

methods of children's physical development]: lecture texts. Drohobych : Editorial and Publishing Department of Ivan Franko State Pedagogical University in Drohobych, 2016. 128 p.

12. Levinets N. Vprovadzhennya zdorovyazberihayuchykh tekhnolohiy yak aktualnyi napryam suchasnoyi doshkilnoyi osvity [Implementation of health-preserving technologies as an actual direction of modern preschool education]. *Bulletin of the Institute of Child Development. Coll. of science works Series: Philosophy. Pedagogy. Psychology.* Vol. 16. Kyiv, 2011. P. 25–27.

13. Makarova K.M. Efektyvnist zdorovyazberezhualnoho seredovyscha DNZ yak umova formuvannya kultury zdorovya u doshkilnykiv [The effectiveness of the health-preserving environment of the primary school as a condition for the formation of preschoolers' health culture]. *A collection of scientific articles by students of the «Preschool Education» specialty / general ed. O.L. Kononko.* 2014. P. 97–101.

14. Orzhekhovska V.M. Zdorovyazberihayuche navchannya i vykhovannya [Health-preserving training and education]. *Bulletin of Mykola Hohol State University in Nizhyn.* 2008. №. 1. P. 24–28.

15. Ruban N. Zdorovyatvorchi ta zdorovyazberezhualni tekhnolohiyi [Health-creating and health-preserving technologies]. *Palitra pedahoha.* 2010. №. 2. P. 2–6.

СИСТЕМА РОБОТИ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Ірина СЕРЕДЯК
м. Дрогобич

Дошкільний період дитинства є надзвичайно важливим для становлення особистості. Адже саме тоді закладається базис фізичного і психічного здоров'я, інтенсивно розвиваються органи й системи організму, відбувається формування особистісних рис тощо. Це період інтенсивного формування навичок і звичок зростаючої особистості. Відтак здоровий спосіб життя стає основою гармонійного розвитку дитини. При цьому що раніше дітям прищеплюються здорові звички, то ефективнішим стає виховання здорового способу життя. Саме такі аспекти актуалізують О. Богініч [1], О. Вакуленко [2], Н. Денисенко [4], Л. Мельник [5], С. Пехарева [6], А. Чаговець [6], О. Сироватко [40] та ін.

Однак незважаючи на потенційні можливості формування у старших дошкільників настанов і ціннісного ставлення до здорового способу життя, часто у цій сфері вони проявляють пасивність. Ця обставина актуалізує завдання цілеспрямованого формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку, тобто передбачає певну систему роботи закладу дошкільної освіти у тісній взаємодії з батьками.

Як відомо, система роботи закладу дошкільної освіти з дітьми передбачає організовану освітню діяльність, освітню діяльність у ході режимних моментів, індивідуальну роботу, самостійну діяльність дітей. Всі означені складові володіють певним потенціалом щодо формування у дошкільників ціннісного ставлення до здорового способу життя [5, с. 14].

Щодо занять як основної форми організованої освітньої діяльності, то на заняттях із ознайомлення дошкільників з

навколишнім світом формуються уявлення дошкільнят про людину, будову її організму і здоров'я, про спосіб життя людини і залежність від нього здоров'я особистості, про здоровий спосіб життя тощо. Ознайомлюючи дошкільників із азами екології, у них можна формувати уявлення про умови, необхідні людині для життя, про взаємозв'язок здоров'я людини та навколишнього середовища; заняття з фізичної культури сприяють формуванню потреби в руховій активності, удосконаленню техніки основних рухів, розвитку психофізичних якостей, закріпленню навичок виконання фізичних вправ, розвитку інтересу до спортивних і рухливих ігор тощо; на заняттях з малювання та ручної праці можна реалізувати завдання щодо формування ціннісного ставлення до здорового способу життя шляхом презентації уявлень вихованців про здоров'я та його складові у малюнках, аплікаціях, виробках з пластиліну, глини, тіста тощо.

Важливе значення для формування у дошкільників ціннісного ставлення до здорового способу життя мають режимні моменти, під час яких вони отримують можливість розвинути і закріпити практичні дії, спрямовані на засвоєння санітарно-гігієнічних навичок. Наприклад, під час вмивання можна використовувати таку ігрову ситуацію, як «Біленькі рукавички». При цьому акцентується увага дітей на правильність виконання дій, схвалюється їхнє намагання застосовувати культурно-гігієнічні навички на практиці.

При організації прогулянок важливо передбачити проведення оздоровчих заходів – ігор з водою, повітряних і сонячних ванн у теплу пору року, рухливих ігор, занять фізичною культурою.

Самостійна діяльність дітей реалізується в умовах створеного педагогами предметно-розвивального середовища. Вона може здійснюватися з допомогою дорослого, який виступає координатором такої діяльності, або ж максимально задовольняти потребу дітей у самореалізації і дозвіллі.

Розвивальне предметно-просторове середовище має забезпечувати дітям реалізацію будь-якого задуму, пов'язаного зі здоровим способом життя.

Кожна дитина повинна мати можливість пограти в рухливу гру, скориставшись необхідною атрибутикою, яка має бути у вільному доступі. Самостійну роботу дошкільнят варто систематично й цілеспрямовано планувати і скеровувати, спостерігаючи за діями дітей. Ефективність виховання у старших дошкільників ціннісного ставлення до здорового способу життя залежить від адекватного вибору методів.

Методи виховання – це способи педагогічно доцільної взаємодії між дорослими та дітьми, що сприяють організації дитячого життя, діяльності, взаємин, спілкування, стимулюють активність вихованців та регулюють їхню поведінку [2, с. 99].

Г. Пономарьова, А. Чаговець, О. Молчанюк виокремлюють такі групи методів формування ціннісного ставлення до здорового способу життя:

– методи формування свідомості особистості (пояснення, розповідь, етична бесіда, інструктаж, приклад тощо);

– методи організації діяльності та формування досвіду поведінки (привчання, вправа, метод створення виховуючої ситуації);

– методи стимулювання поведінки (змагання, гра, схвалення, покарання тощо) [6, с. 143].

Група методів формування свідомості особистості базується на положенні про єдність свідомості і діяльності. Це насамперед словесні методи, метою яких є моральна освіта дітей, формування уявлень про норми та цінності. Найчастіше у закладах дошкільної освіти використовуються пояснення, бесіда, розповідь, читання художньої літератури тощо. Так, розповідь вихователі здебільшого використовують для розвитку в дітей таких позитивних почуттів, як радість, гордість, співчуття чи обурення з приводу негативних учинків героїв, пояснення поняття здорового способу життя, демонтування образу позитивної поведінки та мотивування дітей на наслідування цього прикладу. Наприклад, розповідь про

відомого спортсмена, його спосіб життя спонукає дітей до занять спортом чи виконання фізичних вправ.

Бесіда здебільшого виконує функцію залучення вихованців до аналізу позитивних і негативних подій, учинків тощо. Завдяки бесідам можна демонструвати дітям причиново-наслідкові зв'язки між способом життя і здоров'ям. Вони можуть супроводжуватися дослідями і спостереженнями дітей.

Пояснення можуть використовуватися для інформування вихованців про вплив факторів навколишнього середовища на здоров'я, а також для встановлення зв'язків між різними проявами здорового способу життя і здоров'ям.

Інструктаж є важливим для забезпечення безпеки дітей. Під час його проведення вихователь може навчити дітей певних правил, створити умови, які сприяли б їх реалізації, при цьому контролюючи їхнє дотримання.

Методами організації діяльності та формування досвіду поведінки є: привчання, вправи, виховні ситуації, ігрові методи тощо.

Привчання, як правило, базується на наслідуванні дітьми дій вихователя і в результаті цього поступовому виробленні звички. Для того, аби привчання було ефективним, важливо, щоб була забезпечена чітка організація життя дітей, дотримання ними режиму дня. Не менш важливими є наявність доступних та зрозумілих для дошкільників правил поведінки, єдність вимог, позитивна підтримка і позитивний приклад дорослих.

Метод вправ є незамінним при формуванні у дітей звички до здорового способу життя. Однак його ефективність залежить від низки умов, серед яких, зокрема: забезпечення у вихованців інтересу і позитивного емоційного настрою на виконання потрібних дій чи форми поведінки; поєднання коректного показу дій із вправами; використання вихованцями потрібної форми поведінки у різних обставинах і життєвих ситуаціях; підтримка їх самостійності та ініціативи при відтворенні форм поведінки в особистому досвіді; опора на позитивні емоції та адекватна оцінка дій дитини.

Виховні задачі мають чіткий практико-орієнтований характер та слугують меті спонукання дитини до пошуку правильного рішення у різних ситуаціях. Розв'язання дітьми проблемних ситуацій, пошук відповідей на різні запитання, які спонукають їх до самостійного вибору альтернативних рішень, є важливою умовою моделювання поведінки дошкільників в умовах сучасного соціуму.

Провідним видом діяльності дошкільнят є гра, відтак формувати у них ціннісне ставлення до здоров'я неможливо без використання ігрових методів.

Діти старшого дошкільного віку люблять грати в такі сюжетно-рольові ігри, як «Сім'я», «Поліклініка» тощо. Власне у їх процесі можна формувати у дітей поведінку, яка сприяла б здоровому способу життя на основі уявлень про значення провітрювання приміщень, прибирання, прання одягу та постільної білизни, обмеження часу користування різними гаджетами, використання загартовувальних процедур, санітарно-гігієнічних заходів, здорового харчування тощо.

У роботі зі старшими дошкільниками можна також використовувати й інші види ігор, зокрема:

– спортивні та рухливі ігри, у процесі яких можуть підвищуватися інтерес до рухової активності, розвиватися особистісні та психофізичні якості дітей;

– дидактичні ігри, що полягають у виконанні певних ігрових дій задля розв'язання ігрової задачі за допомогою чітко окреслених правил;

– ігри-експериментування, метою яких може стати практикування та закріплення культурно-гігієнічних умінь і навичок, навичок здорового способу життя тощо [3, с. 144].

Методи стимулювання спонукають дітей до соціально схвалюваної поведінки. До них належать: змагання, заохочення та покарання. Змагання спрямовується на пізнання досвіду суспільної поведінки. Вихованці порівнюють власні результати із досягненнями ровесників, помічають свої недоліки та прогалини, а відтак прагнуть до самовдосконалення. Заохочення є способом визнання

суспільної позитивної оцінки поведінки і діяльності вихованця чи групи дітей. При цьому важливо схвалювати не лише результат, але й спосіб та мотив діяльності, привчати дітей цінувати сам факт схвалення, а не його матеріальний вимір. Натомість покарання є методом виховання, спрямованим на стримування негативних дій і вчинків, це вираження негативної оцінки, осудження дій і вчинків, що суперечать нормам поведінки. Видами покарання можуть бути зауваження, індивідуальна бесіда тощо. Цей метод може використовуватися для презентації вихователем вихованцям впевненості в тому, що погані вчинки не повторяться.

Співпраця закладу дошкільної освіти та сімей вихованців з метою виховання у старших дошкільників ціннісного ставлення до здорового способу життя передбачає спільне визначення мети і планування роботи у цьому напрямі, можливість батьків докласти засоби та зусилля у цю роботу, спільну оцінку її результатів.

Педагогічний колектив закладу дошкільної освіти має спрямовувати свої зусилля на підвищення рівня знань батьків про здоровий спосіб життя, навчання методів та прийомів формування у дітей ціннісного ставлення до здоров'я тощо. Для цього важливо залучати їх до оздоровчих заходів закладу, проводити за їх участю консультації, практичні заняття, Дні здоров'я тощо.

Серед важливих форм взаємодії з батьками вихованців є:

- інформаційні, що включають інформування про спортивне життя закладу дошкільної освіти, фотозвіти, поради для батьків, наочність з тематики здорового способу життя тощо;

- організаційні, до яких належать батьківські збори, опитування (письмові та усні), конференції тощо;

- просвітницькі, що охоплюють зустрічі за участю медсестри, бесіди, індивідуальні та групові консультації інструктора з фізичного виховання тощо;

- прикладні, які включають приклад, показ і проведення фізкультурних занять, участь батьків у спортивних святах і розвагах, розробка проектів тощо [5, с. 15].

Очевидно, що найбільш продуктивними у цьому контексті є форми спільної творчості дітей, батьків і педагогів. Наприклад, проектна діяльність забезпечує розвиток самостійності та творчості дітей, їхню можливість застосовувати отримані знання і уміння, публічно презентуючи результати своєї діяльності. Для старших дошкільників проектна діяльність стає тривалими заняттями та може активно розвиватися, призупиняючись на певний час і наростаючи в міру активності дітей. При цьому батьки можуть бути як активними учасниками такої діяльності, так і глядачами, що оцінюють її продукт.

Отже, виховання ціннісного ставлення до здорового способу життя старших дошкільників реалізується у різних формах, серед яких: спільна діяльність дітей та дорослих, самостійна дитяча діяльність, спортивні змагання, свята і розваги тощо. Засобами виховання є різні види діяльності, однак провідною з-поміж них є ігрова, що повною мірою відповідає віковим особливостям дошкільнят. Основою виховання ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку складають методи формування свідомості, організації і формування досвіду поведінки, стимулювання. Успішне становлення цінностей здорового способу життя неможливе без тісної співпраці з родинними вихованцями, що може відбуватися у формах інформаційних, організаційних, просвітницьких, прикладних заходів.

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Богиніч О. Оздоровчу ідеологію – в життя малят. *Дошкільне виховання*. 2006. № 7. С. 7–9.
2. Вакуленко О. Сучасне розуміння здоров'я людей як соціальної умови їх розвитку. *Соціалізація особистості* : збірник наукових праць. Київ : НПУ, 2000. Вип. 1. С. 93–99.
3. Воронцова Т.В., Пономаренко В.С. Навчання здоровому способу життя на основі життєвих навичок. Київ : Просвіта, 2007. 246 с.