

Потребности человека



ЗДОРОВЬЕ



состояние физического, душевного и социального благополучия и способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям внешней и внутренней среды, а также отсутствие болезней и физических дефектов (ВОЗ)

Медицина - 10%

Образ жизни - 50%

Экология - 20%

Наследственность - 20%

ЗДОРОВЬЕ

Компоненты здорового образа жизни

Положительные
эмоции

Отказ от
вредных
привычек

Спорт,
закаливание

Здоровая
экология

Здоровое
питание

Прививки

Правильный
режим
дня



физическое

психическое

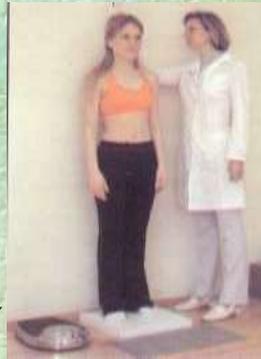
здоровье

социальное

нравственное

Физическое здоровье

- Рост
- Масса тела
- Объём лёгких
- Сила кисти
- Уровень АД, пульса
- Острота слуха и зрения
- Состояние осанки, зубов, стопы



Факторы, влияющие на здоровье ребенка



Биологические



Семейные условия
воспитания

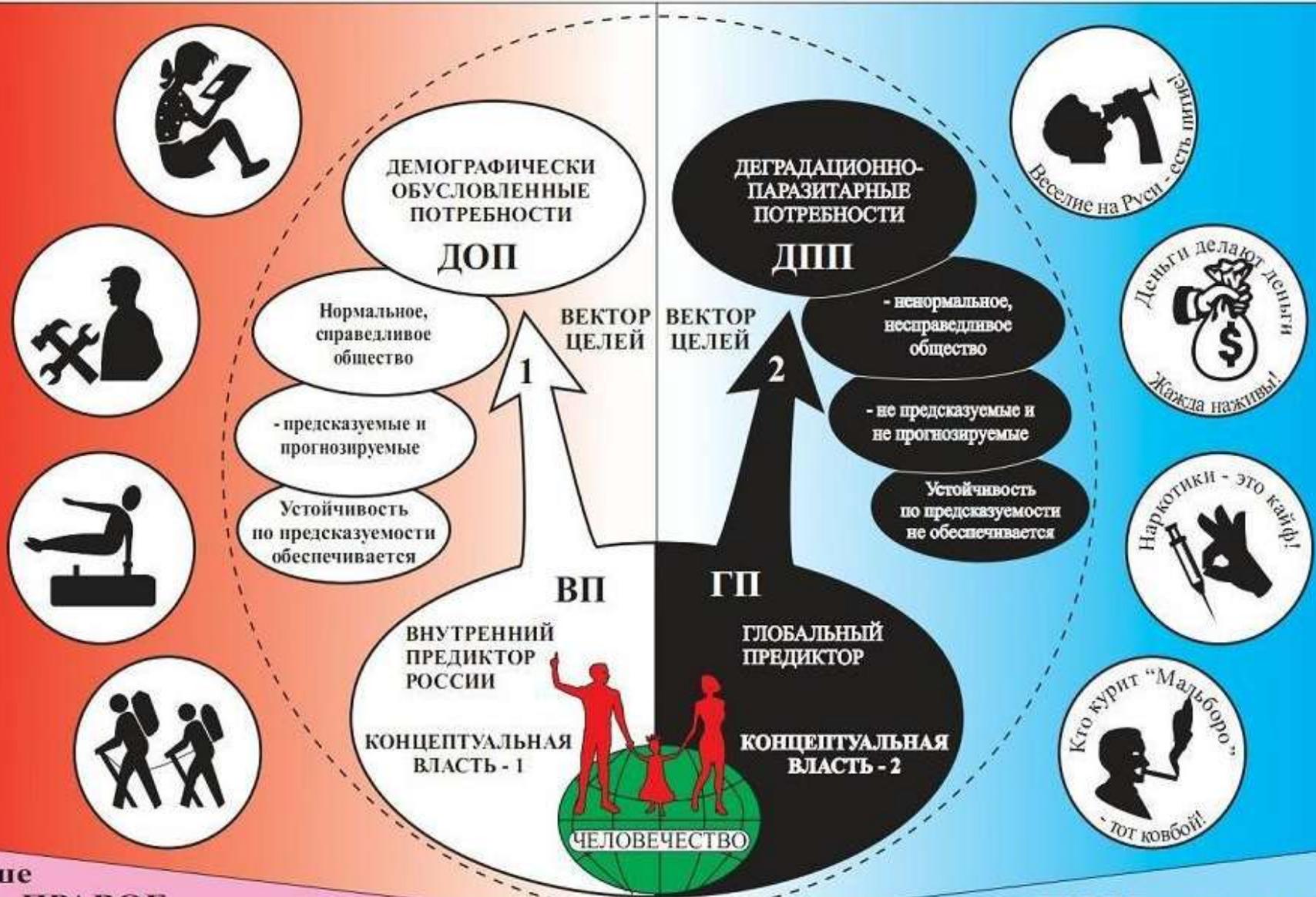


Негативные факторы
обучения



Социальная напряженность
в обществе

ДВА ТИПА ПОТРЕБНОСТЕЙ ЛЮДЕЙ.



Наше дело **ПРАВОЕ**

ЛЕВОЕ дело - лукавое

СТРЕМЛЕНИЕ К ДОП ИЛИ К ДПП - ЭТО ВОПРОС НАВЯСТВЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Потребность и мотивация

- **Потребности** – это основные внутренние побудительные силы человеческой деятельности. Человек испытывает потребность, когда ощущает физиологический или психологический недостаток в чем-либо.
- **Мотивы** – это обстоятельства (стремления), побуждающие человека к активной деятельности.
- В процессе **мотивации** задействованы потребности и мотивы.

Иерархия потребностей по Абрахам Маслоу (психолог, 1943г.)



Американский психолог У. Мак Дугалл полагал, что в основе тех или иных потребностей человека лежат определенные **инстинкты**, которые проявляются через соответствующие ощущения и мотивируют человека к определенной деятельности.

Инстинкт

- 1 Пищевой инстинкт
- 2 Инстинкт самосохранения (страх)
- 3 Стадный инстинкт
- 4 Инстинкт приобретательства
- 5 Инстинкт продолжения рода
- 6 Родительский инстинкт
- 7 Инстинкт созидания
- 8 Отвращение
- 9 Удивление
- 10 Гнев
- 11 Смущение
- 12 Воодушевление
- 13 Психологическое понятие лень является проявлением потребности (инстинкта) экономии сил



Его проявление

- Голод
- Бегство
- Стремление к общению
- Жадность
- Половое влечение
- Нежность
- Стремление к активности
- Неприятие, отторжение
- Любознательность
- Агрессивность
- Самоуничижение
- Самоутверждение

Список мотивационных факторов Гилфорда

- **факторы, соответствующие органическим потребностям:**
 - голод,
 - общая активность;
- **потребности, относящиеся к условиям среды:**
 - потребность в комфорте, приятном окружении,
 - педантичность (потребность в порядке, в чистоте),
 - потребность в уважении к себе со стороны окружающих;
- **потребности, связанные с работой:**
 - честолюбие,
 - упорство,
 - выносливость;
- **потребности, связанные с социальным положением:**
 - потребность в свободе,
 - независимость,
 - конформизм,
 - честность.
- **социальные потребности:**
 - потребность находиться среди людей,
 - потребность угождать,
 - потребность в дисциплине,
 - агрессивность;
- **общие интересы:**
 - потребность в риске или, наоборот, в безопасности,
 - потребность в развлечениях.



Б. И. Додонов: по классификации эмоций можно

говорить о следующих видах потребностей

- **акзизитивные** (потребность в накоплении, приобретении),
- **альтруистические** (потребность совершать бескорыстные действия),
- **гедонистические** (потребность в комфорте, безмятежности),
- **глорические** (потребность в признании собственной значимости),
- **гностические** (потребность в познании),
- **коммуникативные** (потребность в общении),
- **праксические** (потребность в результативности усилия),
- **пугнические** (потребность в соревновательной деятельности),
- **романтические** (потребность в необычном, неизведанном),
- **эстетические** (потребность в прекрасном).



Рост и развитие — понятия неоднозначные



- **Рост** — количественное увеличение биомассы организма за счёт увеличения размеров и массы отдельных его клеток, межклеточных структур.
- **Развитие** — качественные преобразования в многоклеточном организме, протекающие за счёт процессов дифференцировки и приводящие к качественным и количественным изменениям функций организма.
- В тех случаях когда во множестве различных тканей организма одновременно наблюдаются ростовые процессы, отмечаются феномены так называемых «скачков роста».
- 1-й год жизни
- 5 – 6 лет (полуростовой скачок)
- у мальчиков в 13—15 лет, у девочек в 11—13 лет (пубертатный скачок)

Физическое развитие — один из ведущих показателей состояния здоровья подрастающего поколения.

Физическое развитие - состояние морфологических и функциональных свойств и качеств, а также уровень биологического развития, отражающие не моментальную характеристику состояния, а динамику процесса обусловленных возрастом изменений размеров тела, телосложения, внешнего облика, мышечной силы и работоспособности.

Показатели физического развития:

- масса тела,
- длина тела,
- окружность грудной клетки,
- окружность талии.

Для оценки физического развития используются нормативы и шкалы, основанные на сигмальных отклонениях.

**Создавать
МОТИВАЦИЮ на**



СМОТРИ
В БУДУЩЕЕ



ЖИВИ
НАСТОЯЩИМ!