

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/83196>

Тип работы: Реферат

Предмет: Педагогика

Введение 3

1 Условия, необходимые для формирования здорового образа жизни у детей 4

2 Деятельность социального педагога по формированию здорового образа жизни среди детей 10

3 Оптимальный двигательный режим как фактор здорового образа жизни. Взаимосвязь физического воспитания с умственным 12

4 Фактор воспитания гигиенической грамотности 17

5 Культура правильного питания как важный фактор здорового образа жизни. Закаливание 18

Заключение 19

Список используемой литературы 20

Введение

Здоровый образ жизни в социальном сопровождении – это важная задача, которая, в том числе, стоит и перед социальным педагогом. Если ребенок находится в нормальном физическом состоянии, это помогает ему успешно решать основные задачи в обучении, преодолении трудностей, помогает легче переносить нагрузки умственного и физического характера. Здоровье психическое и физическое помогает лучшему обучению, укрепляет костно-мышечный аппарат, стабилизирует нервную систему. При социальном сопровождении социальным педагогом все эти условия и обстоятельства здорового образа жизни должны приниматься во внимание, поскольку задачей социального педагога при социальном сопровождении является формирование условий для максимального развития талантов и способностей обучающихся. Также в задачи социального педагога входит и сохранение здоровья, душевного равновесия и комфортного положения в коллективе обучающихся.

Целью данной работы является рассмотрение факторов здорового образа жизни, их учета социальным педагогом в процессе социального сопровождения. Объект исследования - здоровый образ жизни в процессе социального сопровождения обучающихся. Предмет исследования – процесс социального сопровождения обучающихся.

Задачи исследования:

- изучить условия, необходимые для формирования здорового образа жизни у детей;
- охарактеризовать факторы здорового образа жизни;
- описать особенности социального сопровождения школьников; -

Структура работы: введение, две главы, заключение и список использованной литературы.

1 Условия, необходимые для формирования здорового образа жизни у детей

Здоровый образ жизни создается всеми сферами в обществе и связан с личностными и мотивационными направленностями личности своих личностных, психологических и физиологических возможностей и способностей.

От того, насколько успешно получится создать и закрепить в сознании принципы здорового образа жизни в молодом возрасте, зависит и последующая деятельность, которая поможет раскрывать личностный потенциал ребенка.

Согласно современным представлениям, в здоровый образ жизни обычно включают:

4

- 1) Отказ от вредных привычек (курение, употребление алкогольных напитков и наркотических веществ);
- 2) Оптимальный режим двигательной нагрузки;
- 3) Здоровое и рациональное питание;
- 4) Закаливание;
- 5) Соблюдение личной гигиены;

б) Подкрепление действий положительными эмоциями [5].

На сегодня система образования в школе не создает нужной мотивации к формированию здорового образа жизни. Огромное число населения прекрасно знает, что курение, распитие алкогольных напитков и употребление наркотиков – это вредные занятия. Но многие взрослые привержены этим привычкам. Естественно, важно двигаться, закаляться. Но большая часть молодого поколения ведет малоподвижный образ жизни, неправильно питается, что приводит к большому количеству случаев ожирения и пр. Часто жизнь современного человека подвержена постоянным стрессам, так что о положительных эмоциях говорить не приходится.

Следовательно, «знания» взрослых о том, что вести здоровый образ жизни – важно, действует только в теории.

Здоровый образ жизни также связан и с уровнем жизни. Уровнем жизни является элемент количественных обстоятельств условий жизни, размер и структура материальных и духовных потребностей людей, потребительские фонды, уровень доходов, обеспеченность жильем, помощи в медицинской сфере, уровень образования, продолжительность рабочего и свободного времени и пр. Под уровнем жизни понимается категория, прежде всего, экономики, которая связана с уровнем удовлетворения ценностей материального, культурного и духовного плана. Качество жизни представляет собой другую категорию, которая сочетает в себе обстоятельства жизнеобеспечения и состояния здоровья, которые помогают достичь физического, психического, социального здоровья и самореализации.

Стилем жизни являются конкретные поведенческие особенности человека или группы людей. Это то, что отличает человека, говорит о его самостоятельности, ответственности.

Уровень жизни и качество жизни – это категории общественного плана. Здоровье личности зависит от стиля жизни. А стиль жизни уже носит индивидуалистичный характер и зависит от традиций, предпочтений человека.

Человеческое поведение нацелено на удовлетворение потребностей. Если у людей одинаковые потребности, все равно у каждого есть свои способы удовлетворения потребностей. Значит, и поведение людей отличается разнообразием и зависит от воспитания [4].

Укрепление здоровья представляет собой процесс, который предоставляет обществу возможность контролировать состояние своего здоровья и факторы, которые влияют на здоровье. Концепция укрепления здоровья применяет не только междисциплинарные, но и подходы, которые интегрируют выбор отдельного человека и социальную ответственность в достижении здорового будущего общества.

1) Большаков А.М. и др. Общая гигиена/А.М. Большаков, В.Г. Мануйлов. М.: Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа», 2006. 736 с. ил.

2) Бурцев Н. Правильное закаливание детей от рождения до школы. — Ростов-на-Дон : Феникс, 2013. — 125, [1] с.

3) Иванов Ю.А. и др. Гигиеническое образование и воспитание населения, должностных лиц и работников (правовые, теоретические и методические основы): Руководство по медикопрофилактической работе / Ю.А. Иванов, А.П. Щербо, И.А. Мишкич; под ред. Ю.Н. Коржаева СПб.: ИЦ Эдиция, 2010.

4) Медико-социальные проблемы формирования здорового образа жизни» / Под ред акад. РАЕН И.А. Гундарова. - М., 2016

5) Назарова Е. Н. Основы здорового образа жизни. — М.: Академия, 2013. — 254 с.

6) Педагогика начального образования: учебник для вузов. — Санкт-Петербург: Питер, 2018. — 336 с.

7) Прохорова Э. М. Валеология: словарь терминов и понятий. — М.: ИНФРА-М, 2016. — 107 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/83196>