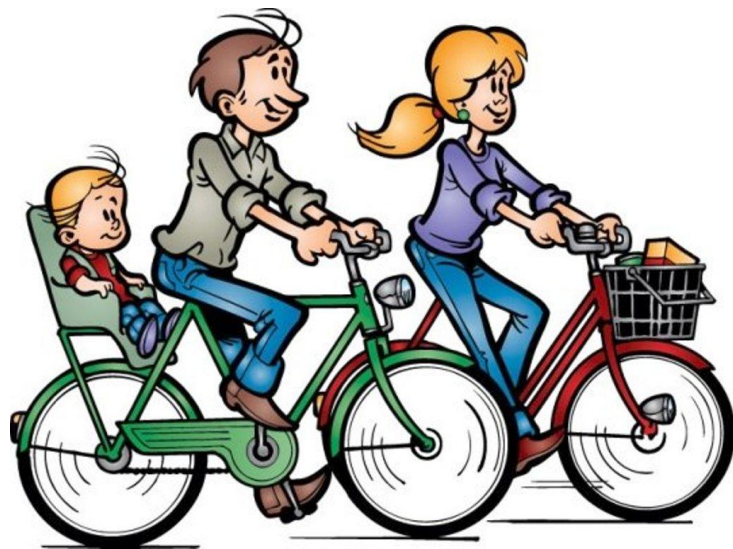


Учитель ОБЖ МОБУ «СОШ №14 им. Б.И. Хохлова»
Назаров С.С.

Брак и семья. Семья и здоровый образ жизни человека.



Основной функцией семьи является ее репродуктивная функция – это рождение и воспитание детей, обеспечивающее смену поколений.

- ▶ Качества, какими должен обладать человек, чтобы успешно реализовать эту функцию семьи, должны быть следующими.
- ▶ Во-первых, важное значение имеет *индивидуальное здоровье супругов и его влияние на здоровье ребенка.*
- ▶ Во-вторых, очень важным является *умение общаться с лицами противоположного пола, находить взаимопонимание в любых ситуациях и в любом возрасте.*
- ▶ В-третьих, *определенные умения и навыки в ведении домашнего хозяйства:* умение выполнять различные домашние работы, планировать семейный бюджет, готовить пищу и др.
- ▶ В-четвертых, *подготовка к воспитанию детей.* Это качество подразумевает ознакомление молодых людей с ролью в воспитании своей смены, с ответственностью родителей за воспитание детей, с влиянием взаимоотношений супругов на нравственное, психологическое и эмоциональное развитие ребенка.

Воспитательная функция семьи решает задачу передачи своим детям нравственных ценностей и норм, трудовых навыков, приобщения их к окружающему миру, жизни в обществе, общению с другими людьми.

Экономическая функция семьи. Основой экономической жизни семьи является ее бюджет. Чтобы соотнести расходы с доходами и наиболее полно удовлетворить разумные потребности всех членов семьи, бюджет надо уметь планировать.

Необходимо отметить, что в молодых семьях часто причиной распада семьи является экономический фактор. Это результат социальной незрелости молодых людей, вступающих в брак, что наиболее свойственно при ранних браках.

Досуговая функция. Сфера семейного досуга менее всего регламентирована в жизнедеятельности семьи, в ее основе лежит общность интересов супругов.

- ▶ *Досуг буднего дня* предназначен прежде всего для восстановления в семье физических и духовных сил, израсходованных в течение трудового дня, и подготовки к очередному рабочему дню.
- ▶ *Досуг выходного дня* включает в себя виды деятельности, которые способствуют не только восстановлению сил, но и развитию личности, созданию резервов здоровья.
- ▶ *Отпуск* — это наиболее благоприятное время для организации совместного отдыха, что способствует поддержанию теплых и дружественных отношений в семье и ее сплочению.

Благополучие семьи — это основа здорового образа жизни, а значит, здоровья каждого члена семьи. Только в семье совместными усилиями можно реализовать все составные части здорового образа жизни. Для создания благополучной семьи молодые люди должны быть физически, психически и социально здоровыми, способными обеспечить в полном объеме все функции семьи.

