

**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЛЬНА ПОВЕДІНКА ДОШКІЛЬНИКІВ**

Формування в молодого покоління ставлення до власного здоров'я як до найвищої людської цінності – одне з основних завдань держави. Воно актуалізується на рівні дошкільної освіти, оскільки негативний екологічний стан навколишнього середовища, недостатня ефективність системи охорони здоров'я, зниження життєвого рівня переважної більшості родин провокують погіршення здоров'я дітей від самого народження. Нераціональний спосіб їхнього подальшого життя, набуті шкідливі звички, невміння контролювати негативні емоції призводять до того, що на час закінчення школи лише в 5-7% випускників стан здоров'я відповідає медичним нормам [1;5].

Різні аспекти заявленої проблеми розглянуто філософами, соціологами, психологами і педагогами. Дослідження І.Бежа та ін. присвячені визначенню та осмисленню сутності категорій "цінність", розкриттю істотного впливу ціннісних новоутворень на розвиток і життєдіяльність особистості [3]. Ю. Лисицин, І. Муравов та ін. досліджували феномен здоров'я: розкрито гармонійну єдність фізичної, психічної, духовної та соціальної його сфер, визначено чинники, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я [10].

У контексті обраної теми особливого значення набувають праці, які стосуються формування ціннісного ставлення до різних сфер дійсності, а також до здоров'я в дітей дошкільного віку. Так, формування в старших дошкільників ціннісного ставлення до природи розглянуто сучасними науковцями: М. Рогановою, до соціальної дійсності – Т. Поніманською [10]. Пошуку шляхів зміцнення фізичного здоров'я дошкільників присвячено праці Е. Вільчовського, О. Дубогай [5;7].

На погляд психологів дошкільний період є сенситивним у становленні особистості, формуванні в дитини ставлення до себе, здатності відповідним чином впливати на умови життєдіяльності, усвідомлювати власне "Я". Значним новоутворенням старшого дошкільного віку є здатність до супідрядності мотивів, передбачення результатів своєї діяльності, усвідомлення прагнення до здорового способу життя [11].

Підґрунтям забезпечення соціального здоров'я дошкільників є розвиток комунікативних умінь, здатність встановлювати доброзичливі взаємини в різних сферах життєдіяльності. Це положення підтверджено дослідженнями Л. Артемової, О. Кононко, Т. Поніманської та ін. [2; 8].

У працях Т. Бойченко, О. Дубогай, В. Оржеховської та ін. значну увагу приділено розгляду проблеми формування здорового способу життя підростаючого покоління [4; 7; 9]. Питанням методичного забезпечення навчально-виховного процесу з формування здоров'я, визначення змісту та обсягу інформації, адресованої дошкільникам, підготовки вихователів щодо заявленої теми присвячено праці Н. Денисенко, С. Юрочкіної [6; 12].

Водночас залишається недостатньо вивченим питання формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку.

Для реалізації завдань дослідження використовувався комплекс методів:

– *теоретичні* (аналіз, синтез, порівняння, класифікація, систематизація, узагальнення, абстрагування, історико-логічний);

– *емпіричні* (узагальнення передового педагогічного досвіду; спостереження та аналіз різних видів діяльності дітей, індивідуальні бесіди з дошкільниками; опитування вихователів та батьків; педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний, контрольний); статистична обробка отриманих результатів).

Нами проведено теоретичне узагальнення проблеми формування ціннісного ставлення до власного здоров'я; розроблено та апробовано педагогічні умови формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку; надано методичні рекомендації для вихователів і батьків.

Проведене дослідження засвідчило, що проблема формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку є недостатньо розробленою в педагогічній теорії і практиці. У навчально-виховній роботі педагоги обмежуються ознайомленням дітей з фізичною сферою здоров'я, не розкриваючи шляхи формування психічного і соціального здоров'я. Наявна науково-методична література з даної проблеми не забезпечує на необхідному рівні здійснення роботи з формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку. Основною причиною малоефективної організації такого процесу є недостатнє використання вихователями методів, ефективних для формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку та низький рівень співпраці дошкільних навчальних закладів з родинами вихованців з даної проблеми.

З'ясовано, що формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку є можливим. У цьому віці розвивається здатність до супідрядності мотивів, усвідомленого сприйняття ціннісних орієнтацій. Це виражається у ставленні до себе, до інших людей, у розумінні соціальних і моральних цінностей.

Узагальнення матеріалів дослідження дозволило визначити *критерії* (знання про основи здоров'я, емоційна реакція на оздоровчі дії, здоров'ятворча діяльність), *показники* (усвідомлення дитиною здоров'я як найвищої цінності, наявність знань щодо фізичної, психічної та соціальної сфер здоров'я; сформованість позитивного ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших людей; дотримання здорового способу життя) та діагностувати *рівні* сформованості ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку (високий, достатній, середній, низький).

У ході констатувального експерименту з'ясовано фактичний стан сформованості ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку. Виявлено, що в більшості дошкільників (40%) переважав середній рівень сформованості ціннісного ставлення до власного здоров'я. Лише незначна кількість дітей (17,0%) мала високий рівень. Отже, процес формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку потребував систематичного, цілеспрямованого впливу з боку вихователів і батьків.

Аналіз результатів бесід з вихователями, які пройшли попередню підготовку до роботи за експериментальною методикою, їх анкетування, спостереження за дошкільниками дали змогу визначити позитивний вплив цілеспрямованої діяльності педагогів на процес формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку.

Дослідженням підтверджено, що розкриття змісту тем щодо фізичної, психічної і соціальної сфер здоров'я доцільно проводити з використанням таких методів: спостереження, розгляд ілюстрацій, макетів, вступна бесіда з дітьми, розповідь вихователя, читання художньої літератури за темою, складання дітьми власних розповідей на запропоновані теми, відгадування загадок, обговорення прислів'їв і приказок, валеохвилинки; дидактичні, сюжетно-рольові, рухливі ігри, вправи; підсумкова бесіда.

Проведенням дослідженням підтверджено, що підвищення ефективності формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку сприяють такі педагогічні умови: підготовка вихователів до діяльності щодо вирішення заявленої проблеми, яка реалізується за допомогою проведення методичних об'єднань, лекцій, семінарів, "круглих столів", створення умов для самоосвіти педагогів; співпраця педагогів і родин вихованців, що забезпечується залученням батьків до участі у батьківських зборах, дискусіях, консультаціях, бесідах, практичних заняттях, Днях відкритих дверей, ознайомлення зі змістом спеціально підготовлених папок-пересувок; впровадження в навчально-виховний процес методики, яка розроблена відповідно до сутності поняття "ціннісне ставлення до власного здоров'я".

Підтвердженням вищезазначеного є отримані під час контрольного експерименту результати, а саме: 58 дітей (35,3%) мають високий, 74 дитини (45,2%) – достатній рівень сформованості ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Зростання рівня ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку проявляється у зміні їхньої поведінки. Вона характеризується толерантністю стосовно інших людей, прагненням до пошуку інформації про збереження здоров'я, умінням мотивувати дії, спрямовані на оздоровлення організму, і бажанням їх виконувати.

Доведено, що робота за розробленою методикою сприяла збагаченню знань дітей про основи здоров'я (фізичну, психічну та соціальну його сфери), усвідомленню ними здоров'я як найвищої життєвої цінності, розумінню зв'язків, що існують між станом здоров'я людини та рівнем її знань про здоров'я, стосунками з іншими людьми, способом життя, формуванню мотивації до збереження здоров'я і початкових навичок здорового способу життя.

Охарактеризовано динаміку змін у ставленні дітей до власного здоров'я під впливом методики формування ціннісного ставлення до власного здоров'я: збільшення кількості з високим рівнем сформованості ціннісного ставлення до власного здоров'я на 18,3%, з достатнім – на 14,8%, зменшення кількості дошкільників із середнім рівнем на 17% і відсутність дітей з низьким рівнем.

Зацікавленість вихованців інформацією щодо фізичного, психічного та соціального здоров'я, позитивне емоційне ставлення до виконання оздоровчих процедур, сформоване вміння мотивувати власні дії, прагнення дотримуватися здоров'язберігаючої моделі поведінки свідчить про доцільність проведення цілеспрямованої роботи.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. *Апанасенко Г.Л.* Валеология: первые итоги и ближайшие перспективы: [индивидуальное здоровье, образ жизни, здравоохранение] / Г.Л. Апанасенко // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №6. – С. 2–7.
2. *Артемова Л.В.* Формирование общественной направленности ребенка-дошкольника в игре / Л.В. Артемова. – К.: Выща шк. Головное изд-во, 1988. – 160 с.
3. *Бех І.Д.* Виховання особистості: У 2-х кн. Кн. 2: Особистісно-орієнтований підхід: науково-практичні засади / Бех І.Д. [ред. О.І. Цибульська]. – К.: Либідь,

2003. – 344 с.

4. *Бойченко Т.С.* Формування в учнів середньої школи системи знань про здоров'я людини: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Т.С. Бойченко. – К., 1994. – 257с.

5. *Вільчковський Е.С.* Будь здоровим, малюк: Програма з фізичного виховання / Е.С. Вільчковський, Н.Ф. Денисенко. – К.: ІЗМН, 1997. – 64 с.

6. *Денисенко Н.Ф.* Педагогічні умови активізації рухового режиму дітей 5-7 років в дошкільних закладах: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.01 / Н.Ф. Денисенко. – К., 1994. – 25с.

7. *Дубогай А.Д.* Психолого-педагогічні основи формування здорового образу життя школярів молодших класів: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01 / А.Д. Дубогай. – К., 1991. – 374 с.

8. *Кононко О.Л.* Психологічні основи особистісного становлення дошкільника: автореф. дис... докт. пед. наук: 19.00.07 / О.Л. Кононко. – К., 2001. – 37 с.

9. *Оржеховська В.М.* Проблеми формування здорового способу життя неповнолітніх та його науково-методичне забезпечення / В.М. Оржеховська // Матеріали конференції "Стратегія формування здорового способу життя". – К., 2000. – С. 17–19.

10. *Поніманська Т.І.* Виховання ціннісного ставлення до світу дорослих у дітей дошкільного віку / Т.І. Поніманська // Вісник: зб. наук. пр. Глухів держ. пед. ун-т. – Глухів, 2003. – Сер.: Пед. науки. – Вип. 2. – С. 12–16.

11. *Роганова М.В.* Формування у дітей старшого дошкільного віку ціннісного ставлення до природи засобами мистецтва: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / М.В. Роганова. – К., 2001. – 225 с.

12. *Юрочкіна С.О.* Педагогічні засади валеологічного виховання дітей старшого дошкільного віку: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / С.О. Юрочкіна. – К., 1997. – 153 с.

*Подано до редакції 12.04.10*

#### РЕЗЮМЕ

У статті представлені педагогічні умови формування здоров'язберігальної поведінки дошкільників, визначено критерії, показники, рівні сформованості ціннісного ставлення до здоров'я. Апробовані ефективні методи та форми впливу педагогів і батьків.

**Ключові слова:** здоров'язберігальна поведінка, дошкільників

*С.В. Шмалей*

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ**

#### РЕЗЮМЕ

В статье представлены педагогические условия формирования здоровьесберегающего поведения дошкольников, определены критерии, показатели, уровни сформированности ценностного отношения к здоровью. Апробированы эффективные методы и формы воздействия педагогов и родителей.

**Ключевые слова:** здоровьесберегающее поведение, дошкольники

*S.V. Shmaley*

**HEALTH SAVINGS BEHAVIOR OF PRESCHOOL CHILDREN**

#### SUMMARY

The article demonstrates some pedagogical conditions of forming health savings behavior of preschool children; ascertains criteria, parameters, levels of value attitude to health. During the research there were approved efficient methods and forms of teachers' and parents' influence.

**Keywords:** health savings behavior, preschool children.

---