

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Воловик Н.І. Сучасні програми оздоровчого фітнесу : навчальний посібник. Київ : Видавництво Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, 2015. 128 с.
2. Калічак Ю.Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей : тексти лекцій. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2016. 99 с.
3. Киселевська С.М., Войтенко О.А. Степ-аеробіка: методичні вказівки для практичних занять з фізичного виховання. Київ : Київський національний університет будівництва і архітектури, 2012. 110 с.
4. Стецо Н.В. Використання в сучасній практиці збереження здоров'я старших дошкільників степ-аеробіки. *Дошкільне виховання*. 2018. С. 27–29.
5. Хіврич І.І. Методичні рекомендації з дисципліни «Аеробіка». Бердянськ : Бердянський економіко-гуманітарний коледж Бердянського державного педагогічного університету, 2019. 123 с.
6. Шумбарська Д.П. Юні степісти степ-аеробікою займаємось – здоров'я краще маємо. *Дитячий садок*. 2016. С. 30–31.

ЗАКЛАД ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ЯК ПРОВІДНА ІНСТИТУЦІЯ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ ДИТИНИ

**Тетяна ПАНТЮК, Юлія ДЕНИСЯК
м. Дрогобич**

Відомо, що однією із основних складових щасливого і повноцінного життя сучасної людини є її здоров'я. Проте все частіше ми говоримо про погіршення його стану з раннього віку. Здоров'я – це не лише відсутність хворіб чи певних фізичних вад у людини, але й стан духовного, фізичного й соціального благополуччя. У цьому випадку ми часто говоримо про відчуття щастя.

Питання здоров'я людини в умовах сьогодення стають особливо актуальними з огляду на стан та проблеми сучасного суспільства. Якщо донедавна до чинників, які негативно спливають на стан здоров'я людини ми відносили: стан екології, харчування, спосіб життя, матеріальний статус, то останні роки вимагають додати до них такі суттєві детермінанти, як пандемія та війна. Вони, своєю чергою, значно розширюють спектр тих показників, які негативно впливають на стан здоров'я людини.

Згідно з Конституцією України (Стаття 3) здоров'я – найвища соціальна цінність: «Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю. Права і свободи людини та їх гарантії визначають зміст і спрямованість діяльності держави. Держава відповідає перед людиною за свою діяльність» [7].

Це дає нам підставу говорити про особистий і державний, об'єктивний і суб'єктивний, локальний та глобальний виміри здоров'я як широкої міжпредметної дефініції й особливо вагомої категорії успішного і гармонійного людського життя.

Обґрунтування проблеми здоров'я у широкому його сенсі, формування культури здоров'я з раннього віку, створення концеп-

ції здорового способу життя, турбота про усі складові здоров'я (фізичне, духовне, психічне тощо) мають глибоке історичне коріння. Вони відображені у працях відомих педагогів-класиків: Я.А. Коменського, Г. Сковороди, В. Сухомлинського, К. Ушинського, Г. Ващенко, О. Вишневського та ін. [5; 11; 12].

Сучасні педагоги визначають стратегію і тактику побудови здоров'язбережувального освітнього простору для всіх без винятку здобувачів освіти від народження і до завершення життя. У працях Е. Вільчковського, О. Дубогай, О. Богініч, Т. Поніманської, Г. Беленької, О. Яременко, О. Вакуленко, Н. Василенко, Л. Жаліло, Н. Комарова, В. Оржеховська, А. Чаговець та інших [1; 2; 3; 6; 13; 14] йдеться про створення такого освітнього поля, у якому людина від народження вчилася б дбати про власне здоров'я і розуміла сутність його передумов та важливість реалізації принципу природовідповідності. Вчені доводять, що «здорову особистість необхідно виховувати з моменту зачаття, а далі – народження дитини, особливо активізуючи педагогічний вплив у період дошкільного віку. Оскільки, по-перше, саме на дошкільний вік припадають важливі сенситивні періоди розвитку людини; по-друге, у дошкільників немає суб'єктивних причин для захворювань; по-третє, за даними психологів, у дошкільному віці в процесі активної дитячої діяльності реально виховати свідоме, бережливе ставлення до власного здоров'я» [15, с. 87].

Питання зміцнення і збереження здоров'я дитини залишаються особливо актуальними, проте вимагають нових підходів з урахуванням тих чинників, які впливають на здоров'я дитини сьогодні: «Перед педагогічною наукою сьогодні держава ставить завдання всебічної турботи про особистість дитини – її фізичне, психічне, моральне здоров'я; душевний комфорт; гармонійний і природовідповідний розвиток; реалізацію усього потенціалу, що закладений у людині природою. Сім'я, школа, громадські організації, навчально-виховні заклади усіх типів та рівнів ставлять

перед собою завдання збереження, зміцнення та поліпшення стану здоров'я людини в складних соціальних обставинах, що склалися» [9, с. 526].

Наукова, логічна і системна побудова концепції здоров'язбереження повинна стати ґрунтом для поліпшення стану здоров'я кожного громадянина у тих суспільних умовах, які склалися. Особливо важливими виховними інституціями на цьому шляху є сім'я і заклади дошкільної освіти. Їхній тандем може значно поліпшити показники здоров'я дітей.

Сім'я і заклад дошкільної освіти покликані вчити дітей контролювати власне здоров'я, піклуватися про нього та постійно примножувати його потенціал. Важливо з раннього віку навчити дітей розв'язувати поточні проблеми, такі як: стрес, агресія, неправильне харчування, низька фізична активність тощо. Для того, щоб зміцнення здоров'я у вихованні дітей дошкільного віку було ефективним, необхідно шукати способи тісної взаємодії родини, закладу дошкільної освіти, медиків, громадськості. Вони можуть надати дитині суттєві і важливі для здоров'я знання та підтримати реалізацію програм здоров'язбереження шляхом різноманітних форм і методів, зокрема:

- консультацій,
- надання просвітницьких матеріалів,
- проведення бесід, лекцій для батьків та дітей на теми здоров'я,
- відвідування лікарів з метою профілактики захворювання,
- створення безпечного здоров'язбережувального освітнього середовища,
- формування уміння відповідати на виклики суспільства,
- розвиток навичок тісної і продуктивної взаємодії з природою,
- засвоєння гігієнічних навичок,
- усвідомлення ролі правильного харчування для життя і здоров'я людини,
- формування уміння протистояти шкідливим звичкам,

- розвиток уміння жити і працювати в умовах інклюзії, визнання кожного найвищою цінністю тощо.

Метою санітарно-просвітницької роботи в закладі дошкільної освіти є створення таких умов, щоб діти в оптимальному ступені набули навичок збереження здоров'я. Тому завданнями усіх працівників дошкілля разом з батьками є:

- формування гігієнічних та оздоровчих звичок та навичок;
- пропаганда здорового способу життя (фізичного, духовного і психічного);
- розвиток уміння справлятися з небезпечними для здоров'я та життя ситуаціями;
- вчити дитину дбати про своє здоров'я та здоров'я навколишніх;
- розвивати фізичну силу, спритність, витривалість і рухливість;
- розвивати усвідомлення позитивного та шкідливого впливу природи на здоров'я;
- формування навичок активного відпочинку;
- виховання адекватного ставлення до охорони здоров'я та профілактичних заходів.

Означені шляхи та методи використовуються у таких популярних у закладі дошкільної освіти формах роботи з дітьми, як:

- рухливі ігри та заняття;
- прогулянки і подорожі;
- самообслуговування;
- чергування;
- зустрічі з представниками різних сфер життя;
- читання журналів, брошур, пам'яток про здоров'я;
- заняття з використанням відповідних літературних творів;
- участь у виставках, конкурсах, іграх, які мають здоров'язбережувальний зміст;
- діяльність, що сприяє творчому самовираженню (образотворче мистецтво, музика, танець, вистава).

Сучасний заклад дошкільної освіти пропонує чимало можливостей у сфері зміцнення здоров'я дитини-дошкільника. Наголошуємо, що це перша у житті системна і наукова інституція, яка професійно займається справою здоров'язбереження. Фахівці, які працюють з дітьми, володіють відповідними компетенціями для того, щоб успішно організувати процес формування у дитини здорового способу життя, вчити її гігієни, давати компетентні відповіді на незручні і складні питання людського життя, реалізувати принцип природовідповідності тощо. Вчені вказують, що: «Ідея природовідповідності є однією з фундаментальних теорії та практики освіти та виховання. Вона накладає відбиток на формування змісту освіти на всіх його етапах, визначає доцільні методи навчання й виховання, презентує засоби навчально-виховного процесу тощо. Принцип природовідповідності передбачає широке врахування вікових та індивідуальних особливостей дитини, її здібностей, прагнень та уподобань. Уміння педагога враховувати у своїй діяльності чинники природного розвитку вихованця є яскравим показником його фахового рівня та майстерності» [10, с. 52].

Саме тому важливо використовувати всі наявні можливості сучасного дошкільця, зміст, настрій та емоційний заряд яких може сприяти виробленню гігієнічних та оздоровчих навичок, турботі про безпеку, а також зміцненню і примноженню здоров'я дитини з раннього віку.

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Беленька Г.В. Здоров'я дитини – від родини : колективна монографія. Київ : СПБ Богданова А.М., 2006. 220 с.
2. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні : збірник науково-практичних статей / за ред. Оржеховської В.М. Київ : Магістр-S, 1999. 118 с.
3. Василенко Н. Проблема здорового способу життя в освіті європейських країн. *Шлях освіти*. 2000. № 1. С. 19–22.

4. Ващенко Г. Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру. Львів : Українські технології, 2001. 56 с.

5. Ващенко О. Історичний аспект розвитку проблеми виховання здорового способу життя. *Початкова школа*. № 5. 2003. С. 44–47.

6. Дубогай А.Д. Психолого-педагогічні основи формування здорового способу життя школярів : дис. ... д-ра пед. наук. Київ, 1991. 374 с.

7. Конституція України. Режим доступу: <https://www.president.gov.ua/documents/constitution>.

8. Оржеховська В.М. Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність у вихованні підлітків. *Цінності освіти і виховання*. Київ : ІЗМН, 1997. С. 188–191.

9. Пантюк Т.І. Виховання здорового способу життя як важлива умова гармонійного становлення особистості. *Педагогіка вищої та середньої школи* : збірник наукових праць КДПУ. Кривий Ріг, 2011. Вип. 33. С. 526–533.

10. Пантюк Т.І. Природовідповідність як провідний принцип виховання дитини (історичний аспект). *Молодь і ринок: Щомісячний науково-педагогічний журнал*. 2011. № 12 (83). С. 52–55.

11. Сухомлинський В.О. Здоров'я, здоров'я і ще раз здоров'я. *Вибрані твори* : у 5 т. Т. 1. Київ, 1976. С. 103–111.

12. Ушинський К.Д. Людина як предмет виховання. *Твори* : в 6-ти т. Київ : Державне учбово-педагогічне видавництво «Радянська школа», 1954. Т. 4. 429 с.

13. Формування здорового способу життя : навчальний посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації державних службовців / О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комарова та ін. Київ, 2000. 232 с.

14. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакуленко та ін. Київ : Український інститут соціальних досліджень, 2000. 207 с.