**Информация**
**об участии в общепрофсоюзной акции ПРОгимнастика 2.0.**
**«Подзарядка для всех!»**

**7 апреля 2026 года**, во Всемирный день здоровья, стартует ежегодная общепрофсоюзная акция ПРОгимнастика 2.0 «Подзарядка для всех!», направленная на популяризацию здорового образа жизни и приобщение работников и обучающихся системы образования к ежедневным занятиям производственной гимнастикой.

С этого дня (7 апреля) и в течение месяца профсоюзным организациям предлагается инициировать и включать в режим рабочего дня комплексы производственной гимнастики для педагогов и обучающихся.

**Обращаем ваше внимание, что акция проходит с элементами конкурса!**

К участию в конкурсе приглашаются образовательные организации и педагоги, желающие представить на конкурс свои практики проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий (физкультминуток, зарядки, производственной гимнастики).

**Как принять участие в конкурсе:**

1. Создать видеоролик с записью физкультминуток, зарядки или производственной гимнастики, соблюдая технические требования (см. ниже). На конкурс представляется один видеоролик, содержащий комплекс упражнений, выполняемых под музыку в сопровождении закадрового голоса, разъясняющего пользу регулярных занятий производственной гимнастикой, роль двигательной активности и её значение для ведения здорового образа жизни (один из возможных вариантов создания ролика смотрите по ссылке: **ПРИМЕР**).
2. Опубликовать свой уникальный видеоролик в социальных сетях с хештегом **#ПодзарядкаДляВсех #ПрофсоюзТерриторияЗдоровья** и в группе Общероссийского Профсоюза образования ВКонтакте: https://vk.com/eseur_sport
   **«Амбассадоры здоровья».**
3. До 12 мая 2026г. включительно **ЗАПОЛНИТЬ АНКЕТУ УЧАСТНИКА** с обязательным размещением в графах:
   - «Ссылка на просмотр видео ролика» - ссылки на опубликованный в социальных сетях видеоролик производственной гимнастики;
   - «Ссылка на скачивание видео ролика» - ссылки на скачивание этого же видео ролика для дальнейшего его тиражирования (размещая ссылку на скачивание своего видео ролика, вы даете

своё согласие на безвозмездное его использование организаторами акции)!

**Технические требования к видеороликам**

- Видеоролик может быть снят (создан) любыми доступными средствами.
- Минимальное разрешение видеоролика – 480x360 для 4:3, 480x272 для 16:9, не ниже 240 px (пикселей). Ориентация – горизонтальная.
- Продолжительность записи видеоролика не более 180 секунд.
- Окончательный вариант смонтированного видеоролика сохраняется в формате MP4.
- При монтаже по возможности следует использовать логотип «Профсоюз – территория здоровья». **https://www.prof.as/files/2024a/logo-zoj.zip**
- В начале ролика необходимо указать регион (город, район), наименование образовательной организации и ФИО автора (авторов) видеоролика.
- Использование специальных программ и инструментов при съёмке и монтаже видеоролика решается участником Конкурса.

**Критерии оценки:**

1. **Содержание:** соответствие комплекса упражнений задачам производственной гимнастики и уровню подготовки занимающихся.
2. **Мастерство:** наглядность представления упражнений, законченность сюжета, исполнительское мастерство.
3. **Применимость:** возможность использования представленного комплекса в образовательных организациях.
4. **Креативность:** эстетика, оригинальность идеи, творческий подход.
5. **Техническая реализация:** качество съемки, монтажа и записи.

Также оценивается масштаб акции: количество вовлеченных педагогов, продолжительность проведения гимнастики и активность в социальных сетях (количество постов и роликов с хештегами).

**Определение и награждение победителей**

- Имена победителей конкурса будут объявлены не позднее 7 июня 2026 года.
- Все участники, принявшие участие в конкурсе, до 1 июля 2026 года получают Диплом участника, победители - диплом Победителя, которые высылаются на указанный в анкете участника конкурса электронный адрес.

**Контактная информация**. По вопросам проведения акции-конкурса обращайтесь к куратору проекта, заместителю председателя Совета Профсоюза по физической культуре и спорту Олегу Игоревичу Меркулову.

**Телефон:** +7 (903) 118-50-19

*Уважаемые коллеги! Уверены в вашем активном участии и желании сделать производственную гимнастику необходимой частью рабочего дня. Наше здоровье – в наших руках! Присоединяйтесь к акции, высылайте свои видеоматериалы и побеждайте!*