

Дітям про здоров'я

Педагогічні умови формування ціннісного ставлення до здоров'я в старших дошкільників

У період реформування освітньої галузі в Україні актуальності набуло питання щодо належного рівня валеологічного виховання дітей, їх повноцінного розвитку, забезпечення рухового режиму, залучення до різних видів рухової діяльності. Рухова діяльність у житті людини є найважливішою умовою, що впливає на стан здоров'я, фізичну й розумову працездатність, творче довголіття. Рухаючись, дитина пристосовується до навколишнього середовища, пізнає світ. Та чи достатньою мірою в ДНЗ реалізовується потреба дошкільників у руховій діяльності, що є запорукою міцного здоров'я?



Катерина ХОДОС, вихователь-методист ДНЗ «Малютко», м. Бровари, Київська обл.

Рухова діяльність дошкільників — це природна потреба, задоволення якої є найважливішою умовою для формування основних структур і функцій організму, одним зі способів пізнання світу й орієнтування в ньому, а також умовою для всебічного розвитку й виховання дітей.

На сучасному етапі обрана проблема розглядається в багатьох наукових аспектах, передусім — щодо визначення поняття ціннісне ставлення до здоров'я. Дослідниця Т. Андрющенко розглядає поняття «ціннісне ставлення до власного здоров'я» щодо дітей старшого дошкільного віку як усвідомлення ними здоров'я як особистісної цінності, активну спрямованість на пізнання основ здоров'я, свідоме дотримання здорового способу життя.

Рухова діяльність — один із основних стимулів розвитку структур і функцій дитячого організму й розвитку резервних механізмів фізіологічних систем. За визначенням Е. Вільчовського, це діяльність, яка має особливе значення як чинник, що сприяє розвитку й вихованню особистості дитини.

Період 6—7 років є найважливішим для формування рухів: будова, функції та взаємодія різних органів і систем досягають у цей період функціональної готовності. Діти старшого дошкільного віку характеризуються високою природною руховою активністю. Цей період характеризується активною пізнавальною діяльністю, інтенсивним розвитком інтелектуальної, емоційно-чуттєвої сфери, становленням

самосвідомості, засвоєнням загальнолюдських цінностей.

Опрацювавши теоретичну літературу щодо пошуку шляхів формування в дошкільників ціннісного ставлення до здоров'я засобами рухової активності в умовах ДНЗ, можна виокремити **з найсуттєвіші педагогічні умови, які визначають ефективність цієї роботи:**

- 1) професійна компетентність працівників ДНЗ у галузі валеології дошкільного дитинства;
- 2) добір ефективних форм і методів організації рухової діяльності старших дошкільників із метою формування в них ціннісного ставлення до здоров'я;
- 3) співпраця дошкільного закладу із сім'єю щодо формування у старших дошкільників ціннісного ставлення до здоров'я.

Проаналізуємо визначені умови більш детально.

Перша умова. Слід зазначити, що проблема валеологізації педагогічного процесу вимагає узгоджених дій від усього персоналу ДНЗ. До обов'язків усіх працівників дошкільного закладу належить проведення як безпосередньої оздоровчо-валеологічної роботи з дітьми, так і створення умов, що сприяють підтримці фізичного, психічного здоров'я тощо. Формування в дітей цінності здоров'я слід здійснювати за використання широкого спектру видів рухової діяльності (вправи, ігри, елементи руху, рухові технології тощо).

Друга умова. Рухова діяльність дітей старшого дошкільного віку забезпечується використанням таких форм фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми, як заняття й різні позанавчальні форми роботи з дітьми в галузі фізичного виховання й фізкультурно-оздоровчої роботи, діяльність яких спрямована на підтримку належного рівня рухової активності. Серед них — заняття з фізичної культури, рухливі ігри, фізкультурно-оздоровчі заняття в режимі дня, оздоровчі технології, малі форми активного відпочинку тощо.

Методи, які сприяють формуванню в дітей ціннісного ставлення до здоров'я за умов рухової діяльності (за Е. Вільчовським):

- привчання до виконання певних рухових дій (вправи відповідно до режиму дня);
- змагання (ігри, валеологічні заходи), словесні методи (роз'яснення, пояснення, інструкція);
- метод показу, розучування повністю та частинами, показ, запитання, нагадування, зауваження, уточнення, переконання, заохочення;
- використання художнього слова й фольклорних матеріалів;
- ускладнення правил гри й застосування її варіантів; збагачення вправ новими руховими завданнями тощо.

Третя умова. Умотивованість батьків є вкрай необхідною умовою формування активного рухового режиму. Важливим аспектом підвищення ефективності фізичного виховання є створення оптимального рухового режиму для дитини в сім'ї. Для цього батькам і членам родини має надаватися інформація та методичні знання з питань фізичного виховання дітей у сім'ї. Їм слід розповідати про вікові й індивідуальні особливості дітей старшого дошкільного віку, їхній руховий режим, режим харчування, методику проведення загартування, дотримання гігієнічних вимог, ранкову гімнастику, ефективні форми, засоби й методи фізичного виховання дітей у родині.

Слід також урахувати, що важливу роль у вихованні дитини дошкільного віку відіграють бабусі та дідусі. Життєвий досвід і знання людей старшого покоління є невичерпним джерелом пізнання й отримання нової інформації для старших дошкільників. Вони бережуть здоров'я своїх онуків, демонструючи власний приклад, намагаються виховати в них дбайливе ставлення до власного здоров'я. Їхня допомога є незаперечною щодо впровадження в побут дошкільників елементів фізичної культури.



childrenforhealth.org

2.bp.blogspot.com

З метою практичного вивчення умов формування ціннісного ставлення старших дошкільників до здоров'я засобами рухової діяльності було розроблено програму експерименту, що включала три напрями роботи: робота з дітьми старшого дошкільного віку, педагогічним персоналом ДНЗ і батьками вихованців старшої групи дошкільного навчального закладу.

До експерименту було залучено 34 вихованці старшої групи, 56 їхніх батьків, а також 16 вихователів ДНЗ.

Метою експерименту (на констатувальному етапі) стало дослідження педагогічних умов формування в старших дошкільників ціннісного ставлення до здоров'я засобами рухової активності.

Було використано такі *емпіричні методи*: інтерв'ювання інструктора з фізичної культури; анкетування вихователів; спостереження за дотриманням режимних моментів і проявами поведінки й діяльності дітей щодо визначення сформованості основ здорового способу життя, виконання двох практичних завдань; бесіда з дітьми старшої групи; анкетування батьків, аналіз фізкультурно-розвивального середовища й навчально-методичної документації старшої групи ДНЗ.

Під час експерименту ми дізналися, що знання оздоровчого спрямування дітям досліджуваних груп подаються не на достатньому рівні. Не розроблено чіткої системи роботи. Хоча 55 % вихователів відповіли в анкетах, що продумано планують оздоровчу роботу з дошкільниками, однак плани вони пишуть традиційно, питання стосовно формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я розкривають недостатньо.

В освітній роботі вихователі обмежуються наданням дітям знань щодо фізичної сфери здоров'я, не розкриваючи роль руху в підтримці здоров'я та не конкретизуючи інформацію під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів.

ДНЗ не достатньо забезпечений потрібним фізкультурним інвентарем для проведення різних організаційних форм фізичного виховання дітей. Фізкультурне обладнання не завжди відповідає санітарно-гігієнічним вимогам, часто застосовується без урахування вікових можливостей дітей. Особливо слід відзначити недостатнє обладнання на спортивному майданчику, що не створює належних умов для виконання основних рухів на повітрі. Це засвідчує неповну забезпеченість спортивним інвентарем, що негативно позначається на використанні ігор і вправ спортивного характеру на заняттях із фізкультури.

Під час інтерв'ювання інструктор із фізичної культури ДНЗ зазначив, що не має фахової освіти (інструктор із фізичної культури в навчальних закладах різних типів) або дошкільної освіти, яка дає право на здійснення педагогічної діяльності в цій сфері. Інструктор зазначив, що у ДНЗ не створено належних матеріальних умов для занять фізичною культурою. Матеріальна база, обладнання, фізкультурний комплекс на майданчику практично не оновлювався 20—30 років. Дитячий садок не має сучасних тренажерів, належної кількості засобів (дитячого каната, гірок різної конструкції, матових покриттів), які

повноцінно забезпечують потребу дошкільників у русі. Майданчик не обладнано комплексом природних засобів, завдяки яким діти змогли б активно та з користю порушатися, поуправлятися в спритності, окомірі тощо.

З'ясовано, що вихователі та батьки усвідомлюють важливість формування в дошкільників ціннісного ставлення до власного здоров'я, втім не володіють повною мірою методами, прийомами й засобами, необхідними для вирішення цієї проблеми. Окрім того, педагоги не приділяють уваги самоосвіті.

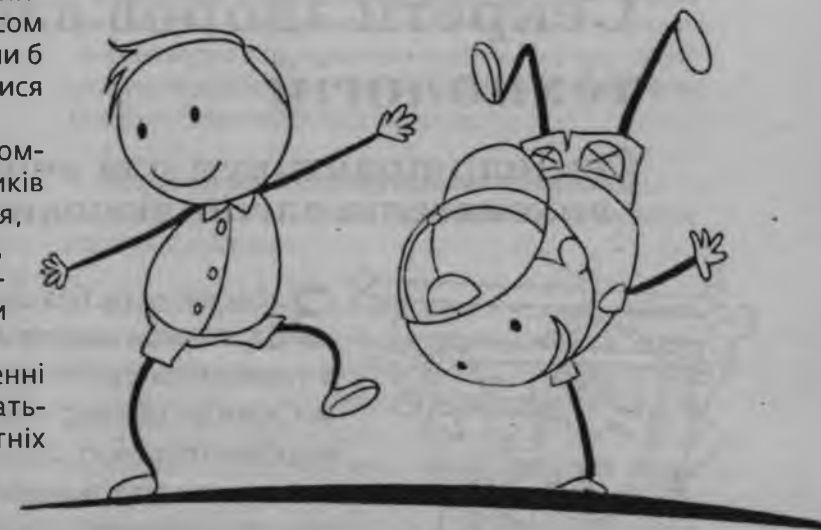
Низький рівень зацікавленості в проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів із боку батьків гальмує активне запровадження новітніх дієвих форм роботи з метою підвищення рівня рухової активності дітей. 65 % батьків визнають, що недостатньо обізнані з цим питанням. Посилаючись на брак часу, 50 % батьків не приділяють уваги створенню належних умов для занять дитини руховою діяльністю або спортом.

На констатувальному етапі дошкільників було розподілено на ЕГ та КГ — по 17 осіб у кожній групі. За результатами проведення низки діагностичних методик було виявлено рівні сформованості ціннісного ставлення старших дошкільників до здоров'я засобами рухової діяльності.

До **високого рівня** сформованості ціннісного ставлення старших дошкільників до здоров'я засобами рухової діяльності належать 15 % старших дошкільників ЕГ та 20 % КГ. Вони усвідомлюють, що здоров'я є найвищою цінністю, мають знання про будову та функції органів тіла та про чинники, що сприяють збереженню здоров'я. Для дітей характерне позитивне ставлення до занять фізичною культурою, у них є бажання бути здоровими й фізично розвиненими. Діти володіють навичками виконання фізичних вправ, за власним бажанням долучаються до гри.

Середній рівень мають 35 % дітей в ЕГ та 45 % у КГ. Вони байдуже ставляться до занять фізичною культурою, володіють поверхневими знаннями про фізкультуру. Ця група дошкільників не має певної думки щодо цінності здоров'я; знає не всі назви, призначення, будову органів тіла, не може виокремити чинники, що сприяють збереженню та зміцненню фізичного здоров'я. Правил дбайливого ставлення до організму діти дотримуються лише при нагадуванні. Вони не пов'язують стан здоров'я людини зі способом життя. Ці діти неактивно беруть участь у фізкультурно-оздоровчих заходах, виконують вправи лише під контролем старших.

Низький рівень мають 40 % вихованців із КГ і 50 % — з ЕГ. Вони не вважають здоров'я цінністю,



знають не всі назви, будову та призначення органів тіла, не називають чинники, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, не дотримуються правил дбайливого ставлення до організму. Ця група досліджуваних також не пов'язує стан здоров'я людини зі способом життя. З власної ініціативи діти не долучаються до проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, не виконують елементарних рухів удома. У побуті вони ведуть переважно сидячий спосіб життя, надають перевагу малорухливій діяльності.

Висновки

Згідно з вимогами сучасної дошкільної освіти в практиці дошкільних навчальних закладів реалізується валеологічний напрям роботи з дітьми щодо формування у них основ здорового способу життя. Проте не завжди цей напрям роботи є ефективним. Як впливає з результатів експериментального дослідження, рухова діяльність ще не повною мірою реалізує виховний потенціал у роботі зі старшими дошкільниками щодо формування в них ціннісного ставлення до власного здоров'я. Це тривожний сигнал для педагогів, який означає, що валеологічне виховання в ДНЗ потребує оновлення та вдосконалення.

Використані джерела

1. Андрющенко Т. К. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку: дис... канд. пед. наук: спец. 13.00.08 «дошкільна педагогіка». — Переяслав-Хмельницький, 2007. — 236 с.
2. Вільковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. для студ. вищих пед. закл. освіти. — Суми: ВТД «Університетська книга», 2004. — 428 с.

