



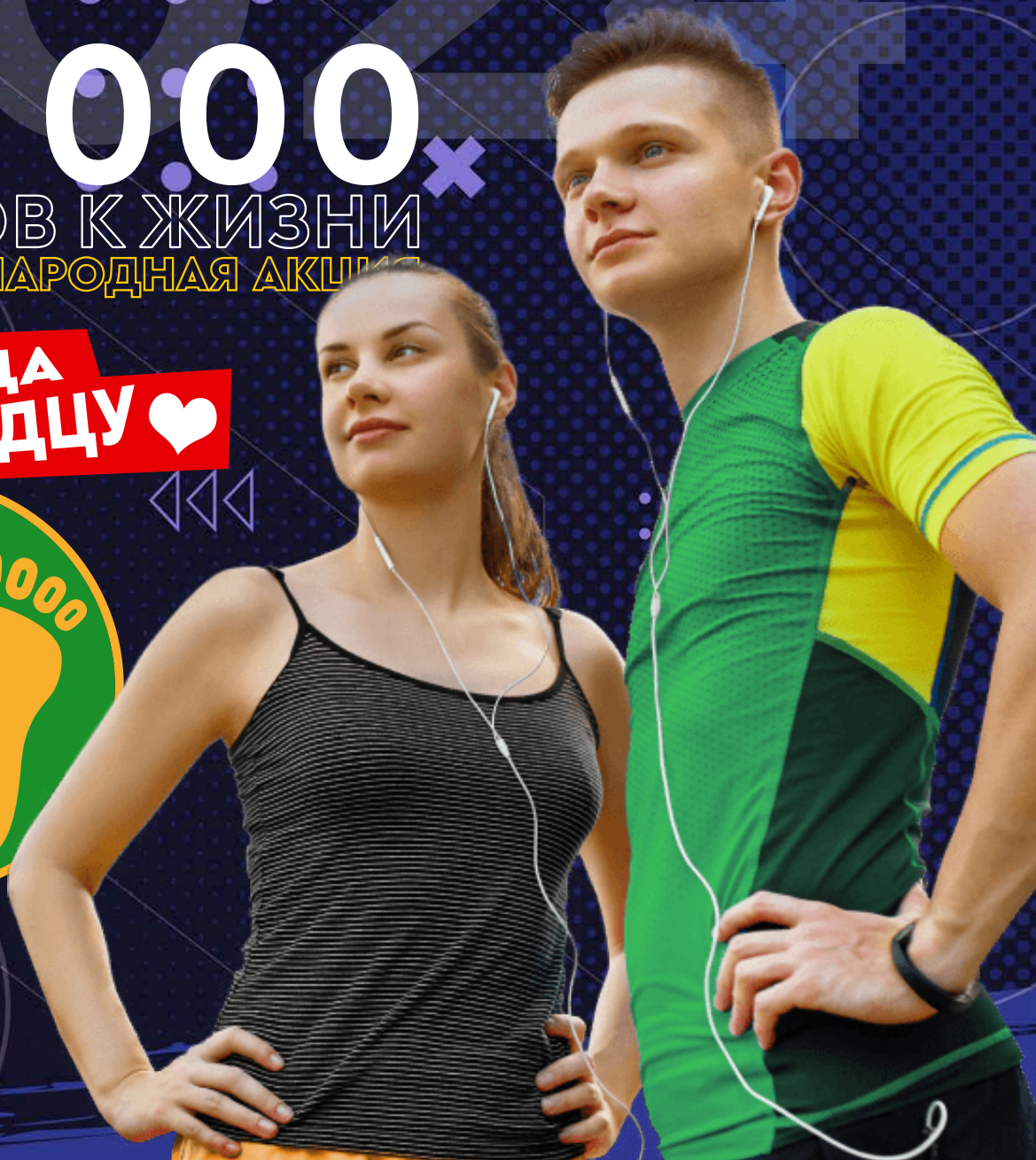
ГОД ВОЛОНТЕРСКОГО
ДВИЖЕНИЯ В СНГ



10 000

ШАГОВ К ЖИЗНИ
МЕЖДУНАРОДНАЯ АКЦИЯ

ОТ СЕРДЦА
К СЕРДЦУ



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПО СОЗДАНИЮ КОМАНДЫ ДЛЯ УЧАСТИЯ
В СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ФОНОВОЙ
ХОДЬБЕ ПРОГРАММЫ «ЧЕЛОВЕК
ИДУЩИЙ» В РАМКАХ МЕЖДУНАРОДНОЙ
АКЦИИ «10 000 ШАГОВ К ЖИЗНИ»
И ПРИУРОЧЕННОЙ К ВСЕМИРНОМУ
ДНЮ ЗДОРОВЬЯ (29.09.2024)
И ВСЕРОССИЙСКОМУ ДНЮ
ХОДЬБЫ (05.10.2024)

ЧЕЛОВЕКИДУЩИЙ.РФ



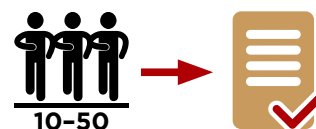
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по организации команды и участию в командных соревнованиях по фоновой ходьбе программы «Человек идущий» в рамках международной Акции «10 000 шагов к жизни» и приуроченной к Всемирному дню здоровья (29.09.2024) и Всероссийскому дню ходьбы (05.10.2024).

Для участия в соревнованиях Международной Акции «10 000 шагов к жизни» необходимо зарегистрироваться в Предварительном этапе Чемпионата России по фоновой ходьбе «Человек идущий». Программа повышения физической активности «Человек идущий» включает в себя командные соревнования по фоновой ходьбе (все шаги человека за день).

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

Участником Программы может стать любое объединение граждан по месту работы, учёбы, проживания, образовавшее команду из 10-50 чел., отправившее заявку на участие в Соревнованиях и получившее согласование Организатора Программы. (см. Инструкция по регистрации / Создание команды)



Организатор Программы вправе ограничивать количество команд – Участников Программы



Участником Соревнований может быть любой человек с 14 лет, состоящий в команде, не являющийся профессиональным спортсменом, скачавший мобильное приложение «Человек идущий», согласный с Регламентом проведения Соревнований в рамках программы «Человек идущий»

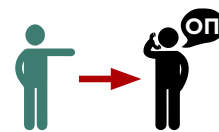


Из членов команды выбирается или другим способом определяется Капитан команды



 НАВЕРХ 

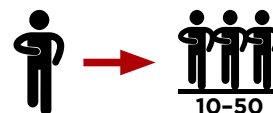
Капитан команды является контактными лицом с Организатором Программы



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, AppStore, RuStore и AppGallery 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 их замена, если другое не предусмотрено регламентом конкретного вида Соревнований для различных категорий участников



СОРЕВНОВАНИЯ

Соревнования проходят в рамках предварительного этапа Чемпионата России по фоновой ходьбе в один этап с 28.09 по 05.10.2024 г., который и является зачётным

Данные соревнования проходят только в командном зачёте и являются общими для всех категорий участников Чемпионата России по фоновой ходьбе

Участие в Соревновании невозможно вне команды

Целью каждого участника Соревнования является командная победа в Соревновании

Сводка о текущих результатах обновляется ежедневно в мобильном приложении «Человек идущий». Итоги публикуются на сайте www.человекидущий.рф

Участник Соревнований может быть дисквалифицирован в случае не соблюдения правил «честной игры» (см. п.7.8 Регламента соревнований). В таком случае результат Участника не учитывается при подведении итогов соревнования

Рейтинги Команд рассчитываются из суммы среднеарифметического количества шагов участников Команды за каждый день участия в Соревновании

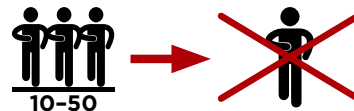
Для каждого Участника Соревнований учитывается не более 25 000 шагов в день. Превышение данного количества шагов в день будет рассматриваться Организатором Программы, как профессиональные спортивные результаты, и не приниматься к учёту, если другое не предусмотрено регламентом конкретного вида Соревнований для различных категорий участников



28.09—05.10.2024



10-50



10-50



www.человекидущий.рф



~~результат~~



10-50

$\times n$

$> \del{25\,000} = 25\,000$

↑ НАВЕРХ ↑

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

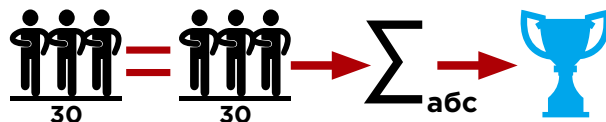
Победителем Соревнований Международной Акции «10 000 шагов к жизни» становится Команда, имеющая наибольшее среднее арифметическое значение количества шагов всех членов команды за время Соревнований среди всех категорий участников. Итоговый результат определяется как сумма ежедневных среднеарифметических значений шагов команды за все дни проведения Соревнований. Ежедневное среднее арифметическое значение определяется, как отношение суммы шагов всей команды за день, к количеству участников команды в этот день

$$\sum_{10-50} \text{people} \times n = \max$$

В случае равенства итоговых показателей у двух или более команд побеждает команда, с большим количеством участников



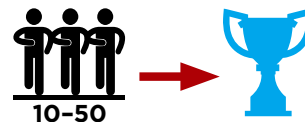
При равенстве количества участников в командах победитель определяется по абсолютному количеству шагов за период проведения соревнований



По окончании Соревнований все Участники Соревнований получают электронные сертификаты Участников Соревнований Международной Акции «10 000 шагов к жизни»



Награждение Победителей проходит на итоговом онлайн мероприятии Программы «Человек идущий»



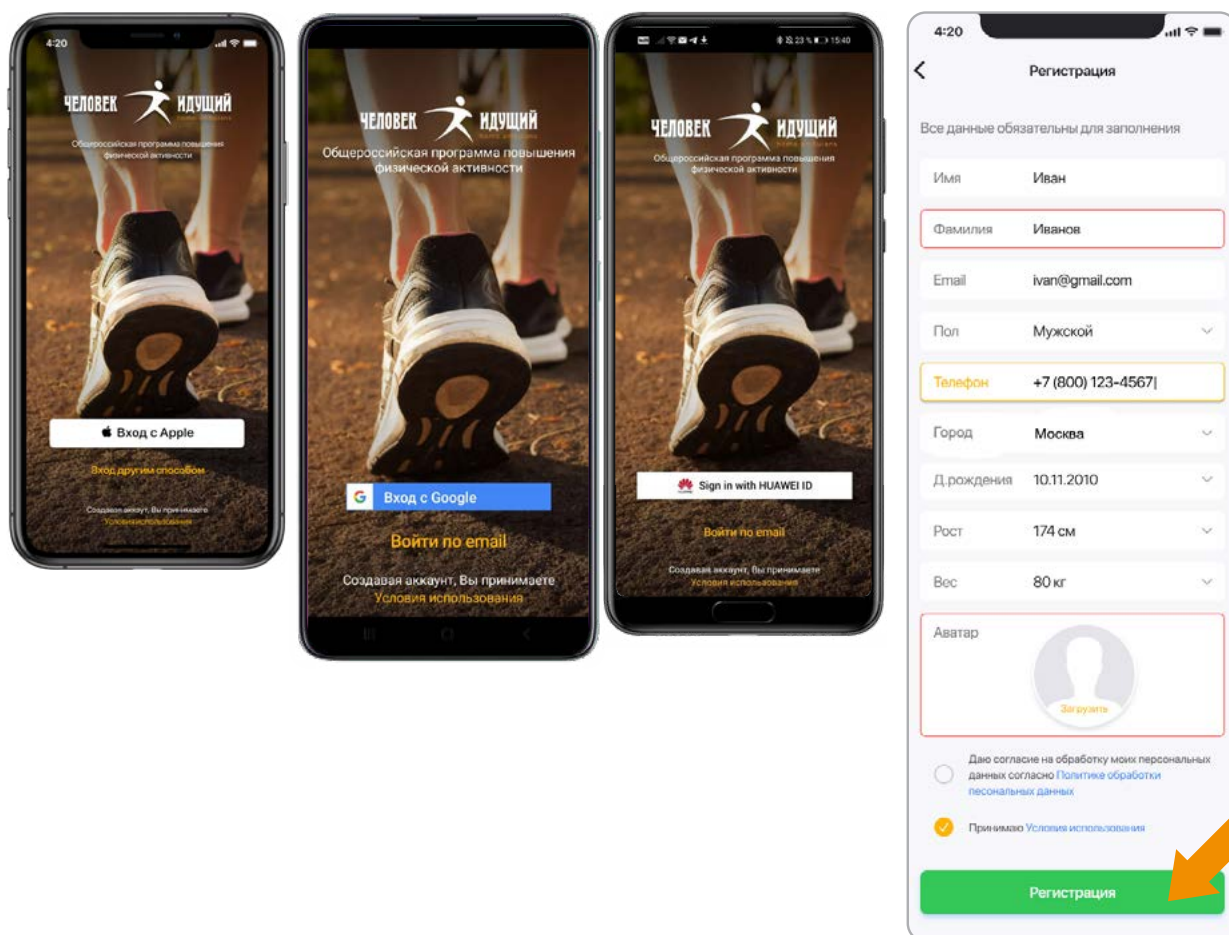
Порядок, место и время награждения Победителей определяется Организатором дополнительно



↑ НАВЕРХ ↑

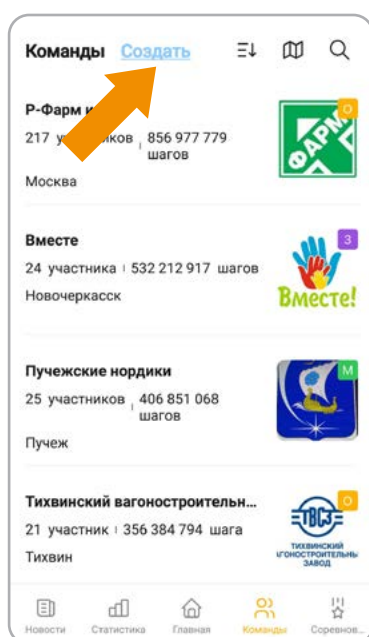
РЕГИСТРАЦИЯ В ПРИЛОЖЕНИИ

- Установите официальное приложение «Человек идущий» на свой смартфон;
- После запуска приложения выберите подходящий вариант: «Войти с Apple ID», «Войти с Google», «Войти с Huawei ID» или «Войти по email»;
- После входа в приложение добавьте информацию о себе;
- Проверьте правильность заполнения информации, отметьте согласие с политикой конфиденциальности и нажмите кнопку «Регистрация».

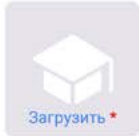


СОЗДАНИЕ КОМАНДЫ

- На главном экране приложения «Человек идущий» перейдите в раздел «Команды» и нажмите кнопку «Создать»;
- Введите необходимую информацию о создаваемой команде в соответствующие поля;
- Нажмите «Сохранить».



Создать команду

 Загрузить *

Основная информация

Название *
Моя команда

Тип команды *
Организации

Город *
Москва

Описание *
Лучшая команда!

* Обязательные поля

Контактная информация

Как добавить соцсети?

1. Создайте группу в мессенджере/ соцсети.
2. Скопируйте ссылку-приглашение.
3. Вставьте ссылку в одноименное поле.

Ссылки добавляются капитаном команды. Переход по ссылкам будет доступен только участникам команды.

WhatsApp

Telegram

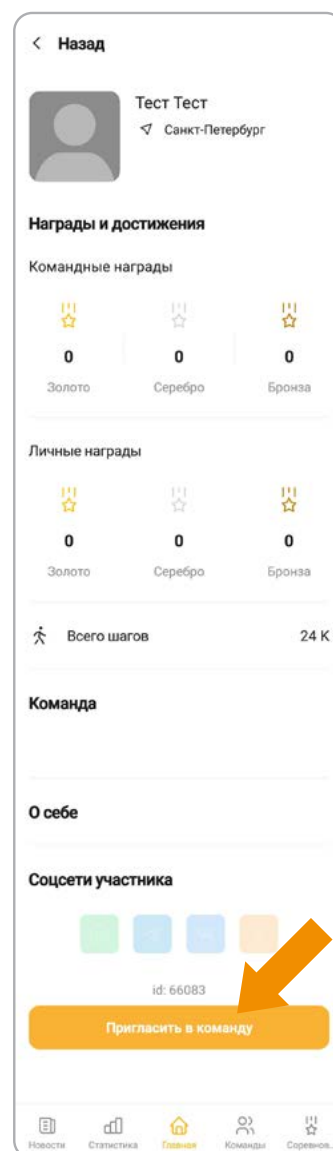
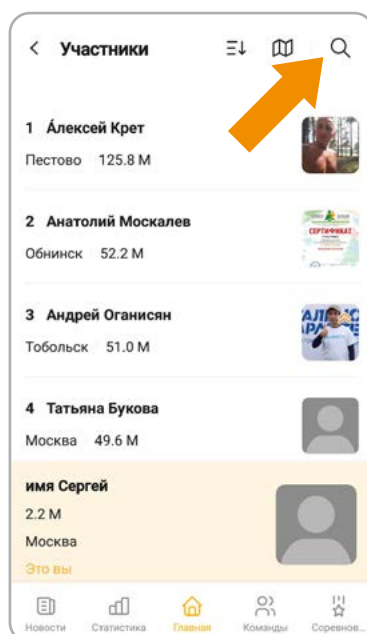
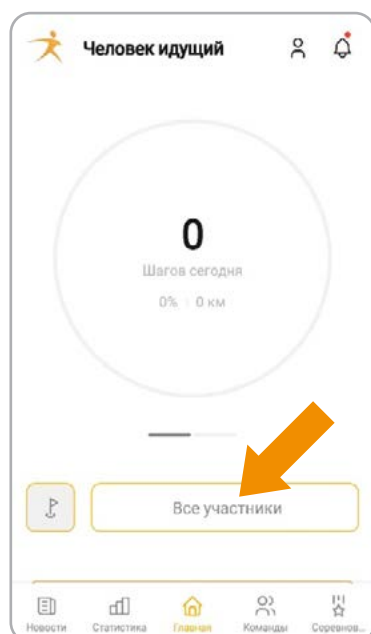
ВКонтакте

Одноклассники

Сохранить

ДОБАВЛЕНИЕ УЧАСТНИКОВ

- На главном экране приложения «Человек идущий» нажмите кнопку «Все участники»;
- С помощью поиска (иконка лупы) найдите необходимого участника по Фамилии или ID;
- На странице участника (внизу) нажмите кнопку «Пригласить в команду»;
- Участнику придет запрос, после подтверждения которого участник станет членом вашей команды.

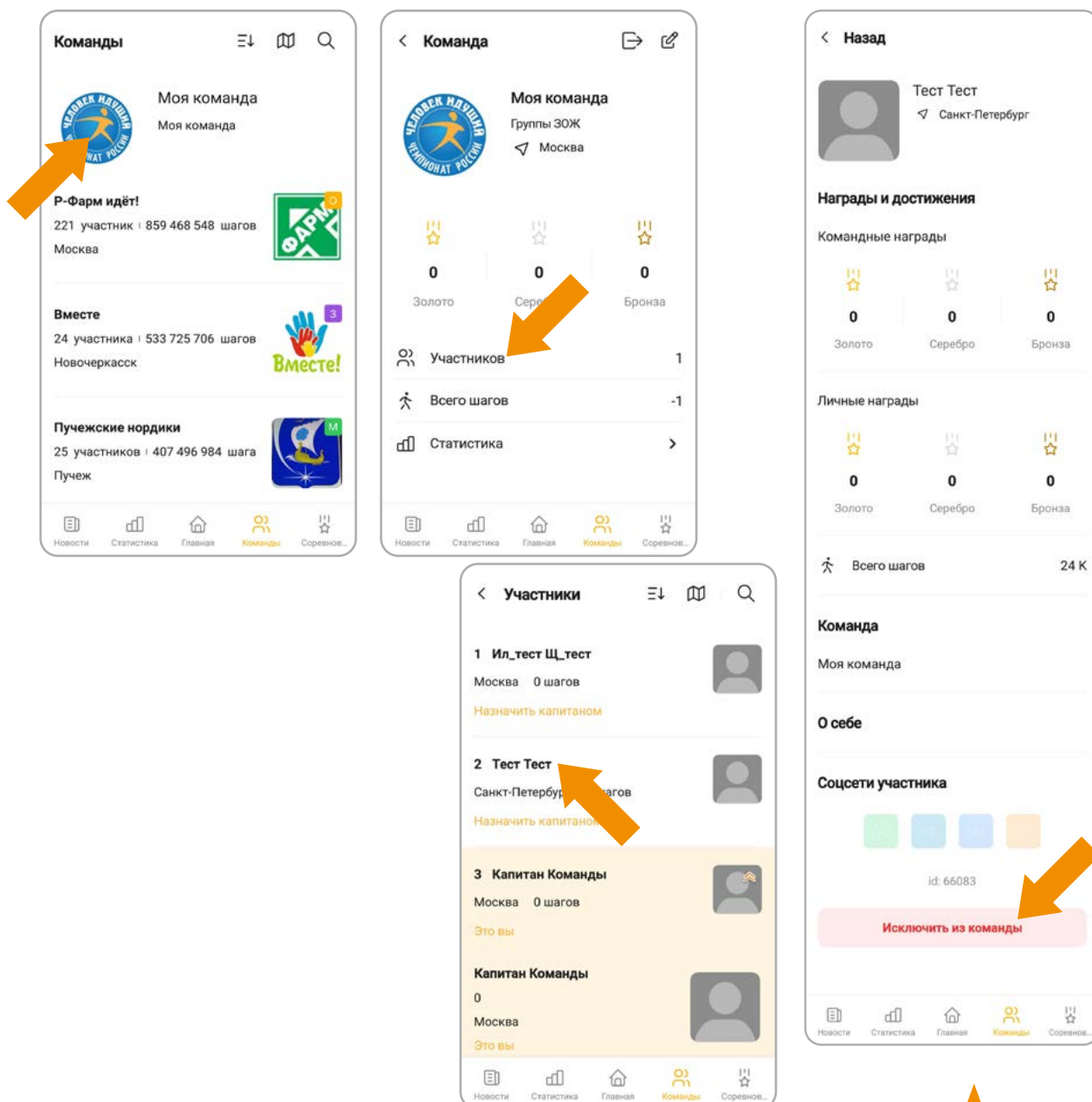


↑ НАВЕРХ ↑

УДАЛЕНИЕ УЧАСТНИКОВ

- На вкладке «Команды» выберите свою команду (в начале списка);
- Нажмите кнопку «Участники»;
- Выберите профиль участника;
- Нажмите кнопку «Исключить из команды».

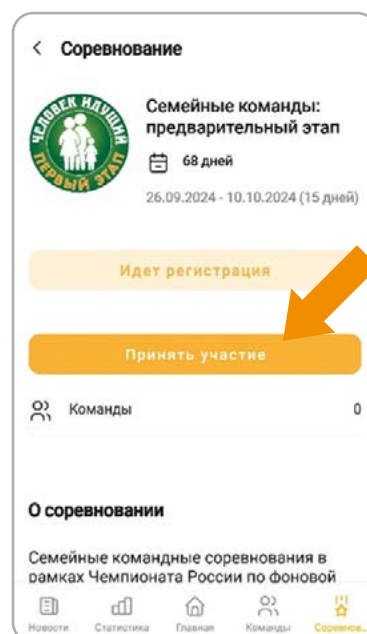
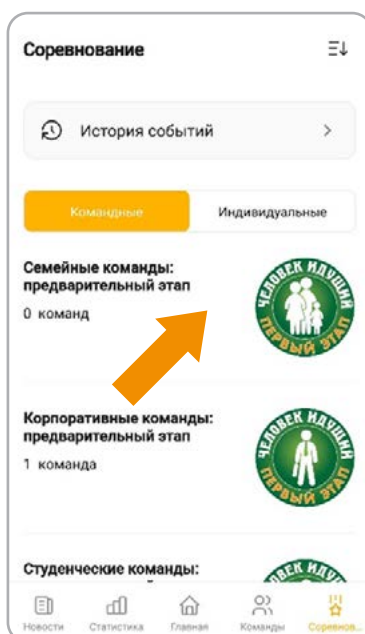
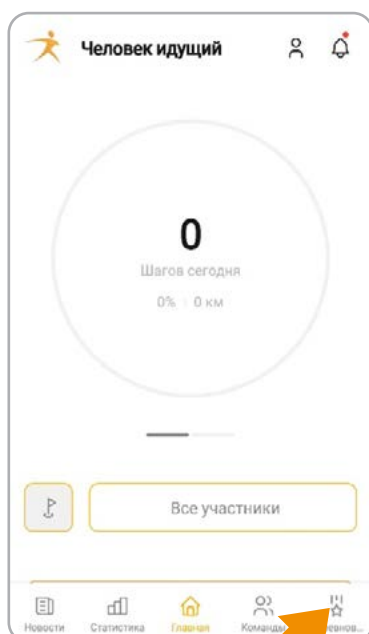
Внимание! Во время прохождения соревнования функционал удаления участников может быть ограничен регламентом соревнования.



↑ НАВЕРХ ↑

РЕГИСТРАЦИЯ В СОРЕВНОВАНИЯХ

- Нажмите кнопку «Соревнования» на главном экране приложения;
- На вкладке «Командные» выберите необходимое соревнование;
- Нажмите кнопку «Принять участие».



ПАМЯТКА ДЛЯ КАПИТАНОВ И ЧЛЕНОВ КОМАНД

Убедитесь, что на вашем устройстве даны разрешения для приложения «Человек идущий» и **Google Fit** (инструкция для [Android](#) и [iOS](#))

РОТАЦИЯ ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ:

1. Если ходок хочет выйти из команды, участвующей в соревновании, необходимо написать капитану просьбу об удалении его из команды. Когда нет соревнований, ходок может покинуть команду самостоятельно.
2. Если капитан хочет удалить ходока: то зайти в: команды / моя команда / участники, затем выбрать ходока и внутри его карточки нажать кнопку «исключить из команды».
3. Если капитан хочет удалить случайно созданную команду, то капитан может выйти из соревнования, а потом выйти из команды, все ходоки автоматически покинут команды (необязательно удалять перед выходом каждого участника).

ПРО СТАТИСТИКУ:

Личная статистика за текущий месяц — с главного экрана приложения нажать на иконку с графиком, измеряется шагами и учитывается за текущий месяц.

Личная статистика с момента регистрации — доступна через главный экран приложения > Участники > Поиск участника.

Командная статистика — с главного экрана приложения > Команды > Поиск команды > там показываются шаги, которые наша команда нарастающим итогом и сколько шагов принес команде каждый ходок с момента регистрации в команде.

Статистика соревнования — с главного экрана приложения > Соревнования > Текущее соревнование > Рейтинг соревнования, измеряется в сумме средних арифметических шагов команды.

На главном экране раздела «Моя команда» показывается, сколько шагов пошли в зачет соревнования от каждого участника.

ДОПОЛНИТЕЛЬНО:

Ошибочный запрос на добавление в команду — бывает, что участники на экране висит запрос на добавление в команду, хотя их давно добавили и они есть в списке команды: связаться с поддержкой, в ближайшем релизе ожидается исправление.

Вернуть в старый аккаунт — если участник зарегистрировал новый аккаунт (например, сломался телефон), но хочет остаться в старом: он пишет через приложение в поддержку с просьбой объединения двух своих аккаунтов, указав id нового и старого аккаунтов.