

*Здоровые дети в - здоровой семье*

**Уполномоченный при Президенте Российской Федерации по правам ребенка Павел Астахов предложил во всех школах России провести конкурс «Здоровые дети - в здоровой семье», посвященный позитивному опыту здорового образа жизни и бережного отношения к семейным ценностям и традициям.**





17-20%

Внешняя среда и природно-климатические условия

8-10%

Генетическая биология человека

8-10%

Здоровое питание

ЗДОРОВЬЕ

ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ

ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Образ жизни

(питание, условия труда, материально-бытовые условия)

45-55%

**Здоровые дети - это великое счастье. На протяжении веков люди искали панацею от болезней и видели ее секреты то в специфике питания, то в закаливании, то в отдельных видах физических упражнений. А панацея эта, оказывается, рядом. Она кроется в здоровом образе жизни. С первой минуты рождения ребенка эта истина должна находиться в основе его воспитания - именно в семье закладывается фундамент пирамиды здоровья, к вершине которой человек поднимается всю жизнь.**

**Закон “Об образовании” (ст.18)  
возлагает всю ответственность  
за воспитание детей на семью, а  
все остальные социальные  
институты (в том числе  
школьные учреждения)  
призваны содействовать и  
дополнять семейную  
воспитательную деятельность.**

Семья — это очень важная социальная единица, которая находится под охраной закона. В Статье 38 Конституции РФ четко изложено, что:

1. Материнство и детство, семья находятся под защитой государства.
2. Забота о детях, их воспитание — равное право и обязанность родителей.
3. Трудоспособные дети, достигшие 18 лет, должны заботиться о нетрудоспособных родителях.

**Если семья – это постройка, то какая.....**

**Если семья – это цвет, то какой.....**

**Если семья – это музыка, то какая....**

**Если семья – это геометрическая фигура, то  
какая....**

**Если семья – это название фильма, то  
какого...**

**Если семья – это настроение, то какое...**

Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми и счастливыми, но не задумывается о том, как сделать, чтобы их дети жили в ладу с собой, с окружающим их миром, с людьми.

**Секрет этой гармонии прост — здоровый образ жизни:**

- поддержание физического здоровья,
- отсутствие вредных привычек,
- правильное питание,
- радостное ощущение своего существования в этом мире.



# Словарь семейных отношений

эидэвоу

Сопереживание

Юмор

Желание  
помочь

Умение слушать

ЛЮБОВЬ

Равенство

Толерантность

Приспособляемость

Компромисс

Поддержка

Верность

Признание

Нежность

# Классификация семейных ценностей



- 1) ценности супружества;
- 2) ценности, связанные с демократизацией отношений в семье;
- 3) ценности родительства, воспитания детей;
- 4) ценности родственных связей;
- 5) ценности, связанные с саморазвитием;
- 6) ценности внесемейных коммуникаций;
- 7) ценности профессиональной занятости.



**Правильное питание** – это то, о чем должны заботиться родители в первую очередь, желая увидеть своего ребенка здоровым. Некогда древнегреческий философ Сократ дал человечеству совет *“Есть, чтобы жить, а не жить, чтобы есть”*. Никто еще не оспорил Сократа, но следуют его советам немногие. Родителям нельзя забывать о том, что соблюдение режима питания – основа здорового образа жизни. Правильное питание организовать не просто. Нужно заботиться о том, чтобы в рационе ребенка правильно сочетались различные продукты и химические вещества.





Семья,  
главное в жизни!

OPEN.AZ