

ГБОУ РК «ССШИ № 1»

«СЕМЕЙНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ –  
ЗАЛОГ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА»



Педагог-психолог  
Носуль Ольга Владимировна



# **СЕМЕЙНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ – ЗАЛОГ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА**

**ЗДОРВЫЕ ДЕТИ, В ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ.**

**ЗДОРОВЫЕ СЕМЬИ, В ЗДОРОВОЙ  
СТРАНЕ.**

**ЗДОРОВЫЕ СТРАНЫ – ПЛАНЕТА  
ЗДОРОВА.**

**ЗДОРОВЬЕ – КАКОЕ ПРЕКРАСНОЕ  
СЛОВО!**

**ТАК ПУСТЬ НА ЗДОРОВОЙ ПЛАНЕТЕ  
РАСТУТ ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ!**





# ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕ?

- Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.
- При встречах и расставаниях с близкими, дорогими людьми, поздравлениями с торжественными датами, мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это залог полноценной и активной жизни.





# ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕ

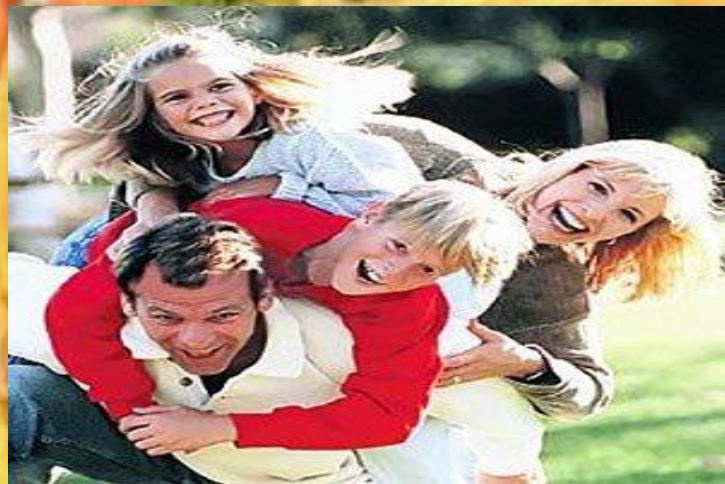
- Много раз на этот вопрос отвечали представители разных наук, разных стран, времен и народов. Наиболее распространенный вариант ответа:
  - **ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ОТСУТСТВИЕ БОЛЕЗНЕЙ.**
  - **БОЛЕЗНЬ – ЭТО НАРУШЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ.**
- Действительно, долгие годы, здоровье и понималось, как отсутствие болезней и физических недостатков. Но в наше время установилась другая точка зрения



# ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕ?

- ЗДОРОВЬЕ – это не просто отсутствие болезней.
- Это состояние полного физического, психического и социального благополучия.
- Согласно этой точки зрения ЗДОРОВЬЕ бывает:

- ❖ Физическое
- ❖ Душевное (психическое)
- ❖ Социальное





# ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВ



- ФИЗИЧЕСКОЕ – состояние работы всего организма. Если человек физически здоров, он может выполнять свои текущие обязанности без лишней усталости. У него достаточно энергии, для того, чтобы успешно учиться и выполнять все необходимые дела дома.



# ДУШЕВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

- ДУШЕВНОЕ (ПСИХИЧЕСКОЕ) – проявляется в том, что человек доволен собой, нравится самому себе таким, каков он есть. Он удовлетворен своими достижениями и может делать выводы из своих ошибок. Для поддержания душевного здоровья необходимо отдыхать, получать новые впечатления, общаться с друзьями.





# СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ




- СОЦИАЛЬНОЕ - проявляется в отношении с другими людьми. Социально – здоровые люди умеют ладить с окружающими.
- Они поддерживают добрые отношения с родственниками.
- Умеют находить новых друзей.



Умеют выразить свои потребности и нужды, так, чтобы они стали понятны окружающим.



An aerial, top-down view of a circular swimming pool on a sandy beach. The pool is filled with clear, bright blue water, and the surrounding sand is a light tan color. Several people are in the pool, some swimming and others standing near the edge. A beach ball is visible in the water. The text is overlaid in the center of the image.

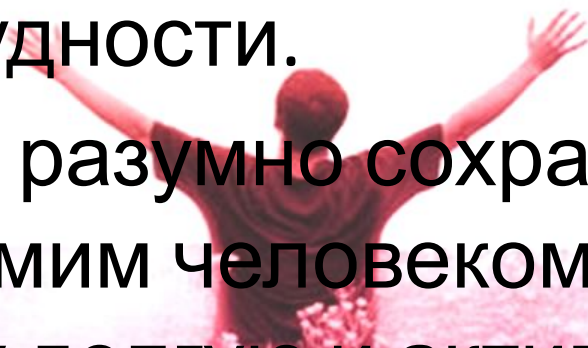
**ЗДОРОВЫМ, МОЖНО НАЗВАТЬ  
ТАКОГО ЧЕЛОВЕКА,  
КОТОРЫЙ ОБЛАДАЕТ ВСЕМИ  
ТРЕМЯ ВИДАМИ ЗДОРОВЬЯ!**



# ЗАЧЕМ ЗДОРОВЬЕ НЕОБХОДИМО?



- Здоровье – помогает выполнить нам наши планы.
- Успешно решать основные жизненные задачи.
- Преодолевать трудности.
- Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь в обществе.



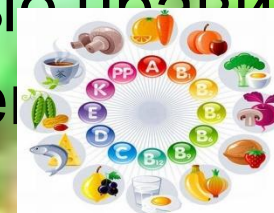


# ОСНОВЫ ЗОЖ, ЗАКЛАДЫВАЮТСЯ В НАС, ЕЩЕ В ДЕТСТВЕ !

Именно родители становятся первыми значимыми людьми в жизни маленького ребенка, его окном в мир, его прелестью и целью.

Родители учат детей:

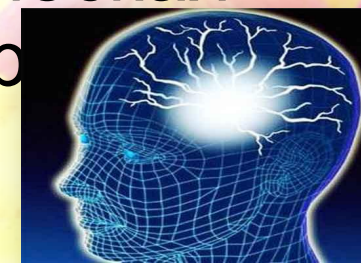
- Следить за собой,
- Избегать вредных воздействий окружающей среды;
- Соблюдать гигиену и режим дня;
- Выполнять другие повседневные правила
- Следят за правильным питанием





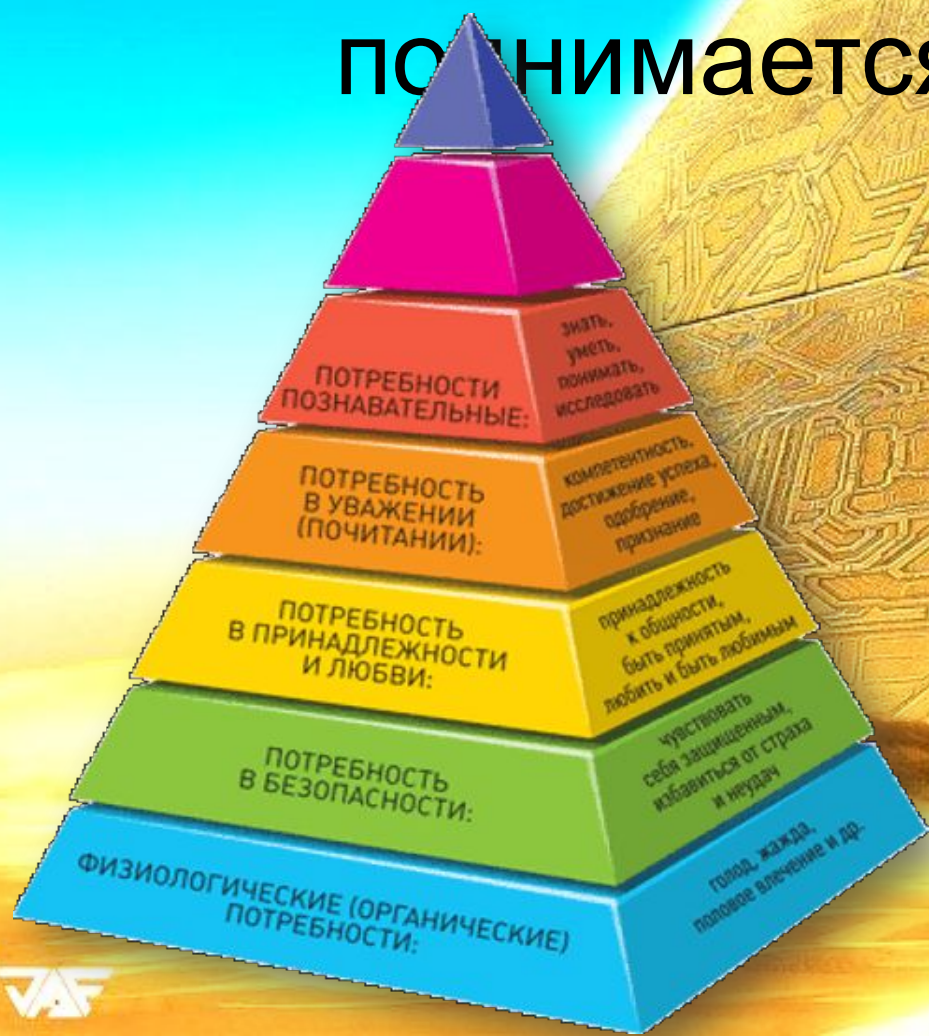
# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ

- В начале, у детей в результате механического повторения правильно организованных гигиенических процедур, вырабатывается динамический стереотип здорового поведения.
  - Постепенно на его основе, таются соответствующие знания и формируются осознанное отношение к своему здоровью – настрой на здоровье.
- В этом и заключается специфическая работа мозга в управлении здоровьем.





В семье закладывается  
фундамент пирамиды здоровья, к  
вершине которой человек  
поднимается всю жизнь.







# ЗАКОН ОБ

## АЗОВАНИИ

• **Статья 18, Конвенции о правах ребенка, возлагает всю ответственность за**

**воспитание детей на семью.**

- Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей. Они обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей.
- А все остальные институты, в том числе и дошкольные учреждения призваны содействовать и дополнять семейную воспитательную деятельность



**Секрет этой гармонии  
прост –  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ  
ЖИЗНИ!**

