируются.