



# МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПЕНСИОНЕРЫ

2022

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

**СПОРТ →  
НОРМА  
ЖИЗНИ**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
ПРОЕКТ

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБЪЕДИНЕНИЙ ПЕНСИОНЕРОВ

**по организации команды и участию во 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 любое объединение пенсионеров (далее Отделение), подтвердившее своё участие заявлением Капитана Команды (Заявка на участие в Программе) и создавшее команду из 5-20 человек



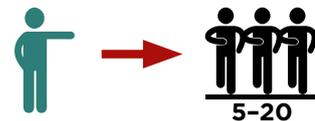
Организатор Программы вправе ограничивать количество Участников Программы



Отделение назначает Капитана команды



Капитан команды формирует команду из 5-20 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»

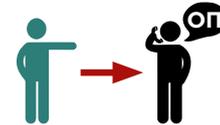


↑ НАВЕРХ ↑

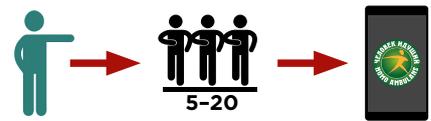
Отделение вправе сформировать две и более команды



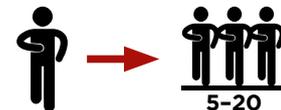
Капитан команды является контактным лицом с Организатором Программы



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



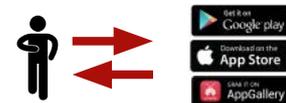
Участник Соревнований может быть зарегистрирован только в одной Команде



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



Мобильное приложение «Человек идущий» необходимо скачать в магазинах Google Play, AppStore 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



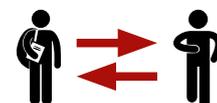
Всем Участникам Соревнований предоставляется право размещения на всех личных Интернет-ресурсах статуса и электронного знака «Участник Соревнований «Человек идущий»



Организатор Программы вправе ограничивать количество участников Соревнований



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



↑ НАВЕРХ ↑

## СОРЕВНОВАНИЯ

Соревнования проходят с 10.09.2022 г по 15.11.2022г.



10.09.2022—15.11.2022

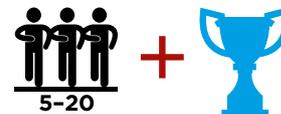
Соревнования проходят только в командном зачёте



Участие в Соревновании невозможно вне команды



Целью каждого участника Соревнования является командная победа в Соревновании



Сводка о текущих результатах обновляется ежедневно в мобильном приложении «Человек идущий». Итоги публикуются на сайте [www.человекидущий.рф](http://www.человекидущий.рф)



+ [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 будет приниматься к учёту



↑ НАВЕРХ ↑

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

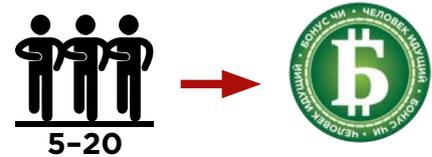
Победителем будет признана Команда, имеющая наибольший рейтинг. В случае равенства итоговых показателей у двух или более команд побеждает команда, с большим количеством участников. При равенстве количества участников в командах победитель определяется по абсолютному количеству шагов за период проведения соревнований



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



Всем членам Команд будут начислены бонусы за шаги, сделанные во время Соревнований. В рамках бонусной программы «Бонус-ЧИ» бонусы можно будет конвертировать в скидки на товары и услуги для ЗОЖ. (см. «Бонус-ЧИ» в мобильном приложении «Человек Идущий»)



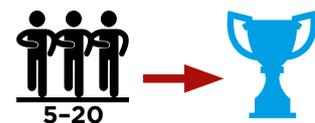
По окончании Соревнований все Отделения получают электронные дипломы Участников Программы



По окончании Соревнований все Участники Соревнований получают электронные сертификаты Участников Соревнований



Награждение Победителей проходит на Итоговом мероприятии Программы «Человек идущий»



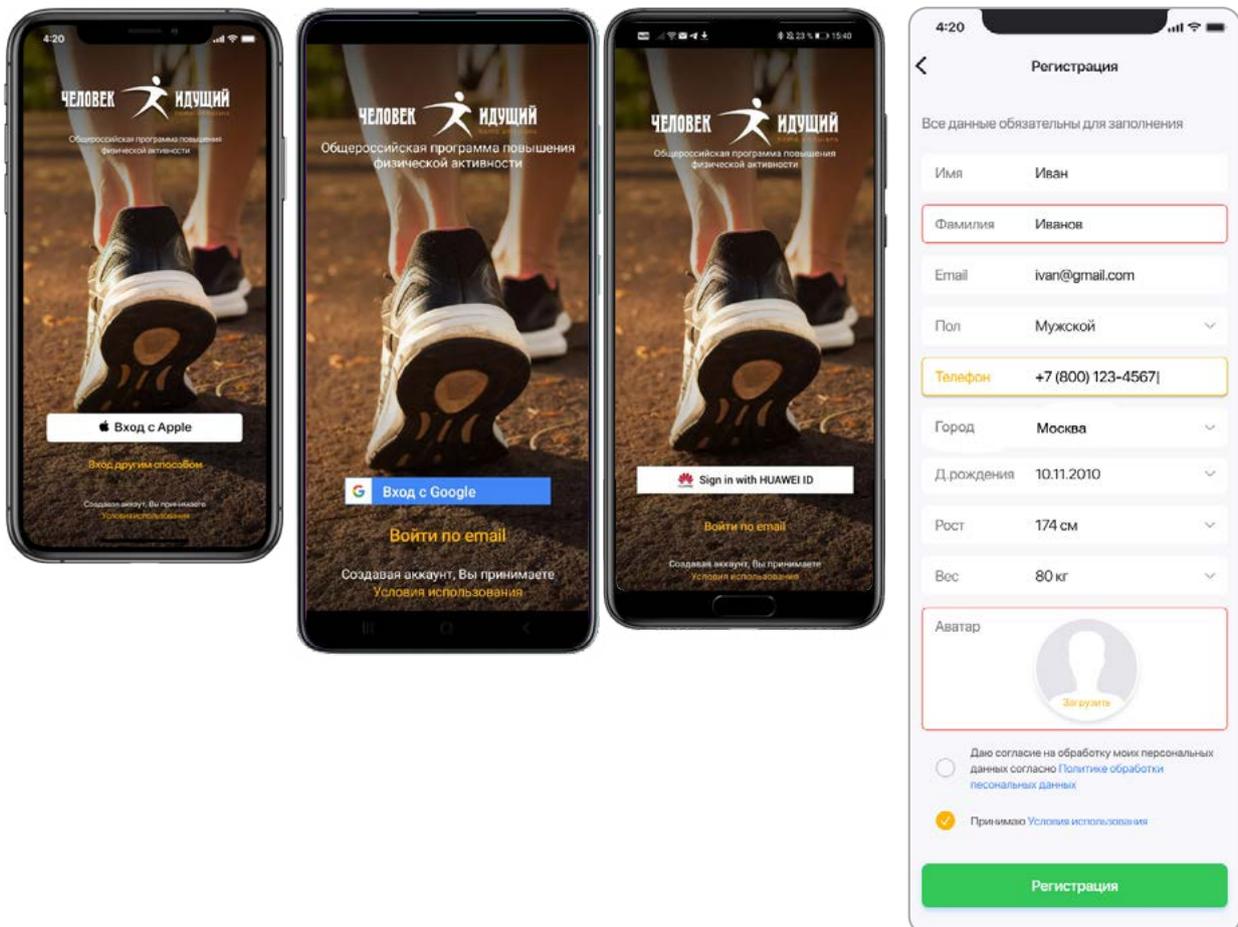
Место и время проведения Итогового мероприятия Организатор Программы сообщает дополнительно



## ИНСТРУКЦИЯ ПО РЕГИСТРАЦИИ

1. Установите официальное приложение «Человек идущий» на свой смартфон.
2. После запуска приложения выберите пункт «Войти с Apple ID», «Войти с Google» или «Войти по email»
3. После входа в приложение добавьте информацию о себе.

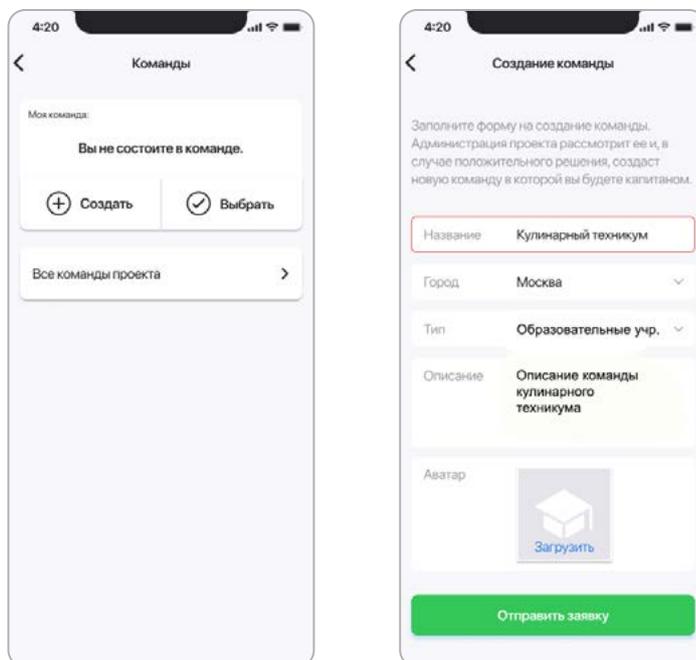
Проверьте правильность заполнения информации, отметьте согласие с политикой конфиденциальности и нажмите кнопку «Регистрация»



## ИНСТРУКЦИЯ ПО РЕГИСТРАЦИИ

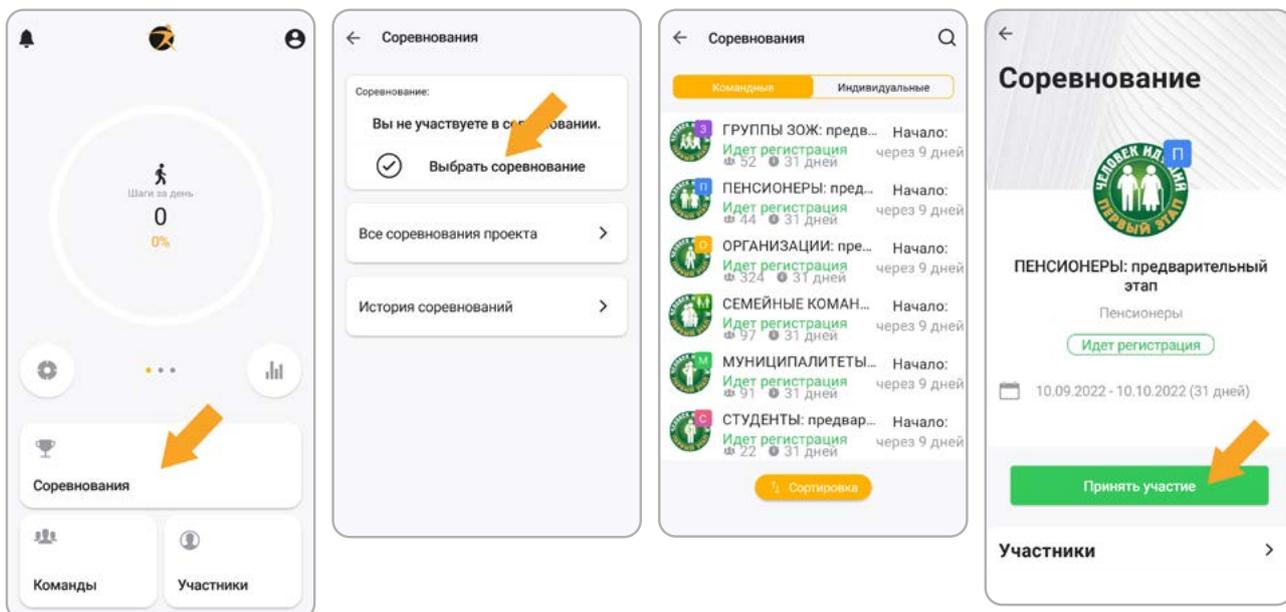
### ФОРМИРОВАНИЕ КОМАНД

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».



## ИНСТРУКЦИЯ ПО РЕГИСТРАЦИИ

- Нажмите кнопку «Соревнования» на главном экране приложения;
- Выберите вкладку «Командные»
- Выберите своё 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 нашагала 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.

