

15. Понятійно-термінологічний словник з соціальної роботи /Л.В. Козубовська, І.І. Мигович, В.В. Сагарда та ін. [за заг.ред. І.В. Козубовської, І.І. Мигович]. – Ужгород: УжНУ, Видавництво “Мистецька лінія”, 2001. – 152 с.
16. Расчетина С. А. Социодидактика: История и теория социальной педагогики : монография / С. А. Расчетина, О. М. Зайченко. – Великий Новгород : НовГУ, 2003. – 343 с.
17. Словарь по социальной педагогике : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / авт.-сост. Л. В. Мардахаев. – М. : Изд. центр “Академия”, 2002. – 368 с.
18. Словник української мови : в 12 т. / [укл. А. Білоштан, М. Бойко, В. Градова та ін.] ; за ред. П. Доценко, Л. Юрчук. – К. : “Наукова думка”, 1971 – 1980. – Т. 2. – 1971. – 550 с.
19. Словник-довідник для соціальних педагогів і соціальних працівників / [За заг.ред. А.Й. Капської, І.М. Пінчук, С.В. Толстоухової]. – К. : УДЦССМ, 2000. – 260 с.
20. Соціальна педагогіка: теорія і технології [підручник/ред. І.Д. Зверева]. – К. : Центр навчальної літератури, 2006. – 316 с.
21. Соціальна політика і соціальна робота: термінологічно-понятійний словник /Укл. М.Ф.Головатий, М.Б.Панасюк. – К., 2005. – 356 с.
22. Трубавіна І. Концепція соціально-педагогічної роботи з сім'єю /І.М. Трубавіна // Теорія та практика підготовки соціальних педагогів та психологів у ВНЗ: досвід, проблеми та перспективи: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції 17 – 19 травня 2007 р. – Запоріжжя : ЗНУ. – С. 91 – 94.
23. Штефан Л. Соціально-педагогічна підтримка молоді сім'ї /Л.А. Штефан //Вісник Запорізького національного університету. – Запоріжжя, 2009. – № 2. – С. 219 – 221.
24. Янченко Т. Проблеми соціально-педагогічної підтримки дітей, які потребували захисту, в Україні (друга половина ХІХ ст. – поч. ХХ ст.): автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 – загальна педагогіка та історія педагогіки/ Т.В.Янченко; Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова. – Київ, 2006. – 20 с.
25. Squire C. The Social Context of Birth. – 2009 – Radcliffe Medical PR, New York. – 193 s.

The point of the meaning “motherhood”, “motherhood”, “pedagogical support”, “social support”, “social and pedagogical support”, “social and pedagogical support of motherhood and childhood” has been analyzed in the article.

It was summarized that social and pedagogical support of motherhood and childhood tend to be a social and pedagogical activity directed on the determining and solving such problems as childhood and motherhood with the aim to provide them whole functioning in the society.

Key words: *childhood, motherhood, pedagogical support, social support, social and pedagogical support, social and pedagogical support of childhood and motherhood.*

УДК 372.36:371.71
ББК 74.100.553

Надія Труш

ФОРМУВАННЯ УСВІДОМЛЕНОГО СТАВЛЕННЯ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ДО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ДНЗ ТА СІМ'Ї

У статті проаналізовано теоретичні аспекти проблеми формування в дітей старшого дошкільного віку усвідомленого ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих та підтверджено необхідність поєднаного впливу працівників ДНЗ і родини на малюків задля формування в них навичок здорового способу життя та визначення цінності здоров'я пріоритетною цю з дошкільного дитинства.

Ключові слова: *здоров'я, старші дошкільники, валеологічний досвід, здоровий спосіб життя, усвідомлене ставлення до здоров'я.*

Актуальність. Однією з найважливіших характеристик соціально-економічного, морального і культурного розвитку суспільства є здоров'я населення

країни. Однак в Україні спостерігається зниження рівня “здоров’я нації” як інтегративного показника фізичного, психічного і соціального здоров’я громадян. Особливе занепокоєння викликає зниження рівня здоров’я дітей дошкільного й молодшого шкільного віку, оскільки саме в цей віковий період закладається фундамент нормального фізичного розвитку людини та виховуються основні риси її особистості.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров’я за останні десятиріччя в Україні погіршився стан здоров’я дошкільників – знизилася кількість абсолютно здорових і збільшилась кількість дітей, які мають хронічні захворювання і різні відхилення в стані здоров’я.

Пошук оптимальних шляхів удосконалення системи фізичного виховання та валеологічної освіти дітей є важливим завданням сучасної дошкільної освіти України. Саме формування, збереження і зміцнення здоров’я дитини від народження до вступу в школу особливо турбує батьків й інших дорослих з її найближчого оточення.

Формування в дітей 3–6 років свідомого ставлення до власного здоров’я є актуальною проблемою сучасності, адже лише оптимально організований процес фізичного виховання дітей за умови ефективного поєднання впливу всіх його засобів на організм дитини не забезпечить міцного здоров’я. Ціннісне ставлення до власного здоров’я, усвідомлення доцільності й необхідності ведення здорового способу життя ще з дитинства – ті складові здоров’язбережувальної поведінки людини, які допоможуть підтримувати здоров’я на належному рівні впродовж усього життя і забезпечать активне довголіття.

Формуванню навичок здорового способу життя, ціннісного ставлення до власного здоров’я і здоров’я інших людей, елементарних знань про будову тіла, правил догляду за ним присвячено дослідження Т. Андрющенко, Г. Беленької, Н. Денисенко, Л. Лохвицької, М. Машовець та інших науковців.

Проблеми здоров’я та здорового способу життя в різних його аспектах розглянуто в дисертаційних дослідженнях Л. Сущенко (здоровий спосіб життя як об’єкт соціального пізнання), С. Кондратюк, С. Свириденко (особливості формування здорового способу життя в молодших школярів), В. Горащук, С. Кириленко (культура здоров’я старшокласників), О. Іванашко (формування здорового способу життя в дошкільному віці), А. Голобородько (формування здорового способу життя в учнів основної школи). В. Нестеренко розглядає особливості процесу підготовки майбутніх педагогів до виховання в дошкільників навичок здорового способу життя.

Людина майбутнього в уявленні кожного – розумна, сильна, здорова, однак світова наука зарахувала проблему здоров’я до кола глобальних проблем, вирішення яких обумовлює не лише кількісні та якісні характеристики майбутнього розвитку людства, а й сам факт його подальшого існування як біологічного виду. Після Чорнобильської трагедії загальний стан здоров’я дорослого населення і дітей України погіршився, під загрозою знаходиться майбутнє генофонду нації.

Погіршення стану здоров’я дітей відбувається на фоні напруженої санітарно-епідеміологічної ситуації в країні, забруднення довкілля, зниження життєвого рівня більшості сімей, недостатнього рівня медичного обслуговування, нездорового способу життя. Низький рівень здоров’я дітей значною мірою обумовлений відсутністю свідомого ставлення до власного здоров’я, розуміння його значення для себе та свого майбутнього.

Невтішні дані про захворюваність дітей, невміння дошкільників і дорослих керувати своїм здоров’ям спонукають науковців до пошуку нових підходів до

формування навичок здорового способу життя ще з раннього дитинства, адже цей період є найсприятливішим для оволодіння основними знаннями і навичками з охорони, збереження і зміцнення здоров'я, які надалі стануть важливим компонентом загальної культури людини та вплинуть на формування здорового способу життя та рівень здоров'я всього суспільства. Саме в дошкільному віці закладається майбутній потенціал здоров'я, це сприятливий період для формування навичок здорового способу життя.

Загальноприйнятим у міжнародному спілкуванні є визначення здоров'я, викладене у преамбулі Статуту ВООЗ (1948 р.), за яким здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних дефектів.

Н. Денисенко відзначає, що кожна із сфер здоров'я для дошкільного віку має своє трактування. Так, фізичне здоров'я – це такий стан організму дитини, коли показники основних фізіологічних систем перебувають у межах норми й адекватно змінюються в процесі взаємодії з довкіллям. Психічне здоров'я – це внутрішньосистемна основа соціальної поведінки особистості. У ньому відображається стан мозку, коли його вищі відділи забезпечують активну інтелектуальну, емоційну та свідомо-вольову взаємодію індивідуума з довкіллям. Компонентами психічного є інтелектуальне й емоційне здоров'я. Станом психічного здоров'я зумовлюється мислення дитини – позитивне, негативне.

Духовне здоров'я Н. Денисенко визначає як усвідомлення особистістю свого “Я” як частки природи і суспільства; прояв морально-вольових рис характеру в справах, спрямованих на творення, віра у духовні цінності (у Бога, добро, любов), відповідальність перед іншими людьми, безкорисливість. Соціальне здоров'я визначає здатність дитини контактувати з однолітками та дорослими в різних життєвих ситуаціях. Пріоритетом для здорових дітей є не стресовий стиль життя [3, с. 4–5].

Загальновідомо, що в людини немає більшої цінності, ніж здоров'я. Для того, щоб навчитися берегти здоров'я, потрібно багато знати про самих себе, про стан свого організму. Слово “здоров'я” супроводжує дитину з часу її народження. Ще навіть не знаючи, що воно означає, три-п'ятирічний малюк каже: “Я здоровий, якщо не хворію”. І почасти це вже є відповіддю. Щоб дитина могла піклуватися про своє здоров'я і здоров'я інших, необхідно виробити в неї свідоме ставлення до життя, усвідомлення пріоритету здоров'я, сформувати валеологічний світогляд і мотивацію до здорового способу життя [6, с. 20].

Обов'язок піклуватися про здоров'я дошкільника беруть на себе члени родини (батьки, бабусі, дідусі, старші братики і сестрички), а також працівники дошкільного навчального закладу, який відвідує дитина (завідувач, методист, психолог, вихователі, помічник вихователя, інструктор з фізичної культури, медсестра). Відповідно дорослі з найближчого оточення дитини безпосередньо впливають на формування її валеологічного досвіду.

Валеологічний досвід дошкільника розглядаємо як сукупність елементарних знань про будову власного організму, вмінь турбуватися про своє здоров'я і здоров'я оточуючих та навичок здорового способу життя.

За даними ВООЗ стан здоров'я індивіда майже на 50% залежить від способу його життя, приблизно на 40% – від генетичних чинників та екології і лише на 10% – від медичного обслуговування. Найголовнішим чинником дотримання здорового способу життя є бажання людини бути здоровою.

Здоровий спосіб життя – це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через посередництво діяльності по оздоровленню умов життя – праці, відпочинку, побуту (за визначенням, зазначеним на Алма-Атинській Міжнародній конференції охорони здоров'я в 1978 р.)

Ведення здорового способу життя передбачає прагнення до фізичної досконалості, досягнення душевної та психічної гармонії в житті, забезпечення повноцінного харчування, виключення з життя самодеструктивної поведінки, дотримання правил особистої гігієни, очищення організму та його загартовування.

Щодо дітей дошкільного віку можна визначити такі параметри здорового способу життя: додержання розпорядку дня, оволодіння культурно-гігієнічними навичками, раціональне харчування, оптимальний руховий та повітряний режим, режим активної діяльності та відпочинку, профілактичні заходи задля збереження здоров'я і душевний комфорт.

У Національній Доктрині розвитку освіти в Україні, Законі “Про дошкільну освіту” йдеться про необхідність виховання в дитини ціннісного ставлення до життя, власного здоров'я та здоров'я інших людей як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності, отож одним з найважливіших завдань працівників ДНЗ вважаємо виховання фізично, психічно та духовно здорової особистості, яка надалі має стати повноцінним членом соціуму.

Формування культури здоров'я – це цілеспрямований процес взаємодії учасників навчально-виховного процесу (дітей, педагогів, батьків) в середовищі навчально-виховного закладу, сім'ї, соціального оточення, метою якого є відновлення, збереження, укріплення, формування та передача фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я.

Культура здоров'я містить такі компоненти:

- мотиваційний (потреби та мотиви формування, зміцнення, збереження, відновлення і передачі здоров'я; цінності і пріоритети власного здоров'я та здоров'я оточуючих);
- змістовий (принципи, правила, відомості, знання про особливості власного здоров'я; шляхи, умови, технології його формування, збереження, зміцнення, відновлення, передачі);
- операційний (способи поведінки та діяльності, спрямовані на формування, зміцнення, збереження, відновлення та передачу здоров'я) [5, с. 15].

Одним зі стратегічних принципів сучасної дошкільної освіти виокремлено принцип оздоровчої спрямованості навчально-виховного процесу, реалізація якого в умовах ДНЗ передбачає створення здоров'язбережувального середовища, тобто середовища, в якому дитині приємно й безпечно перебувати, яке стимулює її розвиток, забезпечує комфортні умови для формування здоров'я і є оптимальним для її зростання.

У дошкільнят виробиться усвідомлене ставлення до власного здоров'я, коли діти засвоять елементарні знання про свій організм, оволодіють гігієнічними нормами поведінки, психологією спілкування, гігієною харчування. Ці знання та навички вони поповнюватимуть і вдосконалюватимуть упродовж усього свого життя [6, с. 25].

Висновки. Формуванню ціннісного ставлення дошкільників до власного здоров'я сприятимуть відповідна поведінка дорослих з найближчого оточення, додержання необхідних санітарно-гігієнічних умов у дошкільному закладі й родині, взаємодія вихователів з батьками з означеної проблеми. Лише єдність вимог щодо

способу життя в родині й дошкільному навчальному закладі сприятиме формуванню в дитини навичок здорового способу життя та усвідомленого ставлення до власного здоров'я.

1. Беленька Г.В. Здоров'я дитини – від родини / Беленька Г.В., Богініч О.Л., Машовець М.А. – К.: СПД Богданова А.М., 2006. – 220 с.
2. Денисенко Н.Ф. Формування у молодших дошкільників основ свідомого ставлення до власного здоров'я / Н.Ф. Денисенко. – К.: Наш час; Х.: Ранок, 2010. – 95 с.
3. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2005. – №9. – С. 7–10.
4. Лохвицька Л.В. Виховання здорової дитини в сучасні сім'ї. Сім'я – берегиня здоров'я дитини / Л.В. Лохвицька, Т.К. Андрюшенко. – Тернопіль: Мандрівець, 2010. – 228 с.
5. Мельник О. Системний підхід до формування культури здоров'я учасників навчально-виховного процесу / О. Мельник // Палітра педагога. – 2007. – № 4. – С. 14 – 17.
6. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку/ [Богініч О.Л., Левінець Н.В., Лохвицька Л.В., Сварковська Л.А.]. – К.: Генеза, 2013. – 127 с.

The theoretical aspects of forming in preschool children's conscious attitude to their own health and to health of surrounding people are analyzed in the article. The necessity of combined impact of PEI workers and family on kids to form their healthy lifestyle and determining the health value priority from preschool childhood are confirmed.

Key words: *health, older preschoolers, valeological experience, healthy lifestyle, conscious attitude to health.*