

ГОУ ВПО «ВГМУ РОСЗДРАВА»
Кафедра ФПК и ППС МПФ и МБ

Теоретические основы гигиенического воспитания

Гигиеническое воспитание –

распространение среди населения знаний о здоровом образе жизни, привитие гражданам навыков санитарной культуры, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

ФЗ № 52 от 30.03.99г. «О санитарно-гигиеническом благополучии населения», статья 36: определена роль гигиенического воспитания и обучения населения, порядок его осуществления, обязательность выполнения.

Основные причины неуклонного ухудшения состояния здоровья молодого поколения россиян:

- незнание и несоблюдение принципов ЗОЖ
- отсутствие устойчивой мотивации ЗОЖ
- отсутствие ясного понимания как следует заботиться о своем здоровье.

Решение вопросов здоровья на государственном уровне требует учета следующих групп факторов:

1. Правовые
2. Социально-экономические
3. Образовательно-воспитательные
4. Семейные
5. Медицинские
6. Культурологические
7. Юридические
8. Экологические
9. Личностные

Уровни обеспечения здоровья человека

- Биологический (физиологический)
- Социальный

Реализуются посредством 2 –х механизмов:

1. Сохранение здоровья
2. Повышение резервов здоровья

Эффективность зависит от факторов:

- Материального обеспечения
- Особенности выполняемой деятельности
- Экологической обстановки и др.

Этапы формирования здоровья человека:

- 1 младенческий и преддошкольный возраст (от рождения до 3 лет),
- 2 дошкольный и младший школьный возраст (3-10 лет),
- 3 подростковый возраст (10-15 лет),
- 4 юный и зрелый возраст (15 лет и старше).

Причины необходимости воспитания санитарной культуры у детей:

1. Это наиболее обширный из всех контингентов, которые охватываются гигиеническим воспитанием
2. Гигиеническое воспитание это условно-рефлекторный процесс
3. Гигиеническая культура, передаваемая ребенку, распространяется за пределы образовательного учреждения в семью.

Здоровый образ жизни — способ жизнедеятельности, соответствующий генетически обусловленным типологическим особенностям данного человека, конкретным условиям жизни и направленный на формирование, сохранение и укрепление здоровья и на полноценное выполнение человеком его социально-биологических функций.

Принципы гигиенического воспитания и формирования ЗОЖ

1. Актуальность
2. Научность
3. Доступность
4. Положительное ориентирование
5. Единство теории и практики
6. Активное обучение
7. Единство обучения и воспитания
8. Дифференцированный подход
9. Иллюстративность
10. Последовательность
11. Системность
12. Стимулирование сознательности и активности