

Презентация на
тему:
«Здоровье»

Подготовила: Цетденова Алёна

Здоровье — это главная ценность жизни, оно занимает самую высокую ступень в иерархии потребностей человека. Здоровье — один из важнейших компонентов человеческого счастья и одно из ведущих условий успешного социального и экономического развития. Реализация интеллектуального, нравственно-духовного, физического и репродуктивного потенциала возможна только в здоровом обществе.

**3 вида здоровья:
о здоровье физическом, психическом и
нравственном (социальном):**



-Физическое здоровье – это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека (система саморегулирующаяся) правильно функционирует и развивается.

-Психическое здоровье зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств.

-Нравственное здоровье определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, т.е. жизни в определенном человеческом обществе. Отличительными признаками нравственного здоровья человека являются, прежде всего, сознательное отношение к труду, овладение сокровищами культуры, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих нормальному образу жизни. Физически и психически здоровый человек может быть нравственным уродом, если он пренебрегает нормами морали. Поэтому социальное здоровье считается высшей мерой человеческого здоровья. Нравственно здоровым людям присущ ряд общечеловеческих качеств, которые и делают их настоящими гражданами.

В обобщенном и несколько упрощенном виде критериями здоровья являются: для соматического и физического здоровья — я могу; для психического здоровья — я хочу; для нравственного здоровья — я должен.

Критерии психического здоровья: Отсутствие заболеваний.
Нормальное развитие организма (соответственно полу и возрасту).
Благоприятное функциональное состояние (ответные реакции адекватны раздражителям).

- Медико-демографические — рождаемость, смертность, естественный прирост населения, младенческая смертность, частота рождения недоношенных детей, ожидаемая средняя продолжительность жизни.
- Заболеваемость — общая, инфекционная, с временной утратой трудоспособности, по данным медицинских осмотров, основными неэпидемическими заболеваниями, госпитализированная.
- Первичная инвалидность.
- Показатели физического развития.
- Показатели психического здоровья.
- Исходя из концепции физического соматического здоровья Г. Л. Апанасенко, 1988, основным его критерием следует считать энергопотенциал биосистемы, поскольку жизнедеятельность любого живого организма зависит от возможности потребления энергии из окружающей среды, ее аккумуляции и мобилизации для обеспечения физиологических функций.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Достаточная двигательная активность является необходимым условием гармонического развития личности и формирования навыков и умений здорового образа жизни.

Взаимосвязь здоровья, физического развития и двигательной активности человека, теоретически и экспериментально обосновывает целесообразность двигательной активности, для формирования навыков и умений здорового образа жизни.

Спасибо за внимание!