

Здоровый образ жизни семьи - основа  
эмоционального благополучия ребёнка  
(круглый стол)



## СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ



Анализ анкет родителей

по теме:

«Формирование основ  
безопасности и здорового  
образа жизни.»

# Составляющие здоровья



# Составляющие здоровья

Согласно данным ВОЗ, соотношение условий, влияющих на здоровье, таково:

- условия и образ жизни, питание - 50%
- генетика и наследственность - 20%
- внешняя среда, природные условия - 20%
- здравоохранение - 10%



## Социальная составляющая здоровья:

- умения предвидеть опасности, возникающие в процессе жизнедеятельности, и по возможности избегать их;
- знания существующих нормативно-правовых актов и требований в области безопасности и умения соблюдать их, чтобы не спровоцировать опасную или чрезвычайную ситуацию по собственной вине;
- знания рекомендаций специалистов в области безопасности и умения применять их, но с учётом своих способностей.



# Психологическое здоровье

- неразделимость телесного и психического в человеке.

***Обобщенный портрет психологически здорового человека:***

**творческий, жизнерадостный, веселый, открытый человек, познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Такой человек берет ответственность на себя, его жизнь наполнена смыслом. Он находится в постоянном развитии.**

Ключевым словом для его описания является «гармония», или «баланс». Гармония между эмоциональным и интеллектуальным, телесным и психическим.

Основу психологического здоровья составляет полноценное психическое развитие.

# ПСИХИЧЕСКАЯ составляющая здоровья

- ▶ Психе (греч.) – душа, эмоция (франц.) – волнение.
- ▶ Познание мира через органы чувств (органы вкуса, слуха, зрения, обоняния, осязания).
- ▶ Реакция на происходящее вокруг, проявление положительных и отрицательных эмоций.
- ▶ Пословица: «Смех – половина здоровья».

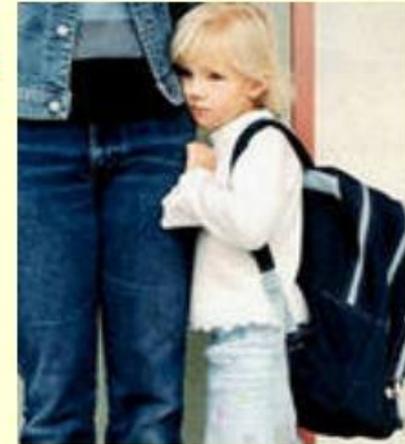


# Компоненты здорового образа жизни

## ЖИЗНИ



## **Способы улучшения эмоционального климата в семье.**



- **Никогда не упрекайте ребёнка**
- **ни возрастом: «Ты уже большой!»**,
- **ни полом: «А ещё мальчик!»**.
- **Ни куском хлеба:**
- **«Мы тебя поим и кормим!»**



# Педагогические ситуации

## Ситуация 1

Утро. В групповой комнате необычное оживление: в игровом уголке появились новые игрушки. Все ребята внимательно рассматривают их. Намечается интересная игра. Только Вася, уединившись, безучастно смотрит на детей.

- Что ты такой грустный? Уж не заболел ли? - спрашивает его воспитатель.

- Да нет... я так, - шепчет мальчик, отвернувшись к стенке, чтобы никто не увидел навернувшиеся на глаза слезы. И вдруг, уткнувшись в платье воспитателя, всхлипнул:

- Мне жаль маму... Папа опять пришел поздно и пил вино с дядей Толей. А мама все плакала. Папа шумел всю ночь.

? Проанализируйте, как отражается поведение отца Васи на состоянии ребенка. Какую, по вашему мнению, помощь может оказать детский сад семье в создании здорового быта?

## Ситуация 2.

За Димой в детский сад пришла мама. Он радостно ей: «Мама, а мы сегодня птичку клеили!»

Мама Почему у тебя вся одежда мокрая?

Дима Воспитательница сказала, что очень старался.

Мама Сколько раз тебе говорить – клади штаны и варежки на батарею!

Дима Я ещё дома попробую такую птичку сделать

Мама Вот теперь пойдёшь в мокром.

Мальчик замолчал и стал нехотя одеваться.

? В чём мама допускает ошибку? Как бы Вы поступили на её месте?

## Ситуация 3

Воспитатель подготовительной группы на родительском собрании рассказал о том, как готовить детей к обучению в школе, развивая их физически. Бабушка одного мальчика активно настаивала на том, чтобы ее внука не брали на прогулку и в бассейн, т.к. он часто простывает. Аргументировала она данный факт тем, что педагоги не следят, как одеваются дети, самостоятельно же в этом возрасте они этого сделать не могут. На вопрос воспитателя о том, как же Сережа будет одеваться в школе, бабушка пояснила, что она, как и в детском саду будет помогать ему в этом, для чего специально уволилась с работы.

Как организовать работу с родителями Сережи? Что можно предложить бабушке для решения этого?

## Ситуация 4.

«Если за шестилетним Мишей в детский сад приходит отец, то мальчик быстро убирает свои игрушки, самостоятельно одевается и спокойно идет домой... Иная картина, когда за ним приходит мать. Она подолгу ждет сына, так как тот не торопится оставить группу, продолжает играть с ребятами. Часто требует, чтобы его одевала мама. Случается капризничает: «Почему ты пришла, а не папа?»

Воспитательница, подметив такую двойственность в поведении мальчика, решила побеседовать с ним. Спросила: «Как прошел выходной? Где и с кем ты был?» Миша рассказал, что они с отцом ездили к бабушке.

— А мама тоже ездила с вами к бабушке?

— Нет. Мама дома осталась, у нее много работы было! — сказал он.

Вечером за Мишей пришел папа. Зашел разговор о сыне, о вчерашней поездке. Как бы между прочим воспитательница спросила, а мама, мол, довольна поездкой?

— Мама осталась дома, — ответил отец, — она у нас не очень-то расторопна, дела свои доделывала, — сказал отец с чуть скрываемым раздражением в присутствии сына.

— Да, она у нас копуша! — подхватил мальчик».

Чем объясняется различное поведение Миши в присутствии отца и в присутствии матери? В чем причина неуважительного отношения Миши к матери?