

7 апреля Всемирный день здоровья

Общая информационная справка

Всемирный день здоровья отмечается 7 апреля и является важным праздником для каждого, кто заботится о своём благополучии, здоровом теле и крепком духе, а также стремится к защите окружающей среды, влияющей на здоровье общества в целом. Эту дату выбрали в связи с тем, что в этот день в 1948 году был ратифицирован Устав Всемирной организации здравоохранения. Впервые 7 апреля Всемирный день здоровья был отмечен в 1950 году, после чего его проведение стало традицией.

Тема здоровья многие века затрагивает умы человечества. Здоровье – это самое ценное, что у нас есть. Без него невозможно достичь успехов ни в учёбе, ни в работе, ни в личной жизни. Поэтому очень важно помнить о том, что забота о своём здоровье должна стать неотъемлемой частью нашего повседневного существования.

С каждым десятилетием продолжительность жизни человека увеличивается – все благодаря постоянному развитию, совершенствованию медицины и регулярных открытий в этой области, пропаганде здорового образа жизни и вниманию к здоровью с раннего возраста.

В нашей стране реализуются различные проекты и программы для улучшения здоровья нации: национальные проекты «Продолжительная и активная жизнь», «Новые технологии сбережения здоровья» и в 2025 – 2030 годах будут сфокусированы на профилактике заболеваний, сохранении общественного здоровья, повышении доступности передовых подходов к профилактике и лечению. В руках каждого гражданина – пересмотреть свои привычки и следовать рекомендациям по профилактике заболеваний, в том числе и профилактике стрессовых расстройств.

Базовые национальные ценности, на развитие которых направлено содержание федеральной концепции: гражданственность, жизнь, достоинство, права и свободы человека, справедливость, единство народов России, взаимопомощь и взаимоуважение, гуманизм.

Целевые ориентиры:

Гражданское воспитание: обучающиеся

— обладают опытом гражданской социально значимой деятельности (в ученическом самоуправлении, волонтерском движении, экологических, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах).

Духовно-нравственное воспитание: обучающиеся

— проявляют приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России с учётом мировоззренческого, национального, конфессионального самоопределения.

Физическое воспитание: обучающиеся

— понимают и выражают в практической деятельности ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей;

— выражают на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию, соблюдает и пропагандирует безопасный и здоровый образ жизни.

Общие хештеги мероприятия: #НавигаторыДетства #Росдетцентр #оЗдоровьеНД #НавигаторыДетства22

Срок реализации: до 7 апреля

Механика проведения

1. Мероприятие и формат, разработанный активом обучающихся и педагогическим коллективом образовательной организации с учётом рабочих программ воспитания по уровням (начальное общее образование, основное общее образование, среднее общее образование) на основе традиций образовательной организации.

2. Акция «Секреты здоровья» (совместно с программой развития социальной активности обучающихся начальных классов «Орлята России»)

Рекомендуемый возраст: 1 – 4 классы.

Советнику директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями (далее – Советник) совместно с наставниками Орлят России предлагается организовать изучение учениками начальной школы информации о здоровом питании и здоровом образе жизни.

Классам начальной школы необходимо заранее изучить дома с родителями интересные факты о здоровом питании, затем обсудить их в своём классе и подготовить творческую презентацию своей темы для других классов. После этого классы могут провести свои творческие презентации на перемене для других обучающихся начальных классов (по желанию младшие школьники могут организовать презентацию и для средних, и старших классов). Совместно с наставниками можно заранее распределить конкретные темы между курируемыми классами начальной школы.

3. «Играй-город «Дворовым играм быть»

Рекомендованный возраст: 4 – 11 классы.

Советнику предлагается совместно с активом обучающихся подготовить и провести мероприятие «Дворовым играм быть» для обучающихся. Цель – повышение интереса к активному образу жизни у обучающихся и развитие физических навыков посредством традиционных дворовых игр.

В рамках мероприятия старшеклассникам предлагается организовать и провести традиционные игры для обучающихся.

Ссылка на дополнительные материалы.

4. Интеллектуальная игра «Верю – не верю»

Рекомендуемый возраст: 5 – 11 классы.

Советнику совместно с обучающимися предлагается провести интеллектуальную игру «Верю – не верю», в рамках которой участники смогут поочередно изучить факты, связанные с темой здорового образа жизни, и определить какой из них верный, а какой ложный.

Игру можно реализовать в командной или индивидуальной форме.

Ссылка на дополнительные материалы.

5. Совместный формат с Российским обществом «Знание»: лекторий «О здоровье»

Рекомендуемый возраст: 5 – 11 классы.

Советнику предлагается организовать просмотр тематических лекций на тему развития и поддержания здорового образа жизни.

— *Лекция:* «Здоровый человек — здоровое общество. Как здоровый образ жизни сделать нормой для современного человека»;

— *Лекция:* «Спорт ежедневных достижений: формирование здорового общества»;

— *Лекция:* «Привычка быть здоровым».

После просмотра предлагается организовать дебаты по формату Карла Поппера, целью которых является формирование осознанного отношения к вопросам здоровья и повысить осведомлённость участников о преимуществах здорового образа жизни.

Примерные тезисы для обсуждения:

— Здоровый образ жизни — это роскошь, доступная лишь избранным;

— Невозможно быть здоровым, если не выработать привычку заботиться о своем теле и разуме;

— Спорт должен быть доступен каждому, а не только ориентирован на профессиональные достижения.

Вы можете выбрать другой материал с учетом требований Федерального закона от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

6. Диалоговая площадка «Компоненты здоровья»

Рекомендуемый возраст: 7 – 11 классы.

Советнику предлагается организовать диалоговую площадку «Компоненты здоровья», в рамках которой участники смогут познакомиться со специалистами, работающими в сфере сохранения здоровья, здравоохранения, спорта и других.

Предполагаемые направления диалоговой площадки:

— психическое здоровье;

— нравственное здоровье;

— физическое здоровье;

— социальное здоровье.

Рекомендуем пригласить в качестве спикеров представителей родительского сообщества.

По итогам работы диалоговой площадки участникам совместно со спикерами предлагается сформировать собственный трекер здоровых привычек.

Ссылка на шаблон трекера привычек.

Форматы совместно с «Движением Первых»

1. Всероссийская акция «Укрепляй здоровье»

Рекомендуемый возраст: 1 – 11 классы.

Советнику совместно со руководителями первичных отделений, обучающимися, родительским и педагогическим сообществами предлагается принять участие во всероссийской акции «Укрепляй здоровье», организованной и проводимой федеральным государственным бюджетным учреждением «Российский детско-юношеский центр» и общероссийским общественно-государственным движением детей и молодежи «Движение первых» в рамках празднования Всемирного дня здоровья в России.

Ссылка на дополнительные материалы.

Подготовка отчетного материала

Подготовка видеоматериала для отчетного ролика:

— видео совместной деятельности обучающихся и Советников по проведению ряда мероприятий.

Просим предоставить видео с мероприятий. Крупные, средние и общие планы, эмоции обучающихся, совместную деятельность Советников и обучающихся, участников форматов.

Требования к видеоматериалу.

технические требования к видео совместной деятельности:

- горизонтальное;
- full hd;
- разрешение мин 1280 на 720.

технические требования к видео интервью:

- горизонтальное;
- статичное full hd;
- разрешение мин 1280 на 720;
- средний план;
- качественный звук (запись на микрофон).

Требования к фотографиям:

- камера фотоаппарата или хорошо снимающего телефона;
- человек, предмет не должны быть обрезанными;
- фото не смазано;
- на фото обязательно присутствует Советник и участники;
- присылайте 2-3 качественных снимка с мероприятия (2 горизонтальных, 1 вертикальное): фотографии крупного плана, пару общих, фото в действии.

- на одном фото 3-5 участников;
- отвлеките обучающихся, камеры как будто нет, обстановка естественная, не наигранная.

!Не обязывайте участников, а заинтересуйте, сделайте так, чтобы у них были естественные эмоции.