

Науково-педагогічні засади формування відповідального ставлення до здоров'я в дітей дошкільного віку

Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. У час активних економічних, політичних та суспільних трансформацій категорія здоров'я набула особливої актуальності. Перед нами постає завдання по-новому переосмислити місце та роль людини як носія культурного, морального й соціального досвіду; переглянути ставлення населення до здоров'я як найважливішого елемента буття; сформувати якісно вищий рівень свідомості окремої особи та суспільства загалом, через упровадження в життя оздоровчої ідеології та формування природовідповідних життєвих позицій людини щодо світу, самої себе й власного здоров'я.

У Всесвітній декларації з охорони здоров'я наголошується на тому, що ступінь успішної державної політики визначається ступенем її впливу на здоров'я населення, достатній рівень якого створює міцний фундамент стійкого економічного зростання [6].

Майбутнє країни залежить від усвідомлення вагомості цієї проблеми, від конкретних зусиль, спрямованих на піклування про здоров'я. Особливої уваги потребує підростаюче покоління. Невтішним залишається той факт, що в Україні кількість дітей із певними відхиленнями й розладами невпинно зростає. Статистика свідчить: фізіологічно здоровими народжується лише 14 % малят; 30 % сучасних дітей дошкільного віку мають хронічні захворювання, кількість яких продовжує збільшуватися.

Ураховуючи важливість проблеми, Державні національні програми "Освіта. Україна XXI століття", "Діти України", Національна доктрина розвитку освіти та програма "Здоров'я нації" визначають найважливішими стратегічними цілями всебічний розвиток дитини, становлення її духовного, психічного й фізичного здоров'я, формування відповідального ставлення до нього. Ці завдання знайшли відображення в Законах України "Про освіту", "Про дошкільну освіту", "Про охорону дитинства", у Базовому компоненті дошкільної освіти в Україні, Положенні про дошкільний навчальний заклад, новій Базовій програмі розвитку дитини дошкільного віку "Я у Світі" та інших законодавчих документах і програмах.

Система дошкільного виховання – фундамент сучасної безперервної освіти, тому одним із пріоритетних напрямів роботи дошкільного навчального закладу є виховання здорової та життєво компетентної особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми. Проблема формування здорової особистості є багатомірною. Вона висвітлювалася вченими в медичному, психологічному та педагогічному аспектах із минулих століть до сучасності (Дж. Локк, К. Гельвецій, М. Ломоносов, Л. Віготський, В. Бехтерев, В. М'ясищев, М. Амосов, В. Казначеев, Ю. Лисицин, І. Брехман, І. Бех, Л. Тартнікова, В. Колбанов, В. Зайцев й ін.)

Попри різнобічне вивчення цієї проблеми, об'єднувальною ланкою численних наукових досліджень є висновок щодо потреби навчати дитину піклуватися про здоров'я з раннього віку. У роботах Г. Апанасенко, К. Дінейка, В. Ліщука, Г. Никифорова основний чинник формування здоровотворчої поведінки – відповідальне ставлення людини до свого здоров'я й здорового способу життя.

Як предмет дослідження ставлення до здоров'я аналізувалося в наукових роботах Д. Лоранського, С. Дерябо, І. Журавльової, В. Кабаєвої, В. Каган, В. Когана, Л. Куликова, В. Ясвіна та ін. [3, 34].

До пошуку нових соціально-педагогічних технологій формування здорового способу життя зверталися В. Безпалько, П. Гусак, Н. Зимівець, В. Петрович.

Велику увагу проблемі формування здорової особистості в період дошкільного дитинства приділяють Т. Андрищенко, В. Григоренко, О. Дубогай, Н. Семенова, Н. Денисенко, З. Плохій, О. Богініч, О. Кононко, Т. Поніманська, А. Богущ й інші сучасні вчені та практики.

Як засвідчив аналіз літературних джерел, у сучасній науці й практиці існує значний досвід вивчення поняття „здоров'я” як складного багатогранного, багатокомпонентного феномену. Однак

проблема формування відповідального ставлення до здоров'я особистості загалом і дітей дошкільного віку, зокрема, не була об'єктом спеціального педагогічного дослідження вчених.

Завдання дослідження – узагальнити теоретичні підходи щодо опрацювання проблеми відповідального ставлення до здоров'я; окреслити оптимальні передумови, що сприяють формуванню в дошкільників відповідального ставлення до здоров'я як важливого фактора подальшої успішної життєдіяльності; виділити основні засоби формування відповідального ставлення до власного здоров'я в дошкільників.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Як зауважив українській педагог В. Сухомлинський, дитинство – це не підготовка до майбутнього життя, а справжнє, яскраве, самобутнє життя. Від того, яким воно було, хто супроводжував дитину в дитячі роки, що увібрали її розум і серце з навколишнього світу, залежать якості її як особистості [9, 16].

Період від народження до шести-семи років – надзвичайно стрімкий та важливий. Його наслідком є грандіозні зміни у фізичному й психічному розвитку дитини, який у подальшому слугує фундаментом для набуття спеціальних знань і навичок різних видів діяльності. Тому важливо саме в цей віковий етап розвитку сформуванню відповідального ставлення дитини до власного здоров'я та здоров'я довколишніх, розкрити зв'язки між станом здоров'я людини й способом її життя, рівнем знань про здоров'я, настроєм, думками та стосунками з іншими людьми. Дитина, у якої буде сформоване сприйняття власного здоров'я як особистісної цінності, намагатиметься свідомо коригувати свою поведінку щодо здорового існування.

Ставлення до здоров'я як суб'єктивного чинника, котрий впливає на його стан та процес формування, є об'єктами уваги філософів, психологів, екологів, культурологів, спеціалістів соціології здоров'я, медицини, економіки [3].

Характеризуючи ставлення людини, В. М'ясищев вирізняє в структурі ставлення пізнавальний, емоційний і вольовий компоненти, оскільки свідомість, почуття й воля становлять собою ту процесуальну єдність, що виражається в ставленні до кожного об'єкта [8].

Заслугує уваги й визначення ціннісного ставлення до здоров'я І. Вершиніної, котра трактує його як внутрішню позицію людини, що відображає її багатогранні зв'язки з чинниками середовища життя, які впливають на здоров'я загалом і його окремі аспекти – фізичний, психічний, емоційний та духовний [2, 4].

В. Кабаєва визначає відповідальне ставлення до здоров'я як „оптимальну організацію самою людиною життєдіяльності, яка сприяє збереженню здоров'я, особистому зростанню, творчому функціонуванню” [7, 81].

З'ясування психолого-педагогічної сутності поняття „відповідальне ставлення до здоров'я” потребує також аналізу наукових уявлень про відповідальність. На думку дослідників, відповідальність як якість особистості виникає на певному етапі морального розвитку людини [3, 38].

Як уважає Л. Дементій, „відповідальність – це здатність співвідносити зовнішні вимоги і можливості особистості, виробляти оптимальний спосіб вирішення труднощів і суперечностей, самостійно, свідомо, стратегічно вибудовувати життєвий шлях, будучи автором свого життя” [4, 94].

Цікавим є твердження М. Субоча: “Відповідальність за своє життя, за його якість є з моменту нашого народження. Немовляті не вистачає інтелектуальних здібностей, фізичного розвитку й емоційної рівноваги, щоб насолодитися цією відповідальністю повною мірою, але вона вже у нього є. Навіть якщо ти відмовишся відповідати за своє здоров'я – відповідальність нікуди не подінеться. Просто ти свідомо не скористаєшся можливістю вплинути на якість свого життя” [10].

Отже, відповідальне ставлення до здоров'я визначається нами як стійка позиція особистості до певних сторін дійсності, що виявляється у відповідній поведінці та вчинках, спрямованих на досягнення добробуту.

Людина – будівник свого життя, а здоров'я – це та вершина, на яку кожен сходить самостійно. Науково обґрунтованим (Т. Андрющенко, Н. Денисенко, О. Дубогай та ін.) є факт, що стан здоров'я людини залежить не тільки від зовнішніх чинників (екологічних, соціально-економічних), а й від психологічних критеріїв (установка на довге та здорове життя, оптимістичний світогляд, усвідомлення здоров'я як основної життєвої цінності). Такі установки, орієнтири найефективніше закладати в дитинстві, адже вже в дошкільному віці дитина може усвідомити своє здоров'я.

Усвідомлення – це відображення в психіці ідеальних образів дійсності, своєї діяльності, себе в цій діяльності [8]. Усвідомлення свого здоров'я відбувається дитиною лише за умови, що вона має

знання про нього, розуміє свій фізичний і психологічний стан, уміє доглядати за своїм тілом, володіє гігієнічними навичками.

Важливим фактором успішної життєдіяльності є знання дошкільників про передумови формування здорового способу життя [1, 8]:

- сформованість світоглядних позицій та основ культури, зорієнтованість на здоровий спосіб життя;
- прагнення до фізичного вдосконалення в процесі рухової діяльності;
- дотримання правил гігієни (чистота тіла й думок, загартовування тіла та духу);
- забезпечення повноцінного сну, збалансованого харчування із широким використанням продуктів рідної землі, дотримання раціонального розпорядку дня;
- прагнення до досягнення фізичної, духовної й психічної гармонії в житті;
- вилучення із власної поведінки саморуїнних дій (негативні емоції, негативне мислення, лінощі, переїдання, малорухливість) тощо.

Формування в дошкільників свідомого ставлення до власного здоров'я здійснюється в різних формах активності (руховій, пізнавальній, мовленнєвій); видах діяльності (у грі, спілкуванні, предметно-практичній діяльності, у навчанні); сферах життєдіяльності (“Природа”, “Культура”, “Люди”) [5; 5].

Засобами формування відповідального ставлення до здоров'я є різні види занять: рухливі ігри; дидактичні (словесні, з іграшками, настільно-друковані); сюжетно-рольові (сімейні, побутові, суспільні); праця; самостійна діяльність дітей та ін.

Здорова особистість – запорука успіху й повноцінної реалізації в житті. Здорова дитина охоче навчається, відчуває душевний комфорт і рівновагу; у неї стійкий позитивний настрій, вона легко адаптується до змін навколишнього світу, а її дії спрямовані на досягнення успіху.

Для того, щоб здоров'я стало однією з провідних потреб людини протягом усього життя, із перших років життя дитини слід вести просвітницько-виховну роботу, формуючи в неї звичку дбати про власне здоров'я.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Основи здоров'я закладаються в ранньому та дошкільному дитинстві. Тому саме в цей період надзвичайно важливо формувати в дитини відповідальне ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, прищеплювати навички здорового способу життя, який є надбанням соціологічного, медико-біологічного й психолого-педагогічного досвіду людства.

Проблема формування відповідального ставлення дітей дошкільного віку до здоров'я потребує вдосконалення. Подальших досліджень вимагає розробка змісту, форм і методів формування відповідального ставлення до здоров'я в дітей дошкільного віку.

Список використаної літератури

1. Богиніч О. Л. Оздоровчу ідеологію в життя малят / О. Л. Богиніч // Дошкільне виховання. – 2006. – № 7. – С. 7–9.
2. Вершинина И. В. Становление и развитие ценностного отношения к здоровью у старшеклассников средней образовательной школы : дис. ... канд. пед. наук. : спец. 13. 00.05 “Теория, методика и организация культурно-просветительской деятельности” / И. В. Вершинина. – М., 2006. – С. 4.
3. Гусак П. М. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології : монографія / П. М. Гусак, Н. В. Зимівець, В. С. Петрович ; [за ред. д-ра пед. наук, проф. П. М. Гусака]. – Луцьк : ВАТ “Волин. обл. друк.”, 2009. – 219 с.
4. Дементий Л. И. Ответственность личности как свойство субъекта жизнедеятельности : дис. ... д-ра психол. наук : 19. 00. 01 / Л. И. Дементий. – М., 2005. – С. 94.
5. Денисенко Н. Формування свідомого ставлення до здоров'я / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2008. – № 9. – С. 3–5.
6. Здоровье для всех в двадцать первом столетии: введение. Европейская серия по достижению здоровья для всех. ВОЗ, ЕРБ. – Копенгаген : [б. и.], 1998. – С. 35–40.
7. Кабаева В. М. Формирование осознанного отношения к собственному здоровью у подростков : дис. ... канд. псих. наук : 19. 00. 07 / В. М. Кабаева. – М., 2002. – С. 81.
8. Мясичев В. Н. Психология отношений / В. Н. Мясичев ; под ред. А. А. Бодалева : [вступ. ст. А. А. Бодалева]. – М. : [б. и.], 2003. – 400 с.
9. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. [Електронний ресурс] / Поніманська Т. І. – К. : Академвидав, 2004. – 456 с. – Режим доступу : http://LifeIdea_org.mht.

Анотації

Здоров'я є однією з фундаментальних цінностей людства та основою всього буття. Лише здорова людина здатна сприяти матеріальному та культурному поступу країни, вирішувати соціальні та економічні питання державотворення. Дані свідчать, що вже протягом дошкільного дитинства збільшуються відхилення в стані здоров'я дітей. Тому одним із пріоритетних завдань освіти, зокрема її первинної ланки, є формування в дітей відповідального ставлення до здоров'я, яке визначається основою продуктивного довголіття, фізичного, психічного й соціального благополуччя. У статті розкрито та узагальнено поняття "відповідальне ставлення до здоров'я", висвітлено особливості, передумови й основні засоби формування відповідального ставлення до здоров'я в дітей дошкільного віку.

Ключові слова: здоров'я, відповідальність, ставлення, здорова особистість дошкільника.

Алина Цыплюк. Научно-педагогические основы формирования ответственного отношения к здоровью у детей дошкольного возраста. Здоровье является одной из фундаментальных ценностей человечества и основой всего бытия. Только здоровый человек способен содействовать материальному и культурному прогрессу страны, решать социальные и экономические вопросы государства. Данные свидетельствуют, что уже на протяжении дошкольного детства увеличиваются отклонения в состоянии здоровья детей. Поэтому одной из приоритетных задач образования, в частности её первичного звена, является формирование у детей ответственного отношения к здоровью, которое определяется основой продуктивного долголетия, физического, психического и социального благополучия. В статье раскрыты и обобщены понятия "ответственное отношение к здоровью", освещены особенности, предпосылки и основные средства формирования ответственного отношения к здоровью у детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: здоровье, ответственность, отношение, здоровая личность дошкольника.

Alina Tsypluk. Research and Teaching Principles of Responsible Attitude to Health Among Preschool Children. Health is one of the fundamental values of humanity and the foundation of all existence. Only healthy people can contribute to material and cultural progress of a country, to solve social and economic affairs of a state. The data shows that during school age deviation increase in health of children. Therefore, one of the priorities of education, including its primary, is to create among children responsible attitude to health, which determined the basis for productive longevity, physical, mental and social well-being. The article explores and summarizes the concept of "responsible attitude to health", highlights features, background and basic means of forming a responsible attitude to health in preschool children.

Key words: health, responsibility, attitude, healthy personality of a preschooler.