

УДК 37.034

**Федорова Марія Анатоліївна**

кандидат педагогічних наук, доцент  
доцент кафедри дошкільної освіти і педагогічних інновацій  
Житомирський державний університет імені Івана Франка  
м.Житомир, Україна

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я У ДОШКІЛЬНИКІВ

*У статті розглядаються сучасні наукові підходи до розуміння поняття «цінності», простежується зв'язок цінностей з ціннісними ставленнями та етичною оцінкою. Виділяються етапи розвитку ціннісних ставлень та основні механізми їх розвитку, такі як зараження, наслідування, навіювання, віра, переконання. Проаналізовано педагогічні умови, що оптимізують процес виховання ціннісного ставлення до здоров'я у дошкільному віці.*

*Ключові слова:* цінності, ціннісне ставлення до здоров'я, змістові компоненти ціннісного ставлення до здоров'я.

**Вступ.** Виховання моральних цінностей як цінностей вищого порядку неодмінно вимагає формування базових цінностей, до яких належать цінності життя, здоров'я, безпеки тощо. Виділення цінності здоров'я дітей і молоді як однієї з пріоритетних потреб її теоретичної і методичної розробки. Про необхідність збереження і зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я дитини вказано у Законах України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства», «Про фізичну культуру і спорт» тощо. Вирішення цієї проблеми тісно пов'язано з формуванням в особистості ціннісного ставлення до власного здоров'я. Завдання збереження здоров'я сучасної молоді сьогодні ускладнюється багатьма факторами: соціальними (погіршення екології, зниження показників якості життя, невисока якість продуктів харчування); медичними (нерегулярність медичних обстежень, дорога вартість якісного лікування); педагогічними (несформованість ціннісного ставлення до здорового способу життя, відсутність потреби у регулярних заняттях фізичною культурою тощо). Отже, актуальність проблеми формування ціннісного ставлення до власного здоров'я у дітей та молоді є незаперечною.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема формування цінностей і ціннісних ставлень розглядалася в роботах В.Ананьєва, І.Беха, М.Кагана, В.Казначеева, О.Леонтьєва, В.М'ясищева, М.Тимофєєвої тощо. Проте проблема формування ціннісного ставлення до власного здоров'я у дітей дошкільного віку досліджена недостатньо.

**Метою статті** є обґрунтування теоретичних основ формування ціннісного ставлення до власного здоров'я у старшому дошкільному віці.

**Виклад основного матеріалу.** У філософії виділяється декілька підходів у розумінні поняття «цінності». Представники об'єктивістського підходу (М.Бердяєв, М.Гартман, М.Лосський, Г.Лотце, В.Соловйов, С.Франк, М.Шелер та ін.) наполягають на існуванні царства цінностей, що знаходиться поза суб'єктом, в процесі діяльності вони можуть бути завчені людиною. Представники суб'єктивістського напрямку (І.Кант, В.Тугарінов) вважають, що джерелом цінностей є людина (її потреби, почуття, свідомість тощо). Представники суб'єкт – об'єктного підходу (С.Анісімов, В.Віндельбанд, Г.Вижлецов, Е.Гусерль, О.Дробницький, М.Каган, Г.Ріккерт, О.Родіонов та ін.) відзначають, що джерело цінностей знаходиться у відносинах між суб'єктом і об'єктом. Останній підхід сьогодні є найбільш актуальним. Згідно з ним, під цінностями розуміють те, що має значення для суб'єкта, обирається ним

як бажане, а їх розвиток пов'язують з формуванням потреб та інтересів особистості. Так, С.Анісімов визначає цінності як «позитивне значення об'єкта для людини з точки зору того, наскільки він може задовольнити потребу, що виникла в його життєдіяльності» [1, с.67].

М.Каган доводить, що цінність як значення об'єкта для суб'єкта, виступає як диспозиційне відношення між об'єктом (носієм цінності) та суб'єктом – носієм соціальних і культурних якостей. Через це будь-який матеріальний або духовний об'єкт може бути носієм цінності, але не цінністю. С.Анісімов, М.Каган пропонують розглядати цінність у поєднанні з ціннісним ставленням та етичною оцінкою. Ціннісне ставлення допомагає визначити значимість і смисл об'єкта для суб'єкта (тобто його цінність); оцінка дозволяє перевести результати ставлення в емоційно-інтелектуальну площину. При здійсненні етичної оцінки, на думку М. Кагана, необхідно враховувати імпульси, мотиви, що зумовлюють здійснення вчинку [2, с.111].

Становлення вищих цінностей (моральних, пізнавальних, естетичних) потребує формування ціннісного фундаменту, до якого належать цінності здоров'я, життя, свідомості, цілеспрямованої діяльності, свободи волі. Також вищі цінності фундаментуються цінностями благ: цінності буття, ситуації, влади, щастя, спілкування, права тощо (Н.Гартман). Таким чином, формування цінності здоров'я, а також ціннісного ставлення до власного здоров'я як складової цієї цінності є необхідною умовою подальшого розвитку ціннісно-сислової системи особистості.

Формування ціннісного ставлення до здоров'я починається з перших років життя і пов'язано з інтеріоризацією дитиною суспільних цінностей. Особлива увага у цьому процесі належить дошкільному віку, оскільки у цей період формуються смислоутворюючі ціннісні компоненти. Ціннісні ставлення дошкільників відрізняються ситуативною мобільністю, змінюються під впливом змінних емоційних станів, злиті з реакцією та вчинком. Характер і рівень їх розвитку визначається дорослими [3].

В.М'ясищев формування цінностей, зокрема цінності здоров'я, пов'язував зі становленням домінуючих ставлень, що включають такі складові: виділення себе та розвиток образу «Я»; формування вибіркових стійких реакцій на оточуюче, які поступово перетворюються на усвідомлені ставлення; розвиток внутрішньої координації потреб, які забезпечують самостійну, незалежну поведінку і засновані на синтезі індивідуальних і суспільно-моральних вимог, а також розвиток ініціативності, самостійності, вольо-

вих дій, що дозволяють долати перепони спочатку у зовнішній, а потім у внутрішній діяльності [3, с.65-66].

У своєму розвитку цінність здоров'я проходить певні етапи: цей процес починається з виділення певної сторони дійсності, в подальшому відбувається поєднання її з відповідним емоційним станом і, нарешті, включення цього зв'язку в образ-«Я». Виходячи з цього, основним механізмом формування цінності здоров'я у дошкільному віці є ідентифікація власних дій, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я із закріпленнями в образі-«Я» емоційно-забарвленими смислами (цінностями): «дитина прагне до того змісту, реалізація якого дає позитивний емоційний стан і через який вона виділяє і стверджує себе» [4, с.30].

О.Бодальов механізмами, що забезпечують інтеріоризацію суспільних цінностей в особистісні вважав зараження, наслідування, навіювання, віру, переконання при зниженому рівні критичності з боку суб'єкта. Утвердженню цінності сприяє включення дитини у ситуації, які для свого вирішення потребують вправлення у діях, що відповідають певній цінності; накопичення досвіду емоційних переживань, адекватного цій цінності; формування переконань про доцільність та правильність саме такої поведінки.

Аналіз праць вчених дозволяє виділити такі загальні педагогічні умови виховання ціннісного ставлення до власного здоров'я у дошкільників: – єдність емоційно-оцінних ставлень до вчинків вихованця з боку вихователів, батьків, оточуючих; узгодженість вимог всіх сторін виховного процесу (В.Мясищев); – виховання в діяльності, яка підтримується позитивними емоціями, а не тільки доводами розуму (І.Бех, Б.Додонов, М.Рубінштейн); – використання діалогічної форми спілкування з вихованцем, яка на відміну від монологічної сильніше впливає на емоційну сферу, стимулює виявлення вольових якостей (О.Бодальов), зумовлює розвиток узагальнень, характер яких визначає смислову будову свідомості (Г.Кравцов, М.Лісіна); – вплив на самоставлення дитини через формування у неї стандартів виконання дій; контроль за поведінкою дитини через який застосовуються способи самоконтроля; включення в таку поведінку, що змінює образ "Я" (В.Столін).

Природно, що виховання ціннісного ставлення до власного здоров'я потребує врахування анатомо-фізіологічних особливостей розвитку дитини-дошкільника. Розглянемо основні моменти, на які варто звернути увагу.

У дошкільному віці кісткова тканина залишається гнучкою, еластичною, легко деформується під впливом зовнішніх умов. М'язи дітей, у порівнянні з дорослими, характеризуються меншою силою і більшою втомлюваністю, нездатні тривалий час підтримувати тіло в правильному положенні. У зв'язку з ростом організму дитина відчуває підвищену потребу у кисні. Гіпервентиляція легенів досягається поверхневим, але частим диханням (оскільки дитина нездатна до глибокого дихання через будову грудної клітини), більшою частотою серцевих скорочень. Розміри серця по відношенню до маси тіла у дитини більші у порівнянні з дорослим, ширшим є також просвіт артерій. Пульс протягом дитинства залишається нестійким і різко змінюється через емоційні переживання. Якщо розглядати формування основних рухових умінь, зокрема дрібної моторики, то можна виділити такі особливості її розвитку у дитинстві: продовжується анатомо-фізіологічний розвиток руки; недостатньо узгодженими є рухи руки і очей; дитині ще важко наслідувати дії, порівняти свої дії зі

зразком, оцінити їх [5, с.122-137].

Врахування зазначених особливостей вимагає включення дитини в активний руховий режим, задоволення потреби в руховій активності, яка проявляється через м'язово-рухову і предметно-практичну діяльність, при цьому кількість кроків на добу має становити 14-18 тис. для дітей 5-10 років. Це забезпечується такими формами і методами роботи: гімнастика, коригуюча гімнастика (у разі потреби), заняття з фізкультури, рухливі ігри, прогулянки, екскурсії, спортивні свята і розваги, тижні здоров'я, фізкультхвилинки, трудова діяльність, предметно-практична тощо. Важливо раціонально організувати режим дня, який передбачає створення умов для денного сну до 7-річного віку, включення в різні види діяльності, а не тільки у навчальну. Також у педагогічному процесі необхідно ретельно дотримуватись гігієнічних умов: достатня освітленість приміщень, чистота і провітрюваність, перебування на свіжому повітрі не менше 3,5 год/добу, виділення часу для самообслуговування (приблизно 2,5 год/добу), дбайливе ставлення до нервової системи дитини.

При організації різних видів діяльності важливо враховувати той факт, що робота з періодично повторюваними рухами є достатньо стомлюючою для дитини, через це важливо залучати всі групи м'язів, що забезпечить більшу працездатність малюка [5, с.141].

Висока активність дітей, більш інтенсивна у порівнянні з дорослим віддача тепла вимагає правильного харчування. Дитина потребує більшої кількості їжі на кілограм своєї маси, ніж дорослий, правильного збалансування поживних елементів, особливо білка. Через невеликий об'єм шлунку їжа має вживатися невеликими порціями, але часто. У цьому зв'язку, найбільш оптимальним для дітей дошкільного віку є 5-разове харчування.

Наприкінці дошкільного віку завершується утворення дендритів нервових клітин, покращується провідність нервових волокон, посилюються гальмівні процеси. В 8-9 років завершується анатомічне формування структури головного мозку, проте у функціональному відношенні він ще недостатньо розвинений. Диференціюються процеси збудження і гальмування, зростає роль другої сигнальної системи, хоча перша не втрачає своєї актуальності. Розвиваються органи чуття: зоровий аналізатор, слуховий аналізатор (який протягом навчання в школі стає провідним), руховий аналізатор[6]. Врахування особливостей розвитку нервової системи вимагає проведення роботи, спрямованої на підтримку і зміцнення психічного здоров'я дитини завдяки створенню в освітньому закладі і сім'ї сприятливої атмосфери, встановлення стилю спілкування між педагогами та дітьми на основах співробітництва, який виключає авторитарні тенденції, забезпечення повноцінного особистісного спілкування педагога з дитиною, попередження фізичних і психічних перевантажень при організації життєдіяльності дітей.

Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я передбачає зміни у когнітивній, емоційно-вольовій та діяльнісній сферах особистості і пов'язано з такими особливостями дитини: орієнтація на дорослого як зразок для наслідування, висока пластичність психіки, емоційно-забарвлене та цілісне сприйняття оточуючого світу, інтенсивний розвиток потребнісно-мотиваційної сфери, відсутність прагматизму у мотивації, орієнтація на світ людей, формування елементарних смислів. У структурі ціннісного ставлення до власного здоров'я дітей старшого дошкільного віку ми виділяємо когнітивний, емотивний та діяльнісний компоненти.

Емотивний компонент ціннісного ставлення до власного здоров'я передбачає розвиток позитивного ставлення до здорового способу життя, інтересу до занять фізичною культурою, дбайливе ставлення до власного тіла, розвиток довільності емоцій, здатності адекватно реагувати на різні ситуації як запоруки психічного здоров'я, розвиток соціальних почуттів (симпатії, співчуття, товариськості) як основи духовного здоров'я.

Важливими потребами, що стимулюють фізичний розвиток дитини, є наступні: потреба в емоційній насиченості спонукає до переживання життєвих подій і стає важливим фактором, що визначає спрямованість особистості (Б.Додонов); потреба у соціальній відповідності оптимізує розвиток полімотивації та посилює роль оцінки дорослого (Г.Бреслав); потреба у самостійності забезпечує саморегуляцію діяльності, спонукає до прийняття власних рішень та здійснення вибору (Г.Бреслав); пізнавальні потреби забезпечують засвоєння соціальних еталонів організації життєдіяльності (Л.Божович); потреба у встановленні і збереженні позитивних взаємин з дорослими, потреба у спілкуванні з однолітками, співпраці та спільній діяльності з ними спонукає до оволодіння нормами взаємовідносин, спричинює зниження кількості конфліктів, усвідомлення спільності з іншими (Л.Божович, Я.Коломінський, Г.Урунтаєва).

Когнітивний компонент ціннісного ставлення до власного здоров'я пов'язаний зі становленням об'єктивної позиції особистості (О.Запорожець). Когнітивний компонент передбачає засвоєння ціннісно-смыслових уявлень, формування понять, розвиток здатності до узагальнення (поки що на низькому рівні), зародження рефлексії та внутрішнього плану дій. У дитини формуються уявлення та знання про власне тіло, функції різних органів та їх вплив на фізичне і психічне здоров'я. Формуються знання про ознаки здоров'я та нездоров'я, їх причини, уявлення про основні чинники здоров'я, про складові здорового способу життя. Поглиблюються знання про предмети особистої гігієни та їх використання, усвідомлюється важливість дотримання розпорядку дня, раціонального харчування, рухової активності у зміцненні здоров'я.

Діяльнісно-вольовий компонент ціннісного ставлення до власного здоров'я пов'язаний з розвитком

довільності всіх психічних процесів, довільності діяльності і поведінки, що зумовлює розвиток саморегуляції діяльності і вольових процесів. Розвивається здатність ставити мету діяльності, мотивувати її, самостійно виконувати і контролювати результат. Старший дошкільник володіє навичками особистої гігієни та культурного споживання їжі, уміннями виконання основних рухів, дотримується норм взаємовідносин з оточуючими.

**Висновки.** У науковій літературі цінності розглядаються у взаємозв'язку з ціннісним ставленням та етичною оцінкою. Ціннісне ставлення допомагає визначити значимість об'єкта для суб'єкта (його цінність), оцінка дозволяє перевести результати ставлення в емоційно-інтелектуальну площину. У своєму розвитку ціннісне ставлення до здоров'я проходить етапи: виділення певної сторони дійсності, поєднання її з відповідним емоційним станом і, нарешті, включення цього зв'язку в образ-«Я». Основним механізмом формування цінності здоров'я у дошкільному віці є ідентифікація власних дій, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я із закріпленими в образі-«Я» емоційно-забарвленими смислами (цінностями). Аналіз праць вчених дозволяє виділити такі загальні і часткові педагогічні умови виховання ціннісного ставлення до власного здоров'я у дошкільників: єдність емоційно-оцінних ставлень до вчинків вихованця з боку оточуючих; узгодженість вимог всіх сторін виховного процесу; виховання в діяльності, яка підтримується позитивними емоціями; використання діалогічної форми спілкування з вихованцем, яка впливає на емоційну сферу, стимулює виявлення вольових якостей, зумовлює розвиток узагальнень, характер яких визначає смислову будову свідомості; вплив на самоставлення дитини через формування у неї стандартів виконання дій; включення в активний руховий режим, задоволення потреби в руховій активності, яка проявляється через м'язово-рухову і предметно-практичну діяльність; створення в освітньому закладі і сім'ї сприятливої атмосфери, встановлення стилю спілкування між педагогами та дітьми на основах співробітництва; забезпечення повноцінного особистісного спілкування педагога з дитиною; попередження фізичних і психічних перевантажень при організації життєдіяльності дітей.

### Список використаної літератури

1. Анисимов С.Ф. Введение в аксиологию. Учебное пособие для изучающих философию / С.Ф.Анисимов. – М.: Современные тетради, 2001. – 128 с.
2. Каган М.С. Философская теория ценности / М.С. Каган. – СПб.: ТОО ТК Петрополис», 1997. – 205 с.
3. Мясичев В.Н. Психология отношений / В.Н.Мясичев / под ред. А.А.Бодалева. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 356 с.
4. Непомнящая Н.И. Ценностность как центральный компонент психологической структуры личности / Н.И.Непомнящая, М.Е.Каневская, О.Н.Пахомова, В.В.Барцалкина, С.Н.Рубцова, Э.Н.Музе // Вопросы психологии. 1980. – №1. – С.22-30.
5. Сеченов И.М. Очерк рабочих движений человека: прилож. к собр. соч. – М.: Моск.ун-т,1906. – IV,142 с.
6. Педагогическая энциклопедия: в 4-х т. / гл. ред.: А.Каиров, Ф. Петров. – М.: Советская Энциклопедия. Том 1. – 1964. – 831 с.

Стаття надійшла до редакції 11.10.2017 р.  
Стаття прийнята до друку 16.10.2017 р.

### Федорова Мария

кандидат педагогічних наук, доцент  
доцент кафедри дошкільного образования и педагогических инноваций  
Житомирский государственный университет имени Ивана Франко  
г.Житомир, Украина

### ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ У ДОШКОЛЬНИКОВ

*В статье рассматриваются современные научные подходы к пониманию понятия «ценности», прослеживается связь ценностей с ценностными отношениями и этической оценкой. Выделяются этапы*

*развития ценностных отношений и основные механизмы их развития, такие как заражение, подражание, внушение, вера, убеждения. Проанализированы педагогические условия, оптимизирующие процесс воспитания ценностного отношения к здоровью в дошкольном возрасте.*

*Ключевые слова: ценности, ценностное отношение к здоровью, структурные компоненты ценностного отношения к здоровью.*

**Fedorova Maria**

Candidate of Pedagogical Sciences, PhD, Associate Professor  
Department of Preschool Education and Pedagogical Innovations  
Zhytomyr Ivan Franko State University, Zhytomyr, Ukraine

#### **THEORETICAL FOUNDATIONS OF FORMATION OF VALUE ATTITUDE TO PERSONAL HEALTH IN PRE-SCHOOL AGE CHILDREN**

*The article deals with modern scientific approaches to understanding of the concept of "values", traces the connection of values to value attitudes and ethical evaluation. Several stages of the development of value attitudes are singled out: the allocation of a certain aspect of reality, the combination of it with the appropriate emotional state, and, the inclusion of this connection in the image "I". Pedagogical conditions that optimize the process of raising valuable attitude to health in the preschool age are analyzed. These are the unity of emotional and evaluative attitudes towards the actions of the pupil from the surrounding; consistency of requirements of all sides of the educational process; active upbringing supported by positive emotions; the usage of a dialogical form of communication with a pupil that affects the emotional sphere, stimulates the identification of volitive qualities, predetermines the development of generalizations, the nature of which determines the semantic structure of consciousness; the impact on self-perception of the child through the formation of their performance standards.*

*Key words: values, valuable attitude to health, basic components of valuable attitude to health.*