

development of articulation is analyzed. Articulator gymnastics as a primary means of linguistic motility is provided. Examples of activities for children of preschool age are analyzed. The author review the stages of work on the exercises. The necessity of applying gaming techniques to conduct articulation exercises is described. the value of these techniques is recalculated.

*Key words:* articulator movement, playing receptions, articulation exercises.

Стаття надійшла до редакції 10.12.2012 р.

Прийнято до друку 24.01.2013 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Гавриш Н. В.

УДК 373. 2

**Н. В. Лісневська**

### **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Поряд з навчанням та вихованням не менш важливим завданням педагога є забезпечення оптимального рівня здоров'я дітей. Воно відіграє важливу роль у становленні особистості дитини, оскільки впливає на її розумовий, психічний та фізичний розвиток. Погіршення стану здоров'я дітей дошкільного віку за останні роки вимагає пильної уваги з боку держави, педагогів та батьків. Перед педагогами, психологами, фізіологами та медиками постає необхідність пошуку нових шляхів його зміцнення. Особливої актуальності дана проблема набуває сьогодні, коли за статистичними даними до 80 % дітей мають одне або декілька захворювань, лише 15 – 20 % дітей народжуються повністю здоровими, кожна третя дитина має відхилення у фізичному й психічному розвитку, смертність удвічі переважає народжуваність, серед захворювань дітей дошкільного та шкільного віку переважають хвороби органів дихання, травлення, серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату, захворювання нервової системи тощо [2]. Крім фізичного здоров'я, особливо погіршився стан психічного здоров'я. Незадовільний стан здоров'я дітей дошкільного віку й усього населення загалом роблять найбільш актуальною потребу в превентивних заходах в організації освітнього процесу та формуванні свідомого ставлення до стану здоров'я.

У Законі України „Про дошкільну освіту” серед пріоритетних завдань розвитку дошкільної ланки освіти йдеться про збереження та зміцнення фізичного, психічного й духовного здоров'я дитини. У проекті Базового компоненту дошкільної освіти України одним з концептуальних підходів визначена турбота про фізичне та психічне

здоров'я кожної дитини. Реалізація стратегічних оздоровчих завдань знайшла своє відображення в основних положеннях О. Кононко, у дослідженнях О. Богініч, Н. Денисенко, О. Дубогай, Л. Лохвицької та інших, у яких зазначається, що педагогічний процес має будуватися відповідно до реалізації завдань збереження та зміцнення здоров'я дітей [4]. Вивчення проблеми збереження здоров'я дітей дошкільного віку стало предметом психолого-педагогічних досліджень (Р. Баєвський, Ю. Вельтищев, Ю. Змановський, А. Баранов, І. Бех, Ю. Лісцин, В. Казначєєв, Г. Оніщенко, С. Громбах, О. Богініч, О. Дубогай, Н. Денисенко, О. Кононко, Л. Лохвицька, О. Тимченко, Т. Книш та ін.). На важливості та доцільності застосування оздоровчих технологій наголошується в працях О. Богініч, Н. Денисенко, Н. Левінець, О. Дубогай та ін.

Метою статі є визначення впливу здоров'язберігаючих технологій на зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку та ефективності їх застосування.

У дослідженнях багатьох педагогів, серед яких Н. Денисенко, Т. Богіна, О. Кононко, С. Ладивір, В. Котирло, О. Іванашко, С. Юрочкіна та інші, доводиться, що найбільш сприятливим для розвитку особистості, набуття нею необхідних знань щодо збереження здоров'я та здорового способу життя є дошкільний вік. Доцільність застосування здоров'язберігаючих технологій у навчальних дошкільних закладах з метою зміцнення та покращення здоров'я дітей підтверджується дослідженнями Н. Денисенко, О. Богініч, О. Байер, К. Крутій, Л. Ігнатєвої, М. Сократова, В. Мануйлової.

Аналіз літературних джерел свідчить, що існує більше сотні визначень поняття „здоров'я”. Цьому поняттю намагалися дати визначення багато медиків, психологів, педагогів: М. Амосов, Г. Апанасенко, П. Калью, І. Брехман, Ю. Лісцин, Г. Царегородцев, В. Казначєєв, Г. Никифоров, серед вітчизняних учених – І. Бех, Н. Денисенко, Л. Лохвицька та ін.

У дослідженнях М. Амосова, Г. Апанасенка, Д. Вендиктова, Ю. Лісцина, Д. Ізуткіна чітко виокремлюється той факт, що здоров'я слід розглядати як системне об'єднання в собі чотирьох складових: фізичного, психічного, соціального та духовного. Визначення видів здоров'я (фізичного, психічного, соціального та духовного) є важливим при доборі різних технологій фізичного виховання, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку.

Результати аналізу літературних джерел свідчать про відмінність підходів щодо визначення поняття „**фізичного здоров'я**”. Зокрема Н. Денисенко визначала фізичне здоров'я як стан організму, коли показники основних фізіологічних систем перебувають у межах фізіологічної норми й адекватно змінюються під час взаємодії людини з навколишнім середовищем [8].

Стан фізичного здоров'я не тільки залежить від наступного виду здоров'я – **психічного**, але й тісно взаємопов'язаний з ним. Вивченню психічного здоров'я дітей-дошкільників присвячено праці Д. Ельконіна, О. Запорожець, І. Беха, Л. Божович, О. Хухлаєвої, Н. Денисенко, О. Богініч, В. Котирло, С. Ладивір, О. Кононко та ін.

На основі досліджень А. Петровського, М. Ярошевського, М. Сократова, Н. Денисенко, О. Богініч можна зазначити, що **психічне здоров'я** – це стан загального душевного комфорту, позитивний емоційно-інтелектуальний розвиток, гармонійне функціонування в соціумі.

Від психічного здоров'я залежить наступний вид здоров'я – **соціальний**. Відповідно до визначень російського вченого М. Сократова, соціальне здоров'я – це оптимальні умови, які перешкоджають виникненню соціальній дезадаптації й визначають гармонійний розвиток особистості в соціальній структурі суспільства [13].

Від психічного здоров'я залежить і стан **духовного здоров'я** особистості. У публікаціях В. Петленка, С. Попова, Ю. Антономова, А. Рогози, О. Богініч духовне здоров'я визначається як сукупність характеристик духовного світу особистості, особистісна потреба в засвоєнні системи цінностей та якість мотиваційно-ціннісного ставлення до складових духовної спадщини [2; 3]. За визначенням Н. Денисенко, **духовне здоров'я** – це усвідомлення особистістю свого „Я” як частки природи та суспільства, прояв морально-вольових рис характеру в справах, спрямованих на творення, віра у вищі духовні цінності (у Бога, добро, любов), відповідальність перед іншими людьми, безкорисливість, що формується завдяки бережливому ставленню до природи, поважному ставленню до людей різного віку (старший, менший), ушануванню духовних надбань своєї сім'ї, народу, людства (пісні, звичаї, традиції), мистецьких досягнень (театри, музеї, виставки, картинні галереї) [6].

Формування духовного здоров'я в дітей дошкільного віку є предметом вивчення науковців у галузі дошкільної освіти (О. Богініч, Т. Поніманської, Н. Денисенко та ін.).

На основі досліджень В. Петленка, С. Попова, Ю. Антономова, А. Рогози, О. Богініч, Н. Денисенко можна зазначити, що **духовне здоров'я** – це усвідомлення себе частиною природи та суспільства, потреба в засвоєнні духовних цінностей та спадщини.

Отже, аналіз досліджень видів здоров'я (фізичного, психічного, соціального та духовного) дозволив нам стверджувати, що вони є важливими в збереженні та зміцненні здоров'я дітей дошкільного віку, тому при застосуванні різних здоров'язберігаючих технологій у фізичному вихованні дітей дошкільного віку необхідно обов'язково це враховувати й добирати їх відповідно до стану здоров'я дітей, їхніх потреб та можливостей.

Більшість науковців переконані в тому, що для збереження та покращення здоров'я дітей дошкільного віку педагогам у своїй роботі

необхідно широко застосовувати здоров'язберігаючі технології. Звернемося до сутності поняття „технологія”.

У тлумачному словнику знаходимо таке визначення поняття „технологія” – сукупність знань, відомостей про послідовність окремих виробничих операцій у процесі виробництва чого-небудь [5].

Хоча більшість авторів при розгляданні технології і звертають увагу на гарантований кінцевий результат у ході виконання певних дій, але В. Кукушин зазначає, що одна й та ж сама технологія в руках різних педагогів може виглядати по-різному (усе залежить від особистих якостей педагога, вихованців, психологічного мікроклімату в групі, від настрою тощо), крім того, результати будуть мати певні відмінності. Для того, щоб педагоги вдало, доцільно та правильно застосовували різні здоров'язберігаючі технології з метою формування, збереження та зміцнення здоров'я своїх вихованців, слід розглянути їх види та класифікації, що існують у педагогіці.

За даними Всеросійського з'їзду „Здорове покоління – здорова Росія” (2008) та досліджень О. Ващенко в освітньому процесі школярів, розрізняють наступні **типи технологій**:

- здоров'язберігаючі (профілактичні щеплення, забезпечення рухової активності, організація раціонального харчування);
- оздоровчі (фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, арттерапія);
- технології навчання здоров'ю (валеологічна підготовка);
- виховання культури здоров'я (факультативні заняття з розвитку особистості дітей, позакласні та позашкільні заходи, конкурси).

Уважаємо, що вищезазначені типи технологій можна широко застосовувати не тільки в навчальному процесі школярів, але й дошкільників. Крім того, здоров'язберігаючі технології мають свою **класифікацію** (за даними Всеросійського з'їзду „Здорове покоління – здорова Росія”).

**За характером діяльності** здоров'язберігаючі технології можуть бути вузькоспеціалізовані та комплексні (інтегровані).

До комплексних здоров'язберігаючих технологій належать технології комплексної профілактики захворювань, корекції та реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі та валеологічні); педагогічні технології, які сприяють здоров'ю; технології, які формують здоровий спосіб життя.

**За направленням діяльності** здоров'язберігаючі технології можуть бути медичні (технології профілактики захворювань; корекції та реабілітації соматичного здоров'я; санітарно-гігієнічної діяльності); освітні, які сприяють здоров'ю (інформаційно-навчаючі та виховуючі); соціальні (технології організації здорового та безпечного способу життя; профілактики та корекції девіантної поведінки); психологічні (технології профілактики та корекції психічних відхилень особистісного та інтелектуального розвитку).

У дослідженнях Т. Карасьової знаходимо таку **класифікацію** здоров'язберігаючих технологій: медико-гігієнічні технології; фізкультурно-оздоровлювальні технології; екологічні здоров'язберігаючі технології; технології забезпечення безпеки життєдіяльності; здоров'язберігаючі освітні технології [8].

Дуже важливо педагогу знати види та класифікації здоров'язберігаючих технологій, щоб, комбінуючи та поєднуючи їх між собою, широко, вдало та доцільно застосовувати у фізичному вихованні дітей дошкільного віку з метою покращення їхнього стану здоров'я, шляхом збереження й зміцнення його.

Оскільки нас цікавлять саме здоров'язберігаючі (здоров'язбережувальні) технології, розглянемо їх визначення. Так О. Московченко зазначає, що **здоров'язберігаючі технології** – це сукупність наукових знань, засобів, методів і прийомів, що дозволяють оцінити функціональні та психофізіологічні параметри здоров'я індивіда; на основі оцінки параметрів здоров'я підібрати адекватне тренувальне навантаження, що дозволяє підвищити функціональні можливості організму з метою переходу його на новий рівень функціонування для збереження й зміцнення творчого потенціалу, підвищення рівня працездатності й соціальної активності, вирішення завдань спортивної підготовленості [10].

Науковцями-дошкільниками визначаються, як правило, **здоров'язберігаючі освітні технології** та **оздоровчі технології**, спрямовані не тільки на збереження здоров'я вихованців, але й на його покращення, хоча в дошкільному навчальному закладі у фізичному вихованні дітей педагоги найчастіше використовують саме оздоровчі технології.

Оздоровчі технології, які існують сьогодні, можна розподілити наступним чином (за О. Богініч): інноваційні оздоровчі технології – гідроаеробіка, фітболгімнастика, дихальна, звукова, імунна, художня та пальчикова (вправи, ігри, картинки) гімнастики, психогімнастика (вправи, ігри, етюди, пантоміми) тощо; оздоровчі технології, що використовуються з профілактично-лікувальною метою – ароматерапія (ароматизація приміщення), фітотерапія (чаї, коктейлі), вітамінотерапія (вітамінізація страв) тощо; оздоровчі технології терапевтичного спрямування – кольоротерапія, казкотерапія, сміхотерапія, музична терапія, арттерапія, піскова терапія, ігрова терапія тощо [16].

Оскільки здоров'я дітей дошкільного віку погіршується та вимагає більш ретельної уваги з боку дорослих, метою фізичного виховання, крім навчання та виховання, більшою мірою повинно стати збереження та зміцнення здоров'я (фізичного, психічного, соціального та духовного) вихованців. Великий потенціал у збереженні здоров'я дошкільників закладений у здоров'язберігаючих технологіях – освітніх та оздоровчих. Використання здоров'язберігаючих освітніх та оздоровчих технологій у навчально-виховній та оздоровчій діяльності дітей-дошкільників сприяє не тільки їх розвитку, покращенню настрою, але й головне – зміцненню

здоров'я. Єдина вимога, що ставиться до вихователів при організації навчально-виховного процесу та оздоровчої діяльності дітей дошкільного віку, є чіткий та доцільний добір здоров'язберігаючих освітніх та оздоровчих технологій з урахуванням стану здоров'я дошкільників, їх фізичного розвитку, самопочуття, індивідуальних особливостей, можливостей дошкільного навчального закладу тощо.

Подальшого дослідження вимагає розробка системи застосування здоров'язберігаючих технологій у фізичному вихованні дошкільників, а саме: на фізкультурних заняттях, ранковій гімнастиці, на прогулянці, у самостійній руховій діяльності, у рухливих іграх, розвагах тощо.

### **Список використаної літератури**

- 1. Акинфиева Н. В.** Конструирование педагогической технологии : учеб.-метод. пособие / Н. В. Акинфиева. – Саратов, 1999. – 60 с.
- 2. Богініч О.** Оздоровчу ідеологію – в життя малят / О. Богініч // Дошкільне виховання. – 2006. – № 7. – С. 7 – 9.
- 3. Богініч О. Л.** Сучасні пріоритети фізичного розвитку дітей / О. Л. Богініч // Дошкільне виховання. – 2005. – № 7. – С. 12 – 14.
- 4. Бойченко Т.** Валеологія – мистецтво бути здоровим / Т. Бойченко // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – № 2. – С. 1 – 4.
- 5. Великий** тлумачний словник / гол. ред. В. Т. Бусел. – К., 2005. – 1728 с.
- 6. Денисенко Н.** Оздоровчі технології в освітньому процесі / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2004. – № 12. – С. 4 – 6.
- 7. Казначеев В.** Проблемы, перспективы валеологии, её фундаментальные основы / В. Казначеев // Валеология. – № 4. – 1996. – С. 90 – 97.
- 8. Карасева Т. В.** Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий / Т. В. Карасева // Начальная школа. – 2005. – № 11. – С. 75 – 78.
- 9. Монахов В. М.** Аксиоматический подход к проектированию педагогической технологии / В. М. Монахов // Педагогика. – 1997. – № 6. – С. 27 – 29.
- 10. Московченко О. Н.** Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом (с применением компьютерных технологий) : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня докт. пед. наук : 13.00.04 спеціальність „Теорія і методика фізичного виховання, спортивні тренування, оздоровчої та адаптивної фізичної культури” / О. Н. Московченко. – М., 2008. – 62 с.
- 11. Назарова Т. С.** Педагогическая технология: новый этап эволюции? / Т. С. Назарова // Педагогика. – 1997. – № 3. – С. 20 – 27.
- 12. Смирнов Н. К.** Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы : Методическая библиотека: Управление ГОУ / Н. К. Смирнов. – М., 2003. – 272 с.
- 13. Современные** технологии сохранения и укрепления здоровья детей : учеб. пособие / под общей ред. Н. В. Сократова. – М. : ТЦ Сфера, 2005. – 224 с.
- 14. Теоретическая** и организационная основа формирования здоровьесберегающей среды в регионе на примере Кузбасса / сост. Э. М. Казин, Т. Н. Семенкова, И. А. Свиридова. – Кемерово : Кузбассвузиздат, 2005. – 53 с.

**Лісневська Н. В. Здоров'язберігаючі технології у фізичному вихованні дітей дошкільного віку**

У статті розкривається важливість використання у фізичному вихованні дітей дошкільного віку здоров'язберігаючих технологій з позиції збереження та зміцнення їх здоров'я. Визначаються типи та класифікації існуючих в педагогіці здоров'язберігаючих технологій, обґрунтовується залежність ефективності процесу збереження здоров'я дошкільників від знань і умінь педагогів правильно та вміло підібрати серед великого вибору необхідні здоров'язберігаючі технології, ураховуючи стан здоров'я вихованців, їх самопочуття, настрої та фізичний розвиток.

*Ключові слова:* оздоровча спрямованість, оздоровчі технології, здоров'язберігаючі технології.

**Лисневская Н. В. Здоровьесберегающие технологии в физическом воспитании детей дошкольного возраста**

В статье раскрывается важность использования в физическом воспитании детей дошкольного возраста здоровьесохраняющих технологий с позиции сохранения и укрепления их здоровья. Определяются типы и классификации существующих в педагогике здоровьесберегающих технологий, обосновывается зависимость эффективности процесса сохранения здоровья дошкольников от знаний и умений педагогов правильно и умело подобрать среди большого выбора необходимых здоровьесохраняющие технологии

*Ключевые слова:* оздоровительная направленность, оздоровительные технологии, здоровьесохраняющие технологи.

**Lisnevskia N. V. Health-keeping Technologies in Physical Education of Pre-school Children**

In this article the importance of practice of health-keeping technologies during educational process is given from a pre-school children health keeping and strengthening point of view. Existing health-keeping technologies in pedagogic are classified here. Also there are proved dependence of efficiency of health-keeping process for pre-school children from kindergarten teacher's knowledge and skills to choose among great variety right health-keeping technologies taking into consideration children state of health, their well-being, mood and physical condition.

*Key words:* health-aligned activity, health-improving technologies, health-keeping technologies.

Стаття надійшла до редакції 10.12.2012 р.

Прийнято до друку 24.01.2013 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Гавриш Н. В.