

Тюменцев приглашают заняться «Физкультурой на производстве»

В начале года в Тюмени был дан официальный старт межведомственному проекту «Физкультура на производстве»

Цель проекта - привлечь тюменцев трудоспособного возраста к систематическим занятиям физической культурой и спортом, не отходя от рабочего места. Уже 29 организаций – это около 3 000 работников, присоединились к движению и проводят производственную гимнастику на перерывах во время рабочего дня. Инициатором городского проекта, реализуемого в рамках федерального проекта «Спорт - норма жизни», выступил департамент по спорту и молодежной политике администрации города Тюмени при поддержке ГАПОУ ТО «Тюменский колледж производственных и социальных технологий» (ТКПСТ) и Института физической культуры ТюмГУ (ИФК).



Занятия в рамках проекта проводятся бесплатно. Организаторами предусмотрено два варианта проведения разминок:

1) Спортивные волонтеры из числа обучающихся колледжа – будущие специалисты в области физической культуры и спорта, выезжают на предприятия, в организации и во время перерыва проводят короткие занятия, направленные на проработку определенных групп мышц, в зависимости от специфики работы коллектива.

2) Трудовые коллективы самостоятельно проводят занятия в удобное для себя время по видеоматериалам, которые предоставляют организаторы. Комплексы упражнений разработаны и записаны специалистами ТКПСТ и ИФК.

Отметим, что регулярные спортивные оздоровительные мероприятия позволяют сотрудникам сменить вид деятельности, за короткий перерыв восстановить силы. Как следствие, повышается работоспособность. Кроме того, совместные занятия спортом являются отличным средством командообразования в коллективе.

Городской департамент по спорту и молодёжной политике призывает трудовые коллективы присоединиться к спортивной инициативе. Подробнее о проекте и условиях участия по телефону: 8 (3452) 35-30-79.

Контактное лицо: начальник отдела по организации и проведению мероприятий в сфере информационно-коммуникационных технологий МАУ «Тюменский городской многопрофильный центр» Мария Александровна Симонова. Телефон: 8-919-922-65-50

НАШИ ИНТЕРНЕТ – РЕСУРСЫ

dsimp.ru

тгмц.рф