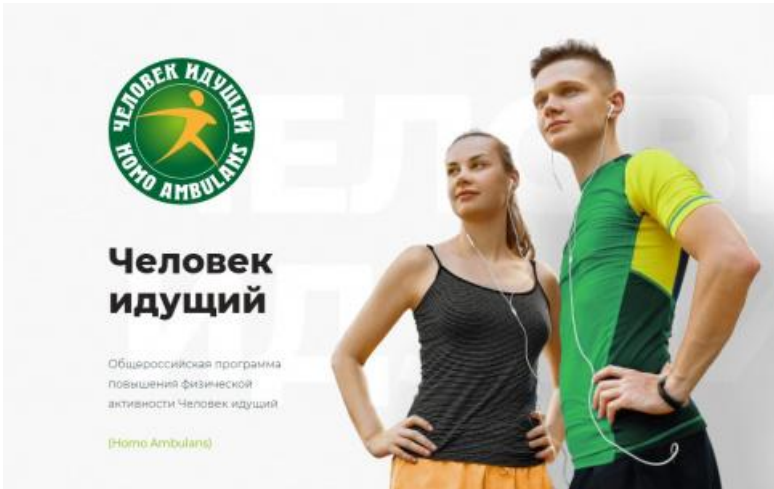


Проект «Человек идущий»



В основе проекта «Человек идущий» лежит организация всероссийских командных соревнований по фоновой ходьбе с использованием мобильного приложения по подсчёту шагов «Человек идущий».

Регистрация участников соревнований проходит в мобильном приложении «Человек идущий», которое находится в открытом доступе для бесплатного скачивания в магазинах приложений App Store и Google Play.

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 проходят в три этапа.

1) Первый этап (предварительный) 10.09. – 10.10.2021

- тест системы,
- доукомплектование команд,
- отладка обратной связи,
- отработка общей координации и т.д.

2) Второй этап (промежуточный) 10.10. – 15.10.21

- подведение промежуточных итогов,
- отдых,
- формирование и подача окончательных списков команд.

3) Третий этап (основной) 15.10. – 15.11.2021:

- проведение собственно соревнований.

В период проведения соревнований все участники через мобильное приложение будут получать методические рекомендации по оптимальному режиму двигательной активности.

Как показывает опыт, примерно 2/3 участников соревнований оставляют мобильное приложение по подсчёту шагов, и продолжают заниматься ходьбой на системной основе.