



**ОБЪЕДИНЕНИЯ  
ПЕНСИОНЕРОВ**

# МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПО СОЗДАНИЮ КОМАНДЫ  
ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ПЕРВЫХ  
ВСЕРОССИЙСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ  
МЕЖДУ ОБЪЕДИНЕНИЯМИ  
ПЕНСИОНЕРОВ ПО ФОНОВОЙ ХОДЬБЕ  
В РАМКАХ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ «ЧЕЛОВЕК  
ИДУЩИЙ» (НОМО AMBULANS)

**СПОРТ →  
НОРМА  
ЖИЗНИ**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
ПРОЕКТ

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБЪЕДИНЕНИЙ ПЕНСИОНЕРОВ

**по организации команды и участию в Первых Всероссийских соревнованиях Пенсионеров по фоновой ходьбе в рамках программы повышения физической активности «Человек идущий» (Homo ambulans)**

Программа повышения физической активности «Человек идущий» включает в себя командные соревнования по количеству шагов за определённый промежуток времени.

Для участия в Соревнованиях все участники подключаются к мобильному приложению, которое обеспечивает подсчёт шагов каждого Участника Соревнований в реальном времени, а так же формирует рейтинги команд.

Участником Программы может быть региональное отделение Общероссийской общественной организации «Союз Пенсионеров России» (далее Отделение), получившее приглашение Организатора Программы для участия в Программе, подтвердившее своё участие заявлением Капитана Команды (Заявка на участие в Программе) и создавшее команду из 20-50 человек



Всем Участникам Программы предоставляется право размещения на официальных Интернет-ресурсах Участника Программы статуса и электронного знака «Участник Программы «Человек идущий»



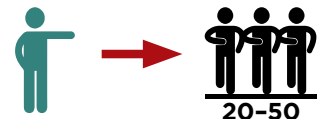
Организатор Программы вправе ограничивать количество Участников Программы



Отделение назначает Капитана команды



Капитан команды формирует команду из 20-50 человек

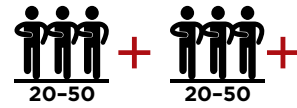


Участником Соревнований может быть любой человек пенсионного возраста, проживающий на территории Отделения и состоящий в Команде Отделения, не являющийся профессиональным спортсменом, скачавший мобильное приложение «Человек идущий», согласный с Порядком проведения Первых Всероссийских соревнований пенсионеров в рамках программы «Человек идущий»

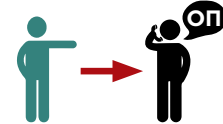


↑ НАВЕРХ ↑

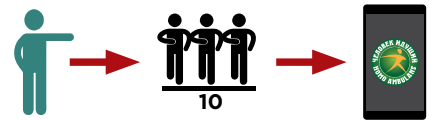
Отделение вправе сформировать две и более команды



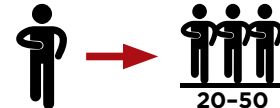
Капитан команды является контактным лицом с Организатором Программы



Капитан команды обеспечивает регистрацию членов команды в мобильном приложении «Человек идущий», а также честное и активное участие членов команды в соревнованиях



Участник Соревнований может быть зарегистрирован только в одной Команде



Подключение к Мобильному приложению «Человек Идущий» производится Участниками Соревнований самостоятельно до момента старта соревнований



Мобильное приложение «Человек идущий» необходимо скачать в магазинах Google Play и AppStore по запросу «Человек идущий» (см. Инструкцию по регистрации)



Для участия в Соревновании Участнику соревнований необходимо иметь мобильное устройство отвечающее требованиям технологической Платформы (Android 6.0; ios 11), доступ к сети Интернет на время проведения соревнований



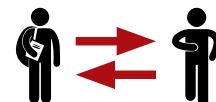
Всем Участникам Соревнований предоставляется право размещения на всех личных Интернет-ресурсах статуса и электронного знака «Участник Соревнований «Человек идущий»



Организатор Программы вправе ограничивать количество участников Соревнований



В случае выбывания одного или более Участников Соревнований допускается замена Участников Соревнований в команде по согласованию с Организатором программы



↑ НАВЕРХ ↑

## СОРЕВНОВАНИЯ

Соревнования проходят в два этапа. Первый (предварительный) этап проходит с 10.09 по 10.10.2020 г. Второй (основной) этап проходит с 15.10 по 15.11.2020 г. По окончании первого этапа подводятся промежуточные итоги соревнований



Соревнования проходят только в командном зачёте



Участие в Соревновании невозможно вне команды



Целью каждого участника Соревнования является командная победа в Соревновании



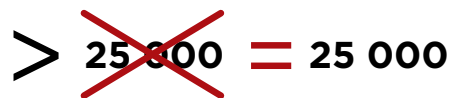
Сводка о текущих результатах Соревнований обновляется в режиме реального времени в Мобильном приложении «Человек идущий» и ежечасно на официальном сайте Программы [www.человекидущий.рф](http://www.человекидущий.рф)



Участник Соревнований может быть дисквалифицирован в случае внесения заведомо ложных данных. В таком случае баллы Участника не учитываются при подведении итогов соревнования.

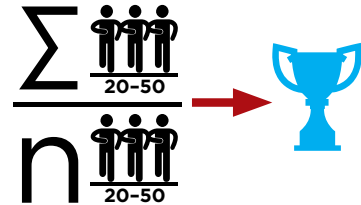


Для каждого Участника Соревнований учитывается не более 25 000 шагов в день. Превышение данного количества шагов в день будет рассматриваться Организатором Программы, как профессиональные спортивные результаты, и не приниматься к учёту

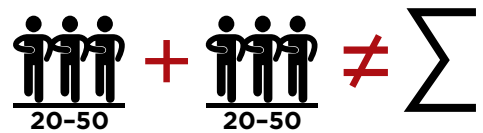


## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Победителем Первых Всероссийских Соревнований пенсионеров по фоновой ходьбе становится Команда Участника Программы, имеющая наибольшее среднее арифметическое значение количества шагов всех членов команды за время проведения Соревнований. Среднее арифметическое определяется, как сумма шагов всей команды за зачётный период соревнований, поделённая на количество участников команды

$$\frac{\sum \text{шагов}}{n} \rightarrow \text{трофей}$$


При участии в Соревнованиях более одной команды Отделения, результаты команд не суммируются, к зачёту принимаются результаты каждой команды по отдельности

$$\frac{\text{шаги}}{20-50} + \frac{\text{шаги}}{20-50} \neq \sum$$


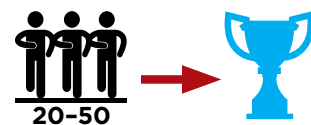
По окончании Соревнований все Отделения получают Дипломы Участников Программы



По окончании Соревнований все Участники Соревнований получают электронные дипломы Участников Соревнований и значки Участников Соревнований «Человек идущий» (комплект значков будет вручён представителям команды на итоговом мероприятии Программы)



Награждение Победителей проходит на Итоговом мероприятии Программы «Человек идущий»



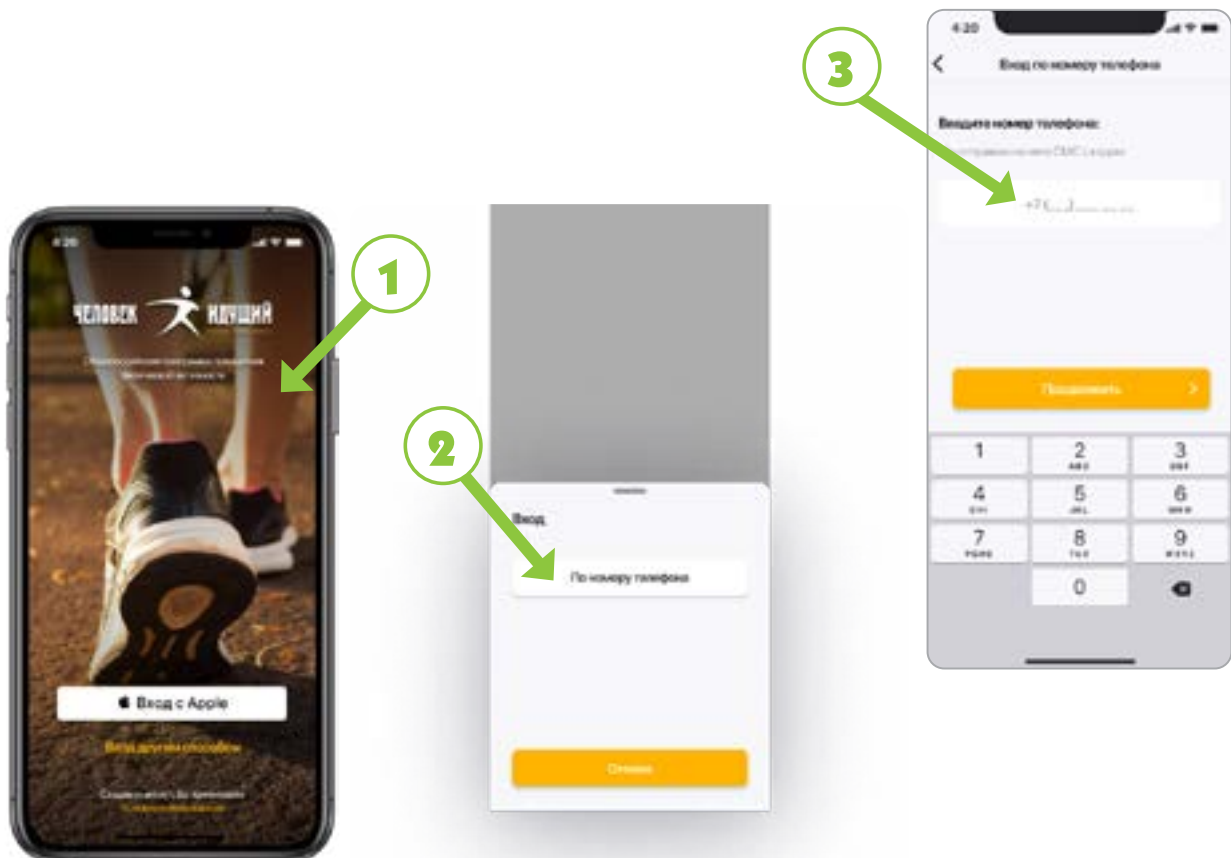
Место и время проведения Итогового мероприятия Организатор Программы сообщает дополнительно



↑ НАВЕРХ ↑

## ИНСТРУКЦИЯ ПО РЕГИСТРАЦИИ

1. Установите официальное приложение «Человек идущий» на свой смартфон.
2. После запуска приложения выберите пункт «Войти с Apple ID» или «Войти с Google» либо нажмите «Вход другим способом»
3. Выполните вход введя свой номер телефона.

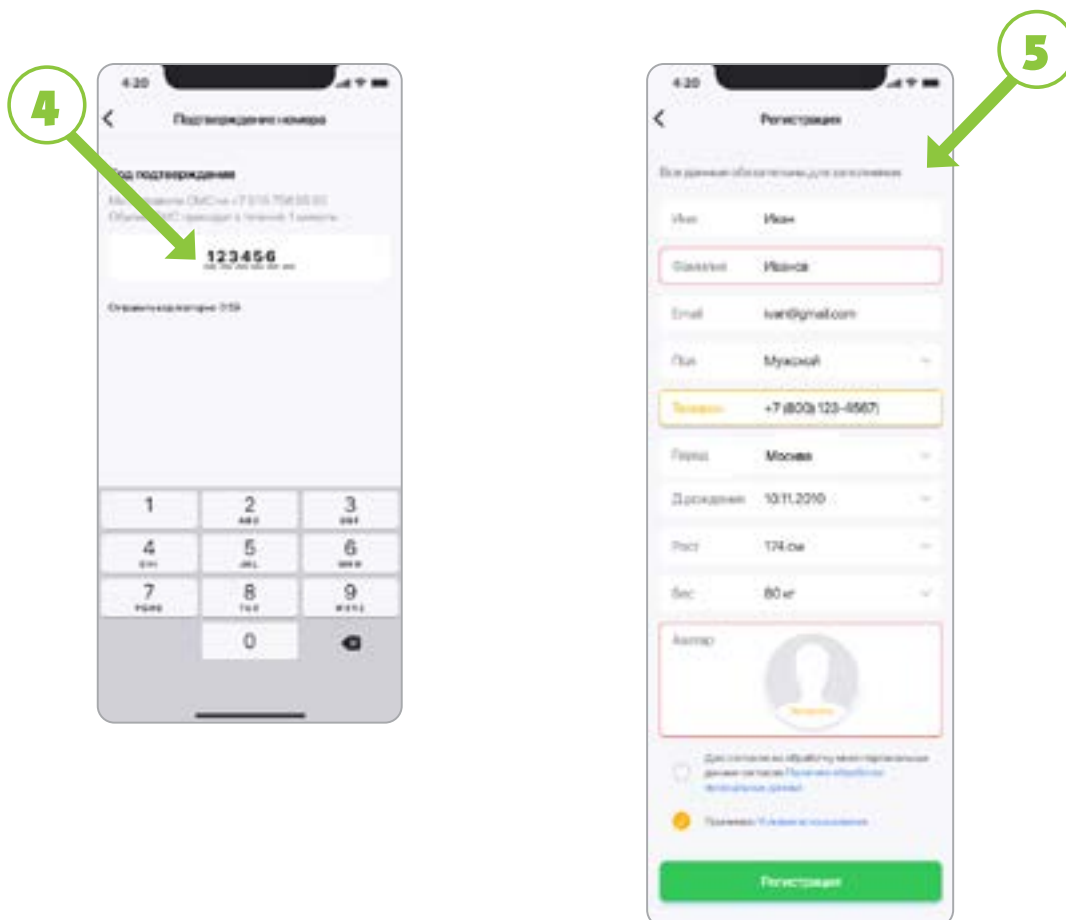


## ИНСТРУКЦИЯ ПО РЕГИСТРАЦИИ

4. Вам поступит СМС с кодом подтверждения, введите его в соответствующее поле.

5. После входа в приложение добавьте информацию о себе.

Проверьте правильность заполнения информации, отметьте согласие с политикой конфиденциальности и нажмите кнопку «Регистрация».



## ИНСТРУКЦИЯ ПО РЕГИСТРАЦИИ

### ФОРМИРОВАНИЕ КОМАНД

На главном экране приложения «Человек идущий» перейдите в раздел «Команды» и нажмите кнопку «Создать». Введите информацию о создаваемой команде в соответствующие поля. Нажмите «Отправить заявку». После рассмотрения заявки организатором и принятия положительного решения ваша команда появится в разделе «Команды».

