

**Рекомендации по проведению интернет-акций в рамках мероприятий тематического года «Спорт. Здоровье. Долголетие»**

Постановлением Исполкома Профсоюза от 15 декабря 2020 г. 2021 год объявлен Годом «Спорта. Здоровья. Долголетия» и принят Примерный План мероприятий тематического года.

Особое внимание обращаем на проведение интернет акций: п.7 и п. 11 Примерного Плана:

1. **Интернет-акция «#марафон365: новый день – новый пост о ЗОЖ»:**

Ежедневное размещение в сообществах (социальных сетях) региональных (межрегиональных) организаций Профсоюза, региональных СМП и СКС постов с **хештегом #марафон365** по соответствующей тематике (краткие, яркие, иллюстративные посты о занятиях членов Профсоюза физической культурой и спортом, рекомендации по здоровому питанию, производственной гимнастике, мероприятий по отказу от курения ☺ и многих других).

1. **Всероссийская интернет-акция #«Я -ЗА ЗОЖ!» ( схожа с марафоном, но требует уже более расширенной информации)**:
2. Открытие специальной рубрики в сообществах региональных (межрегиональных) организаций Профсоюза, региональных СМП и СКС «Я - ЗА ЗОЖ!» с размещением публикаций, статей о спортивных мероприятиях, походах, соревнованиях, организации здоровьесберегающих пространств в образовательных организациях, просветительских мероприятий по ЗОЖ, антистрессу и т.п. для педагогов и обучающихся – членов Профсоюза.
3. Ведение прямых эфиров с учителями физической культуры, педагогами дополнительного образования, спортсменами, победителями соревнований, диетологами, психологами, направленных на популяризацию ЗОЖ.
4. Размещение в пабликах Профсоюза видеороликов и видеомастерклассов по занятиям спортом и физической культурой.
5. Размещение в пабликах Профсоюза социальных видеороликов по ЗОЖ.
6. Размещение на личных страницах членов Профсоюза фотографий, соответствующих теме акции под хештегом #Я -ЗА ЗОЖ.
7. Организация системных онлайн-тренировок, утренних зарядок и производственной гимнастики. Напр,. «Бодрое утро ( с Профсоюзом) ☺», предложенное на семинаре информационных работников).

P.S. Собственные идеи и инициативы приветствуются! НО с сохранением общей идеи Плана, символики и # .