

УДК 37.015.31–44.46:613.81(–053.4:373.3)

Т.Й. Бабюк

СТАН РОБОТИ З ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДІТЕЙ У ПЕДАГОГІЧНІЙ ПРАКТИЦІ ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ТА ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

У статті здійснено аналіз проведеного автором констатувального експерименту з дослідження стану роботи з формування навичок здорового способу життя дітей у педагогічній практиці дошкільних навчальних закладів та початкової школи.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, методи формування навичок, діти старшого дошкільного віку, молодші школярі.

Перед педагогами дошкільного навчального закладу і вчителями початкової школи стоїть єдина мета – організувати життя і діяльність дитини таким чином, щоб вона безболісно, адекватно реагуючи на зміни у її житті, змогла освоїти новий для неї статус школяра. Отже, одним із пріоритетних завдань дошкільних навчальних закладів і початкової школи є збереження та зміцнення здоров'я дошкільників та учнів початкових класів, формування у них здорового способу життя.

Вивчення стану проблеми формування навичок здорового способу життя у педагогічній науці свідчить, що значна кількість сучасних наукових досліджень присвячена формуванню здорового способу життя шляхом фізичного удосконалення (О.Д. Дубогай, М.Д. Зубалій, А.В. Мерлян, І.І. Петренко, І.А. Панін, Н.М. Хоменко). Напрями валеологічної обізнаності відображено у працях Т.Є. Бойченко, В.П. Горашука, Л.П. Сущенко, Т.Г. Кириченка, С.О. Юрочкіної. Формування ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя досліджували В.М. Оржеховська, А.І. Сологуб, Г.І. Власюк, С.В. Лапаєнко, Г.Л. Кривошеєва.

Проте на сучасному етапі в Україні ще немає наукових досліджень з проблеми неперервного формування навичок здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку. Саме це спонукало нас до проведення констатувального експерименту з метою виявлення практичного стану досліджуваної проблеми, що й стало темою статті.

Метою констатувального експерименту було з'ясування стану наступності у змісті формування здорового способу життя старших дошкільників та молодших школярів; виявлення рівня теоретичної та практичної підготовленості вихователів дошкільного навчального закладу, вчителів початкової школи до роботи з формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку, з формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Щоб з'ясувати стан наступності у змісті формування здорового способу життя, ми здійснили структурний та якісний аналіз програм для дітей дошкільного віку і середньої загальноосвітньої школи для 1-4 класів (1-й клас). У державних програмах формування і навчання дітей дошкільного віку „Малютко” (1999 р.) [5], „Дитина” (2003 р.) [3], якими керувалися у своїй діяльності вихователі дошкільних навчальних закладів, проблема здоров'я дітей розглядається як важливий компонент дошкільної освіти. Однак аналіз вищеназваних програм показав, що в них здебільшого висвітлюється формування фізичного здоров'я дошкільників. Аналіз програми формування дітей дошкільного віку „Дитина” свідчить, що вона містить вимоги щодо охорони життя та зміцнення здоров'я дітей, проте пов'язує означені вимоги переважно з процесом фізкультурно-оздоровчої роботи, яка полягає в проведенні ранкової гімнастики, занять з фізичної культури, організації рухливих ігор, фізкультурних свят та Днів Здоров'я. Окремо виділено в програмі вимоги щодо формування культурно-гігієнічних навичок: навчання дітей правилам поведінки під час споживання їжі, особистої гігієни (стеження за чистотою рук, обличчя, тіла, одягу). Означений зміст сприяє зміцненню здоров'я дітей дошкільного віку. Однак, на наш погляд, такий обсяг знань та умінь не дає змоги повною мірою сформувати усвідомлене дбайливе ставлення до власного здоров'я. У розділі „Мова рідна, слово рідне” під час розгляду теми „Я сам” („Я сама”) частково розкриваються питання психічного здоров'я. Незважаючи на широке коло подій, об'єктів та явищ природи і суспільного життя, у змісті програми „Дитина” відсутні відомості про організм людини та необхідність дбати про своє здоров'я. Вигідно відрізняється від програми „Дитина” програма формування дітей дошкільного віку „Малютко”. Так, у першому виданні програми „Малютко” (1991), вперше започатковано висвітлення проблеми валеологічного формування у змісті дошкільної освіти. У розділі „Рідна природа” обґрунтовано необхідність ознайомлювати дітей старшого дошкільного віку з анатомією людського тіла та необхідністю дбати про власне здоров'я. У другому виданні програми „Малютко” (1999) ці поняття виділено окремим підрозділом під назвою „Наше здоров'я і природа”.

Крім проаналізованих програм формування дітей дошкільного віку в дошкільних закладах України педагоги працюють і за авторськими варіативними програмами. Так, Н.Ф. Денисенко і Л.М. Мельник розробили програму “Будьте здорові, діти!” (2001 р.) [2]. У своїй програмі автори пропонують проводити інтегровані заняття, на яких спеціальні знання про здоров'я будуть координуватися з математикою, фізичною культурою, мовленнєвим спілкуванням та ін., а закріплювати і вдосконалювати отримані знання необхідно в повсякденному житті, використовуючи дидактичний, практичний матеріал, ігрові вправи, ігрові ситуації, фольклор. У цій програмі, на відміну від інших, пропонується знайомити дітей з основними чинниками здоров'я, а також зі складовими здорового способу життя. Власне бачення побудови роботи в контексті з означеною проблемою відображене в авторських варіативних програмах, за якими працюють педагоги в дошкільних навчальних закладах України. Зокрема, у програмі В.І. Муратової та Т.Є. Бойченко „Все для здоров'я і про здоров'я” (1997 р.) [1] автори особливу увагу приділяють самостійній діяльності дітей, аби вони могли не тільки засвоїти відповідні знання, а й застосувати їх у життєвих ситуаціях. Інформація, що надається дітям, розподілена за розділами роботи і відповідно до вікових можливостей дітей. Проаналізувавши завдання, які пропонуються до кожного розділу, ми зробили висновок, що, як і в державних програмах формування і навчання дошкільників, у названій програмі ширше розкривається питання формування фізичного здоров'я дітей і надання знань про нього. У незначному обсязі окреслені знання щодо соціального і духовного здоров'я.

У варіативній програмі з валеологічної освіти дошкільників „Про здоров'я треба знати, про здоров'я треба дбати” (Л.В. Лохвицька), яка була розроблена в рамках проекту програми “Крок за кроком в Україні” [4, с. 10–88] розкриваються усі складові здоров'я. Вони охарактеризовані в семи розділах, в яких матеріал розподілено за напрямками. Завдяки цьому інформація, що надається дітям, охоплює всі сфери їхньої життєдіяльності і сприяє формуванню знань щодо складових здоров'я. Названа авторська програма розкриває в комплексі питання формування фізичного, психічного і соціального здоров'я. Але зазначений у вищеперерахованих програмах обсяг знань не дає можливості повною мірою сформувати в дошкільників свідоме ставлення до власного здоров'я і розуміння важливості дотримання здорового способу життя. Для того, щоб діти в майбутньому могли вільно орієнтуватися у станах власного здоров'я, керувати ним, вони мають отримати знання з усіх сфер здоров'я (фізичного, психічного, духовного, соціального) в комплексі, оскільки вони взаємопов'язані.

Необхідно також сформулювати уявлення про чинники, що впливають на стан здоров'я людини і готовність бути здоровими. Згідно з аналізом програм, система роботи в цьому напрямі недостатньо розроблена.

Про реалізацію наступності в змісті формування здорового способу життя можна говорити в тому випадку, коли програмовий матеріал забезпечує динаміку у формуванні знань, умінь та навичок ведення здорового способу життя, коли навчання та формування здійснюється по поступально-вихідній, у якій новий ступінь опирається на попередній і створює основу для майбутнього. Зроблений нами порівняльний аналіз програмового змісту дає підставу констатувати відсутність такої динаміки. Порівнявши зміст навчального матеріалу (старших дошкільний вік та перший клас), яким передбачено формування уявлень про будову тіла, призначення та дію органів, догляд за тілом та його органами, ми встановили відсутність у ньому узгодженості, оскільки програмовий матеріал для першого класу зовсім не містить тем з вивчення будови тіла та функціонування органів та систем. Аналіз програмового матеріалу для першого класу свідчить, що зміст тем соціального, психічного та духовного здоров'я взагалі не передбачає ускладнення у порівнянні зі старшими дошкільниками. Як і в дошкільному навчальному закладі, в першому класі передбачено усвідомлення цінності життя та здоров'я людини, значення гарного настрою для збереження здоров'я, уміння спілкуватися з однолітками, дорослими людьми, членами своєї родини, але теми значно звужені і не передбачають ускладнення чи поглиблення.

Результати порівняльного аналізу змісту діючих програм для дітей старшого дошкільного віку й першого класу дають підставу стверджувати, що у ньому відсутні зв'язки, які б забезпечували наступність і неперервний характер процесу формування здорового способу життя старших дошкільників та молодших школярів. Програмовий матеріал для першого класу в порівнянні зі старшим дошкільним віком не передбачає ускладнення і розширення уявлень та понять про здоровий спосіб життя, а подекуди і значно спрощений.

Стан наступності в способах організації педагогічного процесу формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку з'ясувався у процесі спостережень за педагогічною діяльністю вихователів і учителів, аналізу їх педагогічної документації. Проаналізувавши педагогічну документацію вихователів та учителів, ми констатували, що в роботі з формування здорового способу життя основною формою організації навчання у першому класі є урок, а у старшій групі робота з дітьми здійснюється на заняттях, під час прогулянок, Днів здоров'я. Як свідчать результати аналізу

календарних планів, робота з формування здорового способу життя в старшій групі здійснюється під час занять (37 %), під час прогулянок, на яких реалізується значний обсяг програми (27,8 %), щомісячного свята День Здоров'я (29,6 %). Що стосується методів формування здорового способу життя дітей, то знання, уміння та навички ведення здорового способу життя формуються у дітей в основному під час спостережень, які мають колективний та індивідуальний характер. На жаль, рідко плануються дидактичні ігри і вправи на закріплення знань про здоров'я людини (8 %). Вагома роль словесних методів формування здорового способу життя (бесіди, читання художньої літератури), використовуються і наочні методи формування, для формування у дошкільників уявлені про зовнішню будову тіла людини, статеві та вікові особливості її зовнішнього вигляду, стану здоров'я від способу життя. Основною формою формування здорового способу життя у першому класі є урок (84,2 %). Як доповнення до уроку, закріплення знань, умінь та навичок на прогулянці плануються значно менше (10,5 %), а на екскурсії не планується зовсім. Недостатньо плануються у першому класі Дні Здоров'я (5,3 %). Спостереження, вправління та дослідно-пошукова діяльність проводиться учнями переважно самостійно. Формування здорового способу життя першокласників здійснюється переважно словесними методами – на 56 % більше, ніж у старшій групі. На уроках в перших класах переважають фронтальні методи навчання, а такий підхід, на нашу думку, не забезпечує наступності. Отже, аналіз педагогічної документації засвідчив відсутність чіткої системи в плануванні та здійсненні роботи з формування ціннісного ставлення до власного здоров'я та формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку. Вихователі та вчителі не використовують у роботі всі наявні форми, методи і засоби формування здорового способу життя дітей.

На першому етапі констатувального експерименту ми провели бесіду з вихователями дошкільних навчальних закладів та вчителями початкової школи (усього 154 особи). Бесіда мала на меті з'ясувати обізнаність респондентів з понятійним апаратом та розуміння ними цілей та завдань формування здорового способу життя дітей. Бесіда проходила за такими запитаннями:

1. Що Ви розумієте під здоровим способом життя?
2. Хто, на Вашу думку, повинен займатися формуванням здорового способу життя дітей? (Учителі та вихователі; батьки; спортивні організації та лікувальні установи; засоби масової інформації; учитель (інструктор) з фізичної культури).
3. Як проявляється інтерес дітей до власного здоров'я?

4. Чи створені у Вашій групі (класі) умови для виконання дітьми гігієнічних та загартовувальних процедур?

5. Чи створене в групі розвивальне середовище для проведення сюжетно-рольових ігор валеологічної тематики, книжкові куточки з пізнавальною літературою про здоров'я людини?

Отримані дані свідчать про те, що вихователі та вчителі однобічно розуміють проблему формування здорового способу життя. Зміст поняття „здоровий спосіб життя” зводиться педагогами, в основному, до відмови від шкідливих звичок, до регулярних занять фізичною культурою, до формування культурно-гігієнічних навичок, відсутності хвороб, раціонального харчування, тобто здебільшого педагоги відзначають формування фізичної складової здоров'я (88 % вихователів дошкільних навчальних закладів та 85 % учителів початкових класів). Лише 12% вихователів та 15 % учителів згадують у своїх відповідях формування психічного здоров'я.

Для того, щоб визначити хто, на думку педагогів, повинен, у першу чергу, займатися формуванням здорового способу життя у дітей, було запропоновано перелік, який потрібно було проранжувати: вчитель фізкультури, батьки, вчителі та вихователі, спортивні організації та лікувальні установи, засоби масової інформації. У переважній більшості відповіді були розподілені таким чином: 1 місце – батьки; 2 місце – учитель (інструктор) з фізичної культури; 3 місце – учителі та вихователі; 4 місце – спортивні організації та лікувальні установи; 5 місце – засоби масової інформації. Отримані дані свідчать проте, що педагоги не усвідомлюють усієї відповідальності, яка покладена на них у справі формування здорового способу життя вихованців, перекладаючи відповідальність на батьків та учителів (інструкторів) з фізичної культури. У своїй щоденній педагогічній практиці вони не завжди приділяють належну увагу вихованню здорового способу життя дітей, вважаючи, що прерогатива у вихованні здорового способу життя належить батькам.

Відповідаючи на третє запитання, не всі педагоги могли чітко визначити, як проявляється інтерес дітей до власного здоров'я. Вони акцентували увагу на тому, що старші дошкільники та першокласники час від часу задають запитання стосовно функцій органів, стану здоров'я чи хвороби, цікавляться засобами лікування, загартовувальними процедурами, використовують отримані знання та навички в процесі розвитку сюжетно-рольових ігор „Лікарня”, „Аптека”.

Заслуговує на увагу той факт, що в групах створені необхідні умови для проведення гігієнічних процедур (86,7 %), але у школах, на жаль, такі куточки практично відсутні. Позитивні відповіді вчителів

(20 %) зафіксовані у тих школах, де учні першого класу займаються у приміщенні дошкільного навчального закладу. Щодо загартування, то 48 % вихователів постійно проводять загартувальні процедури в режимі дня і жодної стверджувальної відповіді не зафіксовано серед учителів початкової школи.

Відповідаючи на п'яте питання, 43 % вчителів початкової школи і 6,7 % вихователів дошкільних закладів визнали, що ними не створене розвивальне середовище для проведення сюжетно-рольових ігор валеологічної тематики та книжкові куточки з пізнавальною літературою про здоров'я людини. 11,7 % вихователів визнають відсутність лише книжкового куточка.

Проаналізувавши результати бесіди з педагогами, ми можемо констатувати, що респонденти слабо обізнані з понятійним апаратом та не повністю розуміють цілі та завдання формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку.

Для нашого дослідження важливо було з'ясувати, як розуміють педагоги проблему наступності у вихованні здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку та шляхи її розв'язання. З цією метою було проведено анкетування вихователів та вчителів. Узагальнивши відповіді педагогів, ми отримали результати, за якими зробили висновок, що не всі вихователі та вчителі достатньо готові до реалізації наступності в роботі дошкільної та початкової ланок освіти з питання формування здорового способу життя дітей означеного віку. Щоб досягти ефективності в реалізації наступності у змістовому напрямі, вихователі повинні бути обізнаними з шкільною програмою формування здорового способу життя, а вчителі – з дошкільною. Із 154 респондентів тільки 26% вихователів та 23% вчителів знають програмовий зміст (відповідно наступної чи попередньої ланок освіти) з формування здорового способу життя. Причиною такого стану, на нашу думку, є, насамперед, відсутність наскрізних програм з формування дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку, а також недостатня увага практичних працівників до проблеми наступності. Відповіді вчителів та вихователів засвідчують, що їх підхід до визначення ефективних форм і методів, які забезпечують наступність у вихованні здорового способу життя дещо різниться. На думку вихователів, наступність буде реалізована, якщо використовувати спостереження (79 %), вправління (81 %), досліди (64 %). А вчителі початкових класів до ефективних методів і форм реалізації наступності віднесли урок (81 %), словесні методи (81 %), меншого значення вони надають дослідам (39 %), спостереженням (24 %), ігровим методам (21 %).

Спільність у відповідях вихователів та вчителів молодших класів простежується в тому, що ефективності в забезпеченні наступності між дошкільним навчальним закладом і школою можна досягти шляхом співпраці дошкільного закладу та школи через впровадження наскрізних програм навчання та формування дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку (35 % і 38 % відповідно), спільної методично-організаційної роботи вихователів і вчителів (29 % і 24 %), урахування вікових особливостей дітей (23 % і 27 %), підготовки старших дошкільників до навчання в школі (13 % і 11 %).

Здійснений аналіз стану роботи з формування здорового способу життя у педагогічній практиці дошкільного навчального закладу і початкової школи дає можливість зробити такі **висновки**:

– педагоги і батьки усвідомлюють важливість формування у дітей здорового способу життя, але не володіють у повній мірі методами, прийомами і засобами, необхідними для вирішення даної проблеми;

– не вирішеною залишається проблема співпраці дошкільного навчального закладу, початкової школи та батьків із даного питання;

– в навчально-виховній роботі педагоги обмежуються поданням дітям знань щодо фізичного здоров'я, не розкриваючи шляхи формування психічного і соціального здоров'я;

– у планах навчально-виховної роботи вихователів та вчителів питання ціннісного ставлення до здоров'я висвітлені недостатньо, відсутній логічний зв'язок між темою заняття з даної проблеми і закріпленням її в різних видах діяльності, у повсякденному житті.

Таким чином, результати констатувального етапу експерименту довели необхідність підготовки педагогів дошкільних навчальних закладів та початкової школи до діяльності щодо вирішення проблеми формування ціннісного ставлення до здоров'я та забезпечення наступності у вихованні здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку; співпраці педагогів і батьків з питань збереження, зміцнення і відновлення здоров'я дітей.

Список використаних джерел:

1. Все для здоров'я і про здоров'я : програма з валеології : конспекти занять // Палітра педагога. – 1997. – № 4. – С. 24-30.
2. Денисенко Н.Ф. Будьте здорові, діти : програма з валеологічного виховання / Н. Ф. Денисенко, Л. Д. Мельник // Дитячий садок. – 2001. – № 42. – 24 с.
3. Дитина. Програма виховання і навчання дітей дошкільного віку. – К. : Освіта, 1993. – 270 с.
4. Лохвицька Л.В. Дошкільникам про основи здоров'я : навч.-метод. посіб. / Л. В. Лохвицька, Т. К. Андрущенко. – Черкаси : Відлуння-плюс, 2004. – 208 с.

5. Малятко : програма виховання дітей дошкільного віку / наук. кер. авт. кол. З. П. Плохій. – 2-ге вид., доопр. і допов. – К. : Пед. думка, 1999. – 286 с.
6. Петленко В.П. Проблемы человека в теории медицины / В. П. Петленко, В. Ф. Сержантов. – Киев : Здоров'я, 1984. – 200 с.

The article focuses on the results of the ascertaining experimental study of the formation of children's healthy lifestyle in preschool educational establishments and primary school teaching practice conducted by the author.

The aim of the ascertaining experiment was to determine the state of continuity in the content of healthy lifestyle training of older preschoolers and primary school pupils; identify the level of theoretical and practical training of kindergarten teachers and primary school teachers in forming healthy lifestyle of their charges. During the experiment the following methods were used: analysis of preschool and first form curricula in terms of continuity in healthy lifestyles education of the children of relevant age; monitoring of the educational process at preschool establishments and primary school; studies of pedagogical documentation; surveys and questionnaires of educators and teachers; quantitative and qualitative results processing.

The results of the ascertaining stage of the experiment proved the need to prepare teachers for activities addressing the formation of value attitude towards health, to ensure continuity in the healthy lifestyles education of older preschool children and primary school pupils, and to provide cooperation between teachers and parents concerning preservation, strengthening and restoring of children's health.

Key words: healthy lifestyle, methods of skills forming, older preschool children, primary school pupils.

Отримано: 7.05.2016

УДК 376.352.03:796

В.А. Березовський

ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

У статті із застосуванням комплексу взаємопов'язаних методів дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та документальних матеріалів; педагогічні; антропометричні,