Председателям

 первичных профсоюзных

 организаций:

 «Об участии в Программе

 повышения активности

 «Человек идущий».

Уважаемые коллеги!

В рамках 2021 года тематического года «Спорт. Здоровье. Долголетие», в целях реализации основных задач тематического Года - содействие созданию условий для сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни, среди членов Профсоюза в образовательных организациях будет реализовываться программа «Человек идущий».

 Основная цель Программы - увеличение двигательной активности, повышение уровня продолжительности и качества жизни членов Профсоюза. 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.

 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.

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.

Комитет Сочинской городской организации Общероссийского Профсоюза образования просит Вас проинформировать членов Профсоюза о данной инициативе и оказать необходимое содействие в формировании команды от нашей городской организации Профсоюза образования. Информацию о количестве желающих принять участие в соревнованиях в рамках этой программы необходимо предоставить в Комитет Сочинской городской организации Общероссийского Профсоюза образования **до 06.10.2021 года** в любой удобной для вас форме (Ф.И.О., должность, уч-ние).

Председатель СГО Общероссийского

Профсоюза образования Агеева М.А.