

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, которая влияет 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, а также систематичной пропаганде здорового образа жизни и внимания к сохранению своего здоровья с ранних лет.

В нашей стране реализуются различные проекты и программы для улучшения здоровья нации: национальные проекты «Продолжительная и активная жизнь», «Новые технологии сбережения здоровья» в 2025 – 2030 годах будут сфокусированы на профилактике заболеваний, сохранении общественного здоровья, повышении доступности передовых подходов к профилактике и лечению. В руках каждого человека – пересмотреть свои привычки и следить за физическим и психологическим состоянием.

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: студент

— обладает опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, волонтерском движении, экологических, военно-патриотических и других объединениях, акциях, программах).

Духовно-нравственное воспитание: студент

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

Физическое воспитание: студент

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

— выражает 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.

Предполагаемая целевая аудитория: студенты, осваивающие образовательные программы среднего профессионального образования.

Общие хештеги мероприятия: #НавигаторыДетства #НавигаторыСПО #Росдетцентр #оЗдоровьеНД #НавигаторыДетства22 #НавигаторыСПО22

Срок реализации: до 7 апреля

Механика проведения

1. Мероприятие и формат, разработанный активом студентов и педагогическим коллективом образовательной организации с учётом рабочих программ воспитания на основе традиций СПО.

2. Интеллектуальная игра «Верю – не верю»

Советнику директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями (далее – Советник) совместно со студентами 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.

3. Диалоговая площадка «Компоненты здоровья»

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.

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

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 другую художественную или документальную картину с учетом требований Федерального закона от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

Форматы совместно с «Движением Первых»

1. Всероссийская акция «Укрепляй здоровье»

Советнику совместно со руководителями первичных отделений, студентами, родительским и преподавательским 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 студентов и Советников по проведению ряда мероприятий.

Просим предоставить видео с мероприятий. Крупные, средние и общие планы, эмоции студентов, совместную деятельность Советников и студентов, 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 студентов, камеры как будто нет, обстановка естественная, не наигранная.

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