

ФОРМЫ ПОВЫШЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ РОДИТЕЛЕЙ

- ✓ самообразование
- ✓ личное участие
в здоровьесберегающей
деятельности детей (в семье,
детском саду, школе, по месту
жительства)
- ✓ накопление личного опыта ведения
ЗОЖ
- ✓ взаимодействие с медицинскими,
педагогическими работниками,
специалистами социальных служб
- ✓ участие в обучающих семинарах по
здоровьесбережению детей.



info@niigd.ru

**ФГАУ «НМИЦ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**НИИ ГИГИЕНЫ И ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**



**Здоровьесберегающие
компетенции
родителей**

Москва

2024

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Понятие «компетентность» в переводе с латинского означает обладание знаниями, позволяющими судить о чем-либо.

Компетенция – это поведение, демонстрируемое человеком в процессе эффективного выполнения задач

Здоровьесберегающая компетентность - это знания и умения в области здоровьесбережения ребёнка

Здоровьесберегающие компетенции родителей – знания о здоровьесбережении ребёнка и умения (действия) применять их на практике

7 ОСНОВНЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ РОДИТЕЛЕЙ

1. **Знание** о правильной организации жизнедеятельности ребёнка в семье
2. **Знание** о правилах безопасного использования электронных средств (гаджетов), соцсетей
3. **Знание** об организации здорового питания в семье
4. **Знание** об организации оптимальной двигательной активности ребёнка
5. **Знание** о создании благоприятного психологического климата в семье
6. **Знание** о здоровьесберегающем поведении ребёнка
7. **Знание** о медицинской активности родителей

УРОВНИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ РОДИТЕЛЕЙ

- высокий
- средний
- низкий

Низкий уровень здоровьесберегающих компетенций родителей свидетельствует о слабых знаниях в области здоровьесбережения и умениях родителей применять их на практике, что является фактором риска для сохранения и укрепления здоровья ребёнка.

Средний уровень здоровьесберегающих компетенций родителей свидетельствует о недостаточном уровне знаний в области здоровьесбережения ребёнка и умений применять эти знания на практике, что не способствует конструктивной деятельности семьи в сохранении и укреплении здоровья ребёнка.

Высокий уровень здоровьесберегающих компетенций родителей свидетельствует о достаточном уровне знаний в области здоровьесбережения ребёнка и умениях применять их на практике, что является важным фактором сохранения и укрепления здоровья ребёнка.