



МГО Общероссийского Профсоюза образования

[mgoprof.ru](http://mgoprof.ru)

Акция МГО Профсоюза  
Жить. Учить. Бежать.





**Актуальность акции** подтверждена рядом социологических исследований

**Соблюдения какого условия Вам не хватает, чтобы считать свой образ жизни здоровым?**



Всего респондентов:  
более  
**2,5 тыс.**  
человек

Основное препятствие к ведению ЗОЖ:  
**Наличие свободного времени**

Опрос «Здоровый образ жизни. Хочу? Могу? Делаю?»



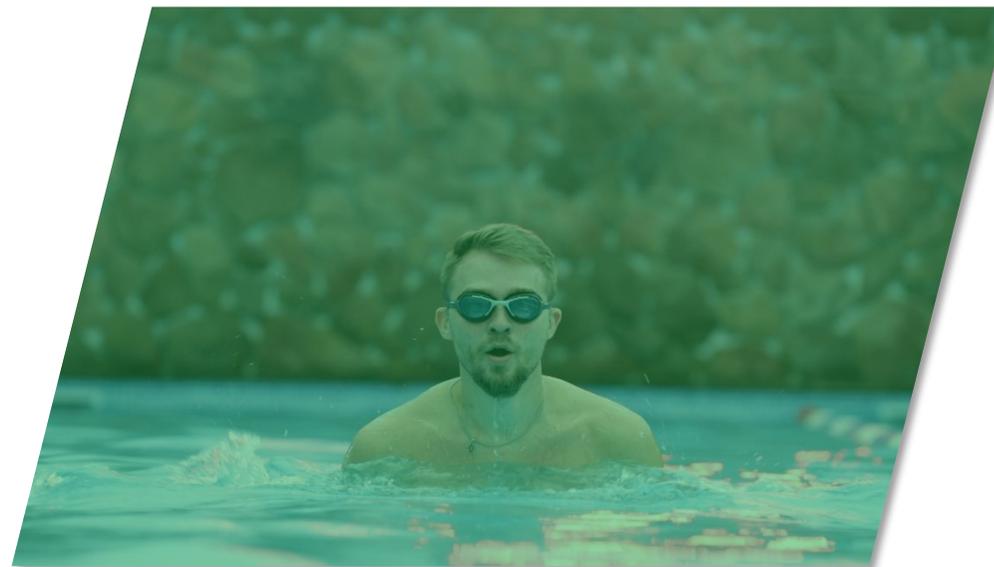
Опрос «Жить. Учить. Бежать.»





## Цель проведения акции:

повысить мотивацию профсоюзного членства путем создания доступных условий для занятия московскими педагогами – членами профсоюза видами физической активности





## Основные задачи проведения акции:



- определить наиболее благоприятных условия, при которых члены профсоюза смогут начать занятия видами физической активности;



- определить наиболее востребованные виды физической активности среди членов профсоюза;



- разработать платформу для проведения онлайн-чемпионата по видам физической активности;



- создать совет спортивных амбассадоров из членов профсоюза, регулярно показывающих значимые спортивные результаты вне рабочего процесса;



- разработать порядок и рекомендации для представителей целевой аудитории по регистрации и участию в проекте;



- организовать информационную поддержку проекта в средствах массовой информации и социальных сетях;



- провести онлайн-чемпионат по определенным ранее видам физической активности;



- сформировать призовой фонд проекта, наградить лучших участников конкурса спортивных мастер-классов и онлайн-чемпионата.



## Основное мероприятие акции:

Онлайн чемпионат МГО Профсоюза по видам:



ходьба



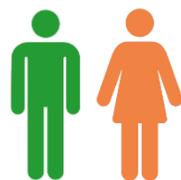
плавание



бег



велопрогулки



индивидуальные номинации  
(мужчины и женщины)



командная  
номинация





## География акции и необходимые технические средства для участия в онлайн-чемпионате:



Смартфон



Google Fit

Бесплатное  
тренировочное  
приложение

Есть возможность  
подключения  
фитнес-трекера





## Лучшие 200 участников онлайн-чемпионата в виде «бег»

принимают участие в полумарафоне  
«Моя столица» на дистанции:



**3 км**

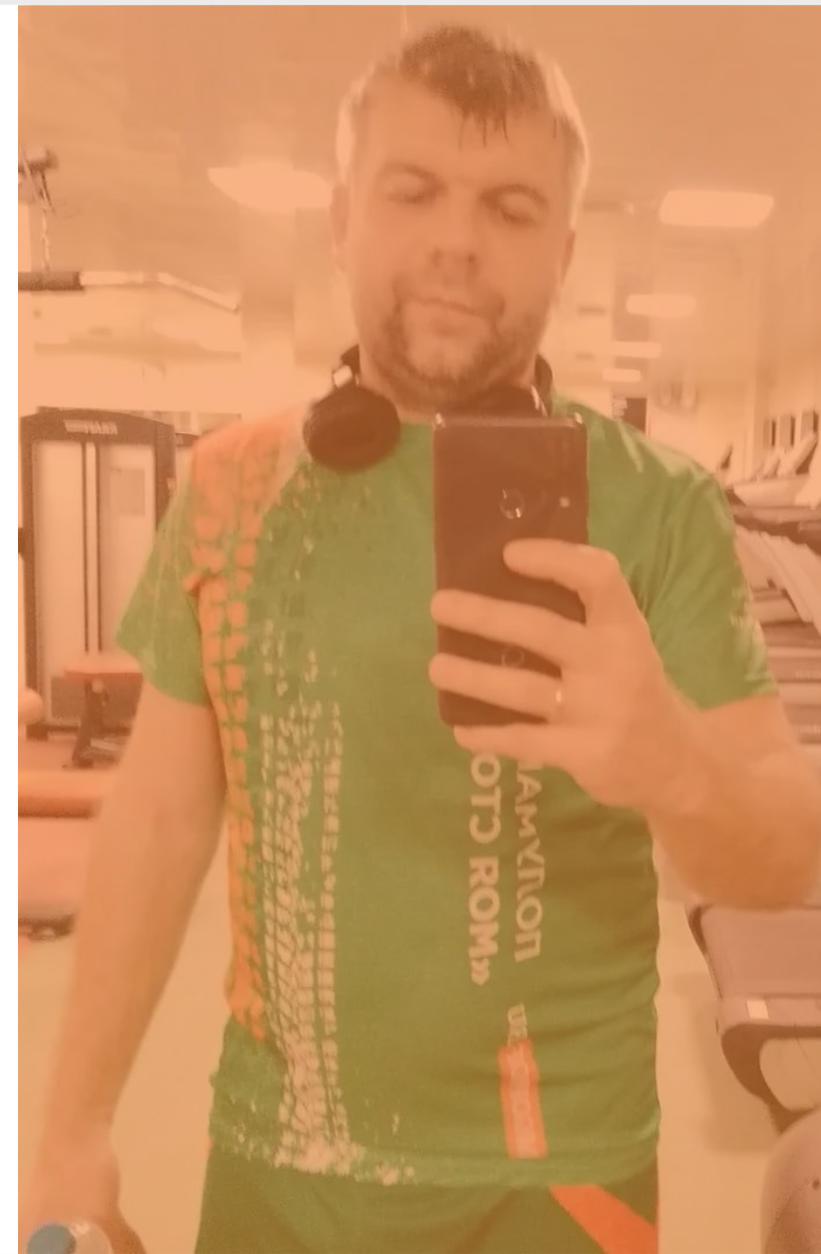


**10 км**



**21 км**

- партнер и организатор забегов – **RussiaRunning**.





## Источники финансирования акции:

Проект «Жить. Учить. Бежать» реализуется

за счет бюджета **МГО Профсоюза**

с привлечением средств Гранта **Президента Российской Федерации**



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ  
**ФОНДА  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ**





## Основные результаты проведения акции:

### Члены профсоюза:

- получают качественную информацию о значимости физической активности;
- получают дополнительную мотивацию к занятиям физической активностью;
- повысят уровень знаний в области подготовки и техники выполнения различных видов физической активности;
- получают информацию, на основе которой смогут принять решения о собственном участии в организованных формах физической активности;
- начнут регулярно заниматься различными видами физической активности в рамках организованных программ

### Мероприятия проекта охватят:

не менее

**13 000**

человек  
в период  
реализации

не менее

**25 000**

человек после  
основной фазы  
реализации