



Добровольный
Физкультурный
Союз



ПРОЕКТ

Программа

Всероссийская акция «Ходи, Россия!»

г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Концепция, план проведения

КОНЦЕПЦИЯ:

Всероссийская акция «Ходи, Россия!» направлена на пропаганду пользы физической активности и мотивацию населения к ведению здорового образа жизни.

Цель акции: формирование у населения грамотного представления о пользе физической активности, популяризация ходьбы как наиболее доступного и увлекательного вида физической активности, а также выработка необходимых навыков и умений по ведению здорового образа жизни.

Задачи акции:

- привлечение внимания жителей страны к повышению уровня физической активности;
- пропаганда пользы регулярной физической активности и разъяснение ее роли в профилактике сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, сахарного диабета;
- популяризация здорового образа жизни, формирование у участников Акции ответственного отношения к своему здоровью.

Место проведения: г. Санкт-Петербург

Сроки проведения: 13 – 14 ноября 2018 года

Организаторы:

- Добровольный физкультурный союз граждан и организаций в сфере популяризации физической культуры и развития массового спорта;
- Правительство Санкт-Петербурга.

При поддержке:

- Министерство здравоохранения Российской Федерации;
- ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр профилактической медицины» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ:

13 ноября 2018 года

10.00 – 10.40

Пресс-конференция

Участники:

Беглов Александр Дмитриевич - временно исполняющий обязанности Губернатора Санкт-Петербурга.

Митянина Анна Владимировна – Вице-губернатор Санкт-Петербурга.

Слущкая Ирина Эдуардовна – Председатель Президиума Добровольного физкультурного союза, четырехкратная чемпионка России, семикратная чемпионка Европы, двукратная чемпионка мира и двукратный призер Олимпийских игр по фигурному катанию, заслуженный мастер спорта России.

Марко Канганева - основатель, идеолог, автор первых обучающих программ по скандинавской ходьбе, разработчик первых в мире палок для скандинавской ходьбы в компании Eke1, автор 16 книг и тысячи статей по спортивной тематике, здоровому образу жизни и питанию, изданных в разных странах и переведённых на несколько языков, магистр спортивных наук, профессиональный спортивный коуч.

10.40 - 10.50	<p>Подписание Соглашения о сотрудничестве и взаимодействии между Санкт-Петербургом и Добровольным физкультурным союзом.</p> <p>Подписывают Соглашение</p> <p>Беглов Александр Дмитриевич - временно исполняющий обязанности Губернатора Санкт-Петербурга.</p> <p>Слущкая Ирина Эдуардовна - Председатель Президиума Добровольного физкультурного союза, четырехкратная чемпионка России, семикратная чемпионка Европы, двукратная чемпионка мира и двукратный призер Олимпийских игр по фигурному катанию, заслуженный мастер спорта России.</p>
10.50 - 11.00	Пресс-подход
11.00 - 12.30	<p>Круглый стол «Повышение мотивации граждан к ведению здорового образа жизни и регулярным занятиям физической культурой».</p> <p>(Правительство Санкт-Петербурга).</p> <p>Сопредседатели:</p> <p>Митянина Анна Владимировна - Вице-губернатор Санкт-Петербурга.</p> <p>Слущкая Ирина Эдуардовна - Председатель Президиума Добровольного физкультурного союза, четырехкратная чемпионка России, семикратная чемпионка Европы, двукратная чемпионка мира и двукратный призер Олимпийских игр по фигурному катанию, заслуженный мастер спорта России.</p>
11.00 - 11.10	Митянина Анна Владимировна - Вице-губернатор Санкт-Петербурга.
11.10 - 11.30	Слущкая Ирина Эдуардовна - председатель Президиума Добровольного физкультурного союза, четырехкратная чемпионка России, семикратная чемпионка Европы, двукратная чемпионка мира и двукратный призер Олимпийских игр по фигурному катанию, заслуженный мастер спорта России.

11.30 - 11.40	Дидур Михаил Дмитриевич - доктор медицинских наук, профессор, главный внештатный специалист Комитета по здравоохранению Правительства Санкт-Петербурга по спортивной медицине, временно исполняющий обязанности директора Федерального государственного бюджетного учреждения науки Институт мозга человека им. Н.П. Бехтеревой Российской академии наук. <i>«Организационные аспекты внедрения программ физической реабилитации в лечебно-профилактические учреждения крупного города»</i>
11.40 - 11.50	Карпова Ирина Альбертовна - кандидат медицинских наук, главный внештатный специалист по диабетологии Комитета по здравоохранению Правительства Санкт-Петербурга. <i>«Образ жизни, физические нагрузки и диабет»</i>
11.50 - 12.00	Жолобов Владимир Евгеньевич - доктор медицинских наук, директор Санкт-Петербургского государственного казенного учреждения здравоохранения «Городской центр медицинской профилактики». <i>«Основные направления развития общественного здравоохранения»</i>
12.00 - 12.10	Ржаненков Александр Николаевич - председатель Комитета по социальной политике Санкт-Петербурга. <i>«Повышение периода активного долголетия и продолжительности здоровой жизни среди людей старшего возраста»</i>
12.10 - 12.20	Председатель Комитета по физической культуре и спорту <i>«Мотивация граждан к физическому развитию»</i>
12.20 - 12.30	Подведение итогов.
13.00 - 14.00	Обед.
15.00 - 17.00	Воркшоп Марко Канганева для инструкторов. г. Санкт-Петербург, Городской центр медицинской профилактики.
14 ноября 2018 года Фестиваль здоровья и скандинавской ходьбы «Ходи, Петербург!» Центральный парк культуры и отдыха им. С.М. Кирова	
11.00 - 12.00	Регистрация

11.00 - 11.30	Интерактивная лекция по технике скандинавской ходьбы от шеф-инструкторов Добровольного физкультурного союза Александра и Натальи Спектор.
11.30 - 12.00	Оздоровительная разминка «Здоровье суставов в надежных руках».
12.00 - 12.30	Официальное открытие фестиваля. Участники официального открытия: Слуцкая Ирина Эдуардовна - Председатель Президиума Добровольного физкультурного союза. Митянина Анна Владимировна - Вице-губернатор Санкт-Петербурга.
12.30 - 13.00	Разминка с Марко Кантанева.
13.30 - 14.30	Техника скандинавской ходьбы от Марко Кантанева.
13.00 - 14.00	ПЕРВЫЙ СТАРТ. Групповые мастер-классы для новичков под руководством инструкторов. Групповые мастер-классы для начинающих ходоков. Группы по 50 чел. стартуют каждые 5 минут с 13.00 до 13.20.
13.00 - 14.00	ПЕРВЫЙ СТАРТ. Групповые мастер-классы для любителей под руководством инструкторов. Групповые мастер-классы для занимающихся СХ. Группы по 50 чел. стартуют каждые 5 минут с 13.00 до 13.20.
14.00 - 15.00	ВТОРОЙ СТАРТ. Групповые мастер-классы для новичков под руководством инструкторов. Групповые мастер-классы для начинающих ходоков. Группы по 50 чел. стартуют каждые 5 минут с 14.00 до 14.20.
14.00 - 15.00	ВТОРОЙ СТАРТ. Групповые мастер-классы для любителей под руководством инструкторов. Групповые мастер-классы для занимающихся СХ. Группы по 50 чел. стартуют каждые 5 минут с 14.00 до 14.20.
13.00 - 14.00	КОРПОРАТИВНЫЕ СТАРТЫ.
14.30 - 16.00	Выступление творческих коллективов, Викторины и конкурсы. Питание.
16.00	Окончание мероприятия.