

**Міністерство освіти і науки України
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича**

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи

**ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ЖИТТЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**Дипломна робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

Виконала:
студентка 6 курсу, групи 617
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»
Горюк Інна Ярославівна

Керівник: кандидат психологічних наук,
доцент **Колтунович Т.А.**

До захисту допущено:
Протокол засідання кафедри № 4
від 3 листопада 2021 р.
зав. кафедри _____ проф. Олійник М. І.

АНОТАЦІЯ

Горюк І.Я. Особливості формування здорового способу життя у дітей дошкільного віку. – Магістерська робота.

Здоровий спосіб життя – категорія еко-біосоціальна, що інтегрує біологічні, соціальні та екологічні уявлення про здоров'я людини і його життєдіяльності, оскільки фізичне благополуччя залежить не тільки від спадковості і кількості уваги до здоров'я дитини з боку батьків і лікарів, а й від впливу екологічних факторів, від ступеня гармонізації взаємин дитини із зовнішнім соціальним і екологічним середовищем.

Здоровий спосіб життя – категорія еко-біосоціальна, що інтегрує біологічні, соціальні та екологічні уявлення про здоров'я людини і його життєдіяльності, оскільки фізичне благополуччя залежить не тільки від спадковості і кількості уваги до здоров'я дитини з боку батьків і лікарів, а й від впливу екологічних факторів, від ступеня гармонізації взаємин дитини із зовнішнім соціальним і екологічним середовищем.

Мета дослідження: дослідження та обґрунтувати технології забезпечення формування уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку.

Об'єкт дослідження: формування здорового способу життя.

Предмет дослідження: технологія забезпечення формування уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку .

Завдання дослідження:

1. Розкрити історію становлення проблеми виховання здорової дитини у науковій літературі.
2. Визначити сутнісну характеристику формування уявлень про здоровий спосіб життя в дітей дошкільного віку.
3. Дослідити рівні сформованості уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку.
4. Обґрунтувати технологію формування уявлень про здоровий спосіб життя дошкільнят.

Методи дослідження: теоретичні (логічний аналіз психолого-педагогічної та філософської літератури), діагностичні (бесіди з дітьми, анкетування батьків і вихователів, бесіда з методистами і завідувачами ЗДО, вивчення продуктів дитячої діяльності, педагогічної документації, спостереження), педагогічний експеримент (констатуючий).

Практичне значення дослідження полягає: в апробуванні педагогічної технології формування уявлень про здоровий спосіб життя у старших дошкільників, яка дає можливість формувати у дошкільнят усвідомлене ставлення до свого здоров'я і зрозуміти залежність здоров'я від способу життя і навколишнього соціально-екологічного середовища; у проектуванні та реалізації педагогічної технології формування у старших дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя, яку доцільно реалізовувати в педагогічній практиці ЗДО як взаємопов'язані дії педагогів, батьків і дітей; у розробці та впровадженні в практику роботи ЗДО діагностичної методики визначення рівня сформованості у старших дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, фізичне благополуччя, здоров'я, педагогічна технологія, рівень сформованості.

ЗМІСТ

ВСТУП		
РОЗДІЛ 1.	ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	
1.1.	Гене́за проблеми виховання здорової дитини у науковій літературі	
1.2.	Обґрунтування можливості формування у дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя	
1.3.	Сутнісна характеристика формування уявлень про здоровий спосіб життя в дітей дошкільного віку	
Висновки до першого розділу		
РОЗДІЛ 2.	ТЕХНОЛОГІЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФОРМУВАННЯ УЯВЛЕНЬ ПРО ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	
2.1.	Рівні сформованості уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку (на основі констатувального експерименту)	
2.2.		
2.3.	Обґрунтування технології формування уявлень про здоровий спосіб життя дошкільнят	
Висновки до другого розділу		
ВИСНОВКИ		
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ		

ВСТУП

Сучасне суспільство відрізняється різноманіттям прикладів способу життя людини, з якими постійно стикається кожна дитина. Це різноманіття не завжди є зразком для дитини, в результаті створюється хаотичність в уявленнях дитини про здоровий спосіб життя і руйнуються вже сформовані уявлення. Крім того, в даний час існує тенденція зниження здоров'я підростаючого покоління, тому потреба у формуванні у дітей уявлень про здоровий спосіб життя зростає і вимагає пошуку нових шляхів в освіті, вихованні та розвитку дошкільнят.

В даний час проблемою формування здорового способу життя займаються вчені з різних галузей знань: медицини і фізіології (В. Н. Дубровський, Ю.П. Лісіцин, Б. Н. Чумаков), психології (О. С. Осадчук), екології (З. І. Тюмасєва, А. Ф. Аменд) і педагогіки (В. Г. Алямовська, Г.К. Зайцев, Ю. Ф. Змановський, М. Лазарєв, О.В. Морозова, Т. В. Поштарєва, Л. Г. Татарникова, О.Ю. Толстова, О.С. Шнейдер та ін.). Спрямованість особистості на здоровий спосіб життя – процес досить складний і суперечливий, на нього впливають особливості розвитку держави і громадська думка, екологічна обстановка, технологія виховно-освітнього процесу, особистість педагогів, а також стан і орієнтація сімейного виховання.

Велике значення в створенні сприятливих умов для формування у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя грає система дошкільньої освіти, оскільки турбота про зміцнення здоров'я дитини, як зазначає ряд авторів (А. Ф. Аменд, С. Ф. Васильєв, М. Л. Лазарєв, О.В. Морозова, Т. В. Поштарєва, О. Ю. Толстова, З.І. Тюмасєва та ін.), – проблема не тільки медична, а й педагогічна, так як правильно організована виховно-освітня робота з дітьми нерідко більшою мірою, ніж всі медико-гігієнічні заходи, забезпечує формування здоров'я і здорового способу життя.

Здоровий спосіб життя – категорія еко-біосоціальна, що інтегрує біологічні, соціальні та екологічні уявлення про здоров'я людини і його

життєдіяльності, оскільки фізичне благополуччя залежить не тільки від спадковості і кількості уваги до здоров'я дитини з боку батьків і лікарів, а й від впливу екологічних факторів, від ступеня гармонізації взаємин дитини із зовнішнім соціальним і екологічним середовищем.

Формування здорового способу життя багато в чому обумовлено процесом соціалізації індивіда. Розвиток і соціалізація дитини відбувається в певному соціальному середовищі, яка є важливим фактором регуляції його поведінки. У дослідженнях Н.В. Бордовської, В.П. Озерова, С. Ю. Толстової, О. Л. Трещевой, С. О. Філіппової підкреслюється роль соціуму як середовища формування у дітей певного способу життя. Соціальний напрям у вирішенні проблеми формування здорового способу життя також простежується в роботах В.П.Петленко і Н.Г. Веселова. Проблемі формування валеологічної культури працівників ЗДО та валеологізації педагогічного процесу присвячені праці С.В. Васильєва, Г.К. Зайцева, Н. Б. Захаревич, Є. Є.Луніної.

Сучасні дослідження з валеологічної освіти пов'язані з розглядом питання навчання дітей основним навичкам здорового способу життя в процесі фізичного виховання (М.Л. Лазарєв, О. В. Морозова, О. С. Шнейдер). Еколого-валеологічна спрямованість фізичного виховання старших дошкільників. Теоретичні основи валеологічного супроводу виховного процесу в ЗДО висвітлювалися О.Ю.Толстовою, де досягнення результату ґрунтується на гігієнічному вихованні та навчанні дітей. Питання екологічного виховання, що сприяє усвідомленню взаємодії людини і природи, залежності людини від навколишнього середовища, розглядалися А. Ф. Аменд, Є. Г. Кушніної, Л.І. Пономарьової, З. І.Тюмасєвої, В. Г. Фокіної. Основою формування здорового способу життя, як зазначає З.І. Тюмасєва, є екологічне виховання і освіта, оскільки здоров'я, на її думку, є критерієм взаємин людини і природи. Екологічний аспект, на думку ряду авторів (Є.Г. Кушніна, О. А. Овсяннікова, Т. В. Поштарєва), сприяє розкриттю взаємозв'язку середовища і організму людини і закріпленню в свідомості дитини відчуття своєї нерозривності з природою.

Актуальність нашого дослідження визначається рядом існуючих протиріч між:

- соціальним замовленням суспільства на виконання освітою функцій, пов'язаних з вихованням особистості, усвідомлено відноситься до свого здоров'я, розуміє значення здорового способу життя, впливу соціально-екологічного середовища на здоров'я людини і недостатньою готовністю освітніх структур до їх реалізації;
- необхідністю теоретичного обґрунтування формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя і відставанням в розробці цього питання в теорії дошкільного виховання;
- потребою дошкільного навчального закладу в теоретично обґрунтованих педагогічних технологіях формування уявлень про здоровий спосіб життя і недостатньою розробленістю таких технологій.

Зазначені протиріччя окреслюють проблеми дослідження, що полягає в обґрунтуванні педагогічної технології та пошуку шляхів формування у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя.

Мета дослідження: дослідження та обґрунтувати технології забезпечення формування уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку.

Завдання дослідження:

5. Розкрити історію становлення проблеми виховання здорової дитини у науковій літературі.
6. Визначити сутнісну характеристику формування уявлень про здоровий спосіб життя в дітей дошкільного віку.
7. Дослідити рівні сформованості уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку.
8. Обґрунтувати технологію формування уявлень про здоровий спосіб життя дошкільнят.

Об'єкт дослідження: формування здорового способу життя.

Предмет дослідження: технологія забезпечення формування уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку .

Для вирішення поставлених завдань використовувався комплекс методів, адекватних об'єкту і предмету дослідження: теоретичні (логічний аналіз психолого-педагогічної та філософської літератури), діагностичні (бесіди з дітьми, анкетування батьків і вихователів, бесіда з методистами і завідувачами ЗДО, вивчення продуктів дитячої діяльності, педагогічної документації, спостереження), педагогічний експеримент (констатуючий).

Теоретична значимість дослідження полягає в тому, внесено доповнення до поняття «здоровий спосіб життя», у змісті якого відображена об'єктивна залежність здоров'я як біосоціальної категорії від навколишнього соціального і природного середовища, націлює дитину на гармонійні відносини з навколишнім середовищем і активну взаємодію з нею; розроблена педагогічна технологія формування уявлень про здоровий спосіб життя у старших дошкільнят, розроблена діагностика сформоване уявлень про здоровий спосіб життя, змістовно представлені основні показники сформованості цих уявлень: повнота, усвідомленість, узагальненість, системність; теоретично обґрунтована модель взаємозв'язку суб'єктів виховно-освітнього процесу в процесі формування здорового способу життя у старших дошкільників в умовах ЗДО; представлені педагогічні умови реалізації розробленої технології, що включають: облік особливостей дітей старшого дошкільного віку; соціальний, біологічний та екологічний напрям-процес формування уявлень про здоровий спосіб життя, що визначає об'єднання як соціальних і біологічних, так і екологічних уявлень про здоровий спосіб життя.

Практична значимість полягає: в апробуванні педагогічної технології формування уявлень про здоровий спосіб життя у старших дошкільників, яка дає можливість формувати у дошкільнят усвідомлене ставлення до свого здоров'я і зрозуміти залежність здоров'я від способу життя і навколишнього соціально-екологічного середовища; у проектуванні та реалізації педагогічної

технології формування у старших дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя, яку доцільно реалізовувати в педагогічній практиці ЗДО як взаємопов'язані дії педагогів, батьків і дітей; у розробці та впровадженні в практику роботи ЗДО діагностичної методики визначення рівня сформованості у старших дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя.

Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновку, списку використаних джерел, додатків.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Генеза проблеми виховання здорової дитини у науковій літературі

Проблеми виховання здорової дитини здавна займали педагогічну думку. Перші системи виховання починають складатися вже в рабовласницьких державах Стародавнього Сходу, Греції та Риму, де зароджуються перші педагогічні теорії. Стародавні греки і римляни мали свій погляд на процес виховання здорових дітей і формування способу життя, відповідного державній політиці, було беззаперечним принципом виховання підростаючого покоління.

Метою спартанської державної системи виховання було готувати з дітей спартіатів воїнів, стійких і загартованих. Держава контролювала виховання дітей в сім'ї з моменту їх народження. Старійшини оглядали новонароджених і тільки здорових передавали назад батькові, хворі і слабкі знищувалися. Про життя і здоров'я залишених дітей дбали годувальниці – рабині, гартували їх, прищеплювали властиві спартіатам навички поведінки. Дітей не сповивали, росли неவிбагливими в їжі, привчали не боятися темряви, легко переносити голод, спрагу, незручності і труднощі. В Афінах вихованню і навчанню дітей також надавалося велике значення, проте афіняни, дотримувалися іншої точки зору, що відрізняється від спартанської. Вони прагнули до гармонійного поєднання розумового, морального, естетичного і фізичного розвитку.

Педагогіка розвивалася як частина єдиної тоді науки-філософії – і займала чільне місце в навчанні античних мислителів. Ідеї Демокріта про виховання мають важливе значення в історії педагогічної думки. Філософ вважав, «що становлення особистості людини залежить від його природи і виховання. Величезне значення він надавав середовищі і прикладу дорослих. Основоположник античної медицини Гіппократ зробив перше узагальнення на

накопичених знань про збереження здоров'я, написавши трактати» про здоровий спосіб життя«,» про повітрі, водах і місцевостях виклав спостереження і міркування про вплив ряду факторів зовнішнього середовища на здоров'я людини» (Давидов Г.Г., 1999).

Грецькі філософи Платон і Аристотель у своїх творах розвивали ідею Гіппократа про вплив навколишнього середовища на здоров'я людей і про вплив сімейного виховання на розвиток дітей.

Особливу увагу, на думку Аристотеля, слід приділяти вихованню в дошкільному віці. Філософ виділив три сторони виховання-фізичне, моральне і розумове. Він стверджував, що до семи років діти повинні виховуватися в сім'ї. Аристотель дав загальну характеристику дошкільного віку. До семи років, вважав він, треба в першу чергу розвивати організм дитини. На його думку, головне для маленьких-харчування, рух і загартовування.

Протягом багатовікової історії в Стародавньому Римі також збереглися традиції виховання дошкільнят в сім'ї, і характер домашнього виховання залежав від того, яке становище сім'я займає в суспільстві.

У середні століття існував інший погляд на виховання дітей. Феодальний лад відрізнявся невіглаством по відношенню до дитинства. Ідеологічним оплотом феодального ладу була католицька церква, яка пропагувала погляд на дитину як на істоту, від народження причетну до «первородного гріха», який слід перемагати шляхом виховання «в страху Божому».

На протипагу релігійним уявленням, право людини на радісне життя на землі було проголошено в XIV-XVI століття, що увійшли в історію під назвою епохи Відродження. В цей час в ідеях виховання стався серйозний переворот. Основним завданням педагогів-гуманістів було виховання здорових і життєдіяльних людей. Вони приділяли велику увагу фізичному і розумовому вихованню дітей, засуджували характерну для середньовіччя паличну дисципліну, закликали дбайливо і уважно підходити до дитини, поважати його як особистість. Однак проголошений гуманістами "культ людини", також, як і

раніше, поширювався тільки на представників соціальної верхівки суспільства.

Педагогічні ідеї ранніх соціалістів-утопістів зробили істотний вплив на подальше формування прогресивної педагогічної теорії і послужили початком розвитку ідеї природної рівності між людьми.

Видатний вчений, філософ епохи Відродження Я.А. Коменський був прихильником прогресу і гуманізму в освіті та вихованні дітей. Я.А. Коменським вважав, людину частиною природи і стверджував, що все в природі, включаючи і людини, підпорядковано єдиним і універсальним законам. У «Великій дидактиці» вчений розкрив принцип природовідповідності у вихованні, виходячи з визнання природної рівності людей, того, що люди наділені однаковою природою і однаково потребують розумовому і моральному розвитку.

Висуваючи принцип природовідповідності Я.А.Коменський мав на увазі «необхідність відповідності виховання і навчання дитини як законам природи навколишнього, так і законам природи самої дитини, що є частиною навколишньої природи. Освіта людини, на його думку, з найбільшою користю відбувається саме в ранньому віці, оскільки природа всіх народжуються істот така, що вони є гнучкими і найлегше приймають форму, поки знаходяться в ніжному віці. У «материнській школі» Я. А. Коменський підкреслював особливу важливість перших шести років життя дитини для освіти його в розумінні речей, в звичаях, чеснотах, благочесті, тим самим вказуючи на значимість дошкільного віку у формуванні способу життя людини. Підкреслюючи важливість продуманого «правильного виховання» дитини, педагог попереджав про небезпеку «неправильного виховання», оскільки відвикнути від засвоєного в ранньому віці згодом буде надзвичайно важко або неможливо» (Я.А.Коменський, 1989).

Послідовником Я.А. Коменського був Жан-Жак Руссо, який у своєму міркуванні про походження і підставах нерівності між людьми доводив, що людина створена природою на засадах дивовижної гармонії, але суспільство

зруйнувало цю гармонію і принесло йому нещастя. Він вважав, що на дитину впливають три фактори виховання: природа, люди і суспільство. Природа розвиває здібності і почуття люди вчать, як ними користуватися; суспільство збагачує досвід (Я.А. Коменського, 1989).

У працях вченого простежується ідея об'єднання природних і соціальних факторів у вихованні, що на його думку має забезпечити природний розвиток дитини і сприяти самовдосконаленню. Жан-Жак Руссо під природним вихованням розумів природовідповідності виховання, яке враховує схильності і потреби дитини, а внутрішньою мотивацією цього процесу стає прагнення дитини до самовдосконалення. Під самовдосконаленням людини Ж.- Ж. Руссо мав на увазі не тільки вдосконалення духу і почуттів, а й фізичний розвиток, якому відводив особливе місце у вихованні дитини. Будучи противником заниження дітей, педагог закликав до їх загартовування «...проти негоди, кліматів, стихій» (Жан-Жак Руссо, 1986).

Одним із засобів гармонізації відносин людини з природою і соціальним оточенням, Ж.-Ж. Руссо «вважав фізичне виховання, яке також сприяє подоланню згубних нахилів, формуванню моральної чистоти і вдосконалення всього організму» (Жан-Жак Руссо, 1986)..

Важливість соціального чинника у вихованні дитини розкривається в працях англійського філософа, просвітителя і педагога Джона Локка. Він вважав, що діти від природи народжуються зі «злагодженою» конституцією як фізично, так і духовної, і потребують лише невеликої допомоги з боку дорослих, педагогів. Завдяки вихованню вони стають добрими або злими, корисними або марними, що і створює в подальшому між ними відмінності (Джона Локка, 1986).

У роботах філософа простежується думка про те, що головними виховними засобами є приклад, середовище і оточення дитини. Особливо важливо, підкреслював вчений, виховання у дітей з самого раннього віку стійких позитивних звичок. Головне місце у вихованні дитини педагог відводив наявності у них фізичного здоров'я, пояснюючи це тим що людині

потрібна міцна конституція, щоб переносити позбавлення і втому. Вчений звертався не до лікарів, які лікують хворих дітей, а до батьків, які без допомоги медицини повинні зробити все від них залежне, для оберігання і зміцнення Конституції своїх дітей, а також вказав на основні компоненти фізичного розвитку: загартовування, звичка, харчування, Гігієна.

І. Г. Песталоцці розвинув ідею Я.А. Коменського і Ж.-Ж Руссо про природо-кмітливості виховання. З його ім'ям пов'язано подолання натуралістичної трактування принципу природовідповідності, прагнення побудувати навчання відповідно до специфічних потреб, інтересів і почуттів дитини з метою розвитку його мислення. Вчений бачив в людині «сутнісні» сили, які успішно розвиваються лише в умовах, максимально наближених до природи. Велику роль у формуванні здоров'я дітей І.Г. Песталоцці відводив фізичному вихованню. Він стверджував, що цінність фізичного виховання полягає в розвитку всіх природних фізичних задатків дитини, у виробленні у нього відповідних умінь і навичок і забезпеченні загального підйому його фізичних сил. Вчений справедливо вказував, що фізичне виховання сприяє формуванню людської особистості, розвитку його розуму, моральних почуттів і вольових якостей. Для повноцінного фізичного розвитку дитини, вважав педагог, необхідні рухливі ігри, оскільки в них проявляються фізичні сили дитини і природне прагнення до рухів (І.Г. Песталоцці, 1965).

Ф.В. А. Дістерверг у своїх працях також настійно радив прислухатися до голосу природи, слідувати точно по вказаному нею шляху (Ф.В. А. Дістерверг, 1965).

Таким чином, висуваючи принцип природовідповідності виховання, великі педагоги Я.А. Коменський, Ж.-Ж. Руссо, Д. Локк, І. Г. Песталоцці, Ф. В. А. Дістерверг, підкреслювали педагогічну цінність природи у вихованні підростаючого покоління і її значення для зміцнення здоров'я дітей.

З середини XVIII століття питання здоров'я дітей починають займати особливе місце у вітчизняній медицині і педагогіці. Українські вчені і

громадські діячі приймають важливі рішення з охорони дитячого здоров'я, роблять спроби модернізації системи освіти.

На значення охорони здоров'я дітей звернув увагу М.В. Ломоносов і висунув проблему здоров'я в ранг державної. Він першим висловився за скасування примусових шлюбів серед кріпаків і звернув увагу на необхідність вакцинацій дітей, щоб уникнути інфекційних епідемій і з метою викорінення інфекційних хвороб.

Педагоги минулого століття почали активно шукати способи збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління. Так, для профілактики і лікування багатьох хворий М.І.Покровська став широко використовувати дитячі ігри. Рухливі ігри він розглядав як важливий засіб загального, фізичного і розумового розвитку і виховання дітей. Використовуючи ігри для розвитку і виховання дітей М.І.Покровська прийшов до наступного висновку: 1) гра не спеціальна форма діяльності, а вираження потреби організму до діяльності; 2) гра сприяє розвитку і зміцненню фізичних і духовних сил і є підготовчою школою для практичної діяльності; 3) іграми можна користуватися з найбільшим успіхом в педагогіці для досягнення найрізноманітніших завдань (М.І.Покровська, 1901).

Важливу роль сімейного виховання в перші сім років життя дитини відзначав П. Ф. Лесгафт. «Особливу увагу він приділяв освіті жінок. Вчений підкреслював першорядну роль матері у вихованні дітей дошкільного віку та її ставлення до нього. Вказував на її спостережливість і науковий розвиток як необхідну умову при вихованні дітей. Педагог стверджував, що чим більше вона знає сама, тим більше передасть своїх знань дітям» (П. Ф. Лесгафт, 1988).

У фізичному і духовному розвитку дитини П.Ф. Лесгафт «надавав вирішальне значення середовищі, впливу на дитину оточуючих людей і вихованню. Справедливо називав дошкільника «дзеркалом середовища». Педагог вважав спосіб життя сім'ї – основою формування здоров'я дитини і в своїх працях розглядав різні види діяльності дітей, що формують у них уявлення про спосіб життя. Так, особливу роль в сімейному вихованні П. Ф.

Лесгафт відводив ігор і різноманітним видам дитячої самодіяльності. Гра розглядається ним як вправа, за допомогою якого дитину готують до життя. Він зазначав, що в дошкільному віці ігри є імітаційними. Діти повторюють в своїх іграх те, що їм вдається помічати в навколишньому їх середовищі. За допомогою ігор дитина привчається до таких дій, які стають підставою для придбання їм певних навичок, звичок і звичаїв» (П. Ф. Лесгафт, 1988).

Тема гармонії людини і навколишнього середовища знайшла своє відображення в творах Л.Н.Толстого він вважав, «що дитячий вік є першовідкривачем, тому виховання дитини має відбуватися на «лоні природи», що дасть дитині можливість розкритися, гармонійно розвернутися всьому тому, що в ньому закладено від природи» (Л.Н.Толстого, 2000).

Закликаючи педагогів розширити спілкування дитини з природою, К.Д. Ушинський «вказував на те, що виховний вплив природи мало оцінено в педагогіці, оскільки раннє спілкування дітей з природою, на його думку, допоможе виробити і виховати в їх свідомості правильні погляди на неї, оцінити її сучасний екологічний стан і взаємини людини з навколишнім середовищем. К. Д. Ушинський важливе значення в справі зміцнення здоров'я дітей відводив фізичній праці. У роботі праця у його психічному і виховному значенні вказує на те, що фізична праця необхідний для підтримки в тілі людини фізичних сил, здоров'я і здібностей, а розумова праця для розвитку сил і здоров'я, нормального стану людського тіла. Виховання і вчення повинні становити головний інтерес в житті людини, але при цьому він повинен бути оточений сприятливою сферою» (К. Д. Ушинський, 1945).

Актуальні і для нашого часу думки про охорону психічного здоров'я дитини висловлювала Є.Н. Водовозова. Вона писала, «що тільки коли нервова система дитини знаходиться в досконалому порядку, може бути поставлено фізичне, моральне, розумове виховання і досягнуті успішні результати. В даний час діти страждають найрізноманітнішими формами нервових і душевних розладів. Вихід з цього Положення педагог бачила в необхідності

розширювати область прихильностей дітей, порушувати інтерес до природи і до людей» (Є.Н. Водовозова, 1913).

Здоров'я і щастя людини, на її думку, залежить від трьох головних причин: від нормальної організації, від сприятливих соціальних умов, серед яких живе людина, і від правильного виховання.

Розглядаючи питання виховання дітей в умовах дошкільного закладу Є.І. Тихеева підкреслювала, що дітей слід вчити, рости серед природи і за посередництвом природи. Вона зазначала, що це розуміють всі, але здійснити це важко і необхідно викручуватися в тому, щоб наблизити природу до дітей серед нещадних умов міського існування (Є.І. Тихеева). Розмірковуючи про роль природи у вихованні дитини, В.О. Сухомлинський «особливо виділяв моральний аспект. Він зазначав, що вчителі мають справу з «найтоншим», «самим чуйним», що є в природі, з мозком дитини, а природа мозку дитини вимагає, щоб розум його виховувався у джерела думки – серед наочних зразків, і перш за все серед природи» (В.О. Сухомлинський, 1980).

Особливу увагу В.А. Сухомлинський відводив ролі батьків у справі виховання дітей. За його точним зауваженням, якими б прекрасними не були наші дошкільні установи, найголовнішими педагогами, що формують розум, думки малюків, є мати і батько. Сімейний колектив, де дитину вводять в світ зрілості і мудрості старших, це така основа дитячого мислення, яку не зможе замінити в цьому віці ніхто (В.А. Сухомлинський, 1980).

Таким чином, розглянувши педагогічні ідеї систем виховання з часів рабовласницьких держав Стародавнього Сходу, Греції, Риму, аналізуючи ідеологічні погляди феодального ладу, думки педагогів епохи Відродження в період прогресу і гуманізму освіти, єдиної і постійно вдосконалюється залишається ідея виховання здорової дитини в союзі з природою і під впливом навколишнього природного середовища і суспільства. Вчені, педагоги та громадські діячі також розкривали ідею виховання дитини в гармонії з природою. Вони поклали початок розвитку проблеми взаємин людини з навколишнім середовищем, відкрили шлях теорії виховання у свідомості дітей

правильних поглядів на природу і вміння оцінювати її екологічний стан. Внесли великий внесок у розвиток теорії сімейного виховання, впливу способу життя сім'ї на формування здоров'я дітей.

Сучасні соціально-екологічні перетворення в суспільстві і пов'язані з ними зміни в системі освіти сформували цивілізований запит на виховання здорової і духовно-розвиненої особистості, до освоєння загальнолюдських цінностей. Аналіз літератури показує, що дитина-дошкільник найближче стоїть до природи. Зв'язок людини з зовнішньою природою найбільш тісний і міцний саме на цьому віковому етапі.

Здорова людина є творцем будь-якого суспільства, володіє енергоперетворюючим потенціалом, являє собою джерело радості, інтелектуальної і фізичної працездатності. Кожна людина, з'являючись на світ, володіє природним потенціалом здоров'я, який реалізується в онтогенезі. Однак, яким би сприятливим не був генетичний код індивіда, в процесі свого розвитку людина постійно взаємодіє з середовищем, яка може сприяти як розвитку і вдосконалення наявних задатків, так і їх пригнічення, перетворення, що викликає негативні наслідки.

Теоретичний аналіз педагогічної спадщини минулого дає можливість стверджувати, що питання виховання здорових дітей хвилювали вчених і педагогів, а принцип природовідповідності є історично сформованою основою виховання дитини в гармонії з природою. Опора на цей принцип не тільки передбачає важливість обліку в процесі виховання і навчання природи самої дитини, а й показує значимість зовнішньої природи в цьому процесі, підводить до осмислення важливості культури взаємин людини і природи в справі виховання здорового способу життя у дітей.

1.2. Обґрунтування можливості формування у дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя

У залученні до здорового способу життя дошкільнята є найбільш перспективною віковою категорією. У дитинстві відбуваються засвоєння основних обсягів інформації, формування уявлень, вироблення фундаментальних життєвих стереотипів. Діти старшого дошкільного віку свідомо ставляться до засвоєння знань на заняттях, вміють підчиняти свої дії поставленим перед ними завданням. Мислення у дітей дошкільного віку носить переважно наочно-подібний характер і відрізняється великою сприйнятливістю. Сприйняття, за своїми психологічними характеристиками наближається до рівня дорослої людини (дослідження Л.С. Виготського, П. Я. Гальперіна, В. В. Давидова, Д. Е. Ельконіна).

Система знань в процесі засвоєння дітьми може бути в формі представлень. Поняття «уявлення» багатоаспектне, тому в науковій літературі воно не отримало єдиного тлумачення.

Філософський енциклопедичний словник дає нам таке визначення: «уявлення» це предмет мислення, почуття, хвилювання, фантазії або мріання, коли він цілком є наочним, коли індивіду вдається як би поставити його перед собою як щось сприймається.

В.В. Давидов розглядає «уявлення» як наочний образ предмета або явища, що виникає на основі минулого досвіду шляхом його відтворення в пам'яті або уяві (В.В. Давидов, 1999).

Визначення сутності поняття «уявлення» необхідно почати з розгляду природи формування уявлень і послідовності відображення навколишньої дійсності. Відчуття, сприйняття і виникають на їх основі уявлення відносяться до першого ступеня відображення навколишньої дійсності. Етапи відображення навколишньої дійсності можна представити в такій послідовності: відчуття – сприйняття – уявлення – знання.

Природу формування уявлень І.Ф. Мягков «розкриває наступним чином. Процес пізнання дитиною навколишнього світу починається з відчуття, яке є процесом відображення людиною окремих властивостей предметів і явищ об'єктивної дійсності, безпосередньо впливає на його органи чуття. Цілісне відображення предметів і явищ об'єктивної дійсності здійснюється в процесі сприйняття. Сприйняття є сукупністю відчуттів, за допомогою сприйняття відтворюються конкретні образи предметів і явищ. У процесі сприйняття реальність, що діє в даний момент, синтезується як в окремих своїх частинах, так і з образами минулого. Образи, що створилися в результаті сприйняття з певною вибірковістю в подальшому можуть бути жвавими в свідомості. Результат поживлення образів, сприйнятих раніше називається поданням. На відміну від сприйняття, уявлення носять більш узагальнений характер. Уявлення завжди індивідуальні і багато в чому залежать від особливостей особистості, її установок і минулого досвіду людини (І.Ф. Мягков, 2002).

Таким чином, відчуття, сприйняття і уявлення – це наступні стадії пізнання людиною навколишнього світу і є початковою формою знання. Крім того, вони виконують інтегруючу функцію: відомості з декількох суміжних областей знання стають результатом конкретного уявлення. Оволодіння уявленнями дозволяє дошкільнику встановлювати зв'язки і залежності між об'єктами і явищами навколишнього світу.

Саме дошкільний вік, як наголошується в дослідженнях фізіологів, психологів, педагогів є тим етапом в житті, на якому закладаються основи розумового, морального, фізичного розвитку людини, формується здоров'я, складається стереотип способу життя.

Ефективність формування уявлень у дітей дошкільного віку, на думку Е. Н. Вайнер, «представляється більш високою в зв'язку з тим, що існуючі в цьому віці життєві установки ще недостатньо міцні, а нервова система більш пластична» (Е. Н. Вайнер, 1998).

У цей період дитинства дитина надзвичайно сенситивний. У старшому дошкільному віці, як вказують йде процес цілеспрямованого формування

знань, почуттів, оцінок, переживань, розвиток здібностей та інтересів. Все вищесказане свідчить про те, що формувати уявлення про здоровий спосіб життя у дітей необхідно починати саме на цьому етапі дошкільного дитинства.

Розробляючи теорію засвоєння знань, вчені оголюють конкретний зміст психічних процесів, що лежать в основі розумових операцій, створюють міцний фундамент для проведення в життя ідеї взаємопов'язаності різних областей знань.

Фахівці виділяють у розвитку людини ряд вікових груп, кожен з яких представляє якісно особливий етап психічного розвитку і характеризується безліччю змін, що становлять в сукупності своєрідність структури особистості дитини на даному етапі його розвитку.

Так, діти старшого дошкільного віку, як зазначає А.В. Запорожець, «вже не обмежуються пізнанням окремих конкретних фактів, а прагнуть проникнути в суть речей, зрозуміти зв'язок явищ. У віці 5-7 років відбувається перехід до мислення загальними уявленнями, розвивається здатність порівнювати предмети за поданням, об'єднувати їх за подібними ознаками, оформляти свої думки словесно, виробляти певні судження. З'являється здатність до логічного мислення» (А.В. Запорожець, 1986).

Згідно з матеріалами дослідження найбільш складні лобові області дозрівають остаточно до 6-7-річного віку. У цих відділах мозку спостерігається бурхливий розвиток асоціативних зон, в яких формуються мозкові процеси визначають прояви найскладніших інтелектуальних дій. У дітей 5-7 років нервові процеси мають велику силу і рухливість в порівнянні з попереднім віковим періодом. У зв'язку з цим новий характер набувають пізнавальні інтереси. Більшість дітей свідомо ставляться до засвоєння знань на заняттях, вміють підпорядковувати свої дії певним завданням.

Важливу роль у виявленні процесів формування знань зіграло вчення відомих фізіологів І.М. Сеченова і І. П. Павлова про закономірності функціонування вищої нервової діяльності. Вони довели, що в основі чуттєвої раціональної форми відображення людиною об'єктивної реальності лежать

тимчасові нервові зв'язки, що виникають в корі великих півкуль під безпосереднім впливом предмета дійсності або словесних подразників на органи чуття. Умовні рефлекс (або тимчасові нервові явища) І.П. Павлов визначав як явище одночасно і фізіологічне, і психічне. Освіта найелементарніших асоціацій – це «момент народження думки», початок знань, а, отже, і уявлень. Тому, утворення тимчасових зв'язків («асоціацій») і є придбання нових уявлень» (І. П. Павлова.1951)

Спираючись у своїй теорії на праці І.М. Сеченова і І. П. Павлова, Ю.А. Самарін доводить, що «всьяке знання є асоціація або фізіологічно тимчасовий зв'язок система знань – це система асоціацій або тимчасових зв'язків» (І. П. Павлова.1951).

Взаємозв'язок різних освітніх областей надає можливості динамічного засвоєння знань. Знову засвоєні знання завжди включаються в уже наявні. При цьому вони не тільки утворюють ланцюг асоціацій, але одночасно і змінюються, співвідносячись зі знанням з різних областей. Знання, таким чином, утворюють ієрархічні структури і взаємодіють між собою. При засвоєнні знань відбувається процес уподібнення знову сприйнятих факторів вже наявним, в результаті змінюються або нові, або вже наявні. В якому напрямку здійсниться асиміляція сприйманих знань залежить, в першу чергу, не від об'єктивного змісту засвоюваного матеріалу, а, головним чином, від умов, в яких відбувається засвоєння, від тих видів діяльності, в яких він купується або застосовується, від того сенсу, який він має для даної людини.

Таким чином, процеси засвоєння дошкільнятами уявлень про спосіб життя людини можуть мати місце в рамках вже сформованої системи, як на прикладі вже наявних уявлень у своїй сім'ї, і при спеціально-організованому навчанні в дошкільному закладі. Взаємозв'язок всіх суб'єктів виховно-освітнього процесу дозволить підвищити ефективність засвоєння дітьми уявлень про здоровий спосіб життя.

Психологами (А.В. Запорожець,1986) доведено, що на рівні міжпредметних асоціацій формуються загальні поняття. Найбільш високим

ступенем оволодіння поняттями відзначається засвоєння дитиною його змісту і вміння оперувати їм (А.В. Запорожець, 1986).

Виникають закономірні питання: чи можливий на етапі дошкільного дитинства даний рівень оволодіння поняттями? Чи правомірна опора на міжпредметні асоціації в процесі оволодіння дошкільнятами загальних понять?

Як відомо, «поняття – це узагальнене відображення цілої групи однородних предметів, явищ, що мають загальні істотні ознаки, а процес оволодіння ними передбачає логічне мислення» (А.А. Люблінська, 1971).

Розглядаючи розвиток мислення як функцію віку, деякі зарубіжні психологи вважають, що мислення дошкільника за природою алогічно, фантастично. Зокрема, А.Валлон, Ж.Піаже та ін. стверджують, що «діти дошкільного віку нездатні до логічного мислення, спираючись на «безглуздість», алогічність дитячих суджень. Проте дослідження вітчизняних вчених (П.П. Блонський, А.В. Запорожець А.А. Люблінська та ін.) довели, що конкретна образність мислення дошкільника аж ніяк не виключає деяких форм, узагальнень» (А.А. Люблінська, 1971).

Так, А.А. Люблінська зазначає, «що здатність узагальнювати, порівнювати, робити висновки вимагає володіння не стільки окремою операцією, скільки загальним способом розумової діяльності. Розумовий процес включає три обов'язкових ланки: синтез I – Первинний (сприйняття задачі як цілого), аналіз (дроблення задачі на частини, виділення умов, даних), синтез II – вторинний (рішення, нове розуміння задачі)» (А.А. Люблінська, 1971).

Розумовий процес дошкільника, як вказує А.А. Люблінська, «рухається від синтезу I до синтезу II. Аналіз-істотна Ланка мислення – зводиться у дошкільнят до виокремлення якогось однієї ознаки предмета або умови. Відштовхуючись від одиничного, яскравого елемента, дитина-дошкільник легко встановлює шукані зв'язку. Очевидно, що з опорою на дане положення

необхідно будувати весь процес навчання дітей дошкільного віку» (А.А. Люблінська, 1971).

Цілеспрямоване навчання старших дошкільнят, що передбачає формування вміння спостерігати, робити висновки, дозволяє розвивати логічне мислення. Діти вчаться шукати і встановлювати найбільш істотні ознаки в предметах і явищах, знаходити істотні залежності, зв'язки між ними, у них швидко розвивається справді логічні форми мислення, удосконалюються окремі розумові операції – порівняння, класифікація, узагальнення, і хід розумового процесу в цілому (А.А. Люблінська, 1971).

1.3. Сутнісна характеристика формування уявлень про здоровий спосіб життя

Загальновизнано, що оптимальний стан здоров'я і повноцінний фізичний розвиток дитини – це основа формування особистості. У зв'язку з цим в останні роки спостерігається величезний інтерес до проблеми здоров'я дітей, що підтверджується великою кількістю досліджень провідних. Здоров'я дітей дошкільного віку з кожним роком набуває тенденцію до погіршення.

У зв'язку з цим особливої актуальності набуває проблема формування у дітей потреби в здоровому способі життя.

Проблемою виховання здорового способу життя у дітей дошкільного віку в даний час займаються вчені з різних галузей знань: медицини і фізіології, психології, соціології, екології та педагогіки. Здоров'я, на думку ряду авторів (Н.М. Амосов, І.А. Аршавський, Ю.П. Лісичин і ін.). Категорія біосоціальна, бо з одного боку: фізичне благополуччя можливо тільки тоді, коли функції органів і систем людського організму врівноважені із зовнішнім середовищем, тобто організм пристосувався до певних її проявів, а з іншого боку: навколишнє середовище для людини – це не тільки природа, це і соціальне середовище (Н.М. Амосов, 1979).

У дослідженнях Н.М. Амосова доведено, що здоров'я людини більш ніж на 50% залежить від способу життя, на 20-25% – від навколишнього середовища і на стільки ж від спадковості і системи охорони здоров'я. Отже, здоров'я дітей, що формується під впливом ряду факторів, багато в чому детерміновано соціальними факторами. Ця закономірність відзначена вченими і в трактуванні поняття «здоров'я». І хоча в сучасній вітчизняній і зарубіжній літературі немає загальноприйнятого визначення здоров'я, в його основі лежить визначення, затверджене Всесвітньою організацією охорони здоров'я, згідно з яким здоров'я – це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад (Н.М. Амосов, 1979).

Отже, поняття «здоров'я» потрібно розглядати в єдності зі здатністю людини пристосовуватися до впливу навколишнього середовища.

Розглядаючи «здоров'я» з точки зору його наукового змісту і ціннісного сенсу А.Я. Іванюшкін, Є.М. Казін визначають 3 рівня опису цієї цінності.

Біологічний, соматичний – початкове здоров'я передбачає совершенство саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів і як наслідок максимум адаптації.

Соціальний-здоров'я є мірою соціальної активності, діяльного ставлення людського індивіда до світу.

Особистісний, психологічний-здоров'я є не відсутність хвороби, але швидше заперечення її, в сенсі подолання (здоров'я – не тільки стан організму, але і стратегія життя людини).

В.І. Бондін, А. П. Лаптев, Ю. П. Лісіцин «виділяють компоненти «здоров'я» з точки зору адаптації. Таким чином, поняття «здоров'я» визначає можливості виконання основних функцій людини, як живої системи, в основі якої лежать фізичне і духовне, природне і соціальне, спадкове і набуте начала.

Розглядаючи "здоров'я» з точки зору ціннісного сенсу і з точки зору адаптації автори формулюють поняття здоров'я як динамічну рівновагу організму з навколишнім середовищем, що характеризує біосоціальну

адаптацію і гармонійний психосоматичний стан організму, при якому всі біологічні та соціальні можливості людини проявляються найбільш тісно, а всі життєво важливі підсистеми організму функціонують з максимально можливою інтенсивністю і віддачею» (Ю. П. Лісін, 1988).

Слід зазначити, що біологічне, на думку П.Ю. Гальперіна, – це не просто організм, а організм з певними формами ставлення до зовнішнього середовища, з певними формами зовнішнього життя і, звичайно, поведінки. Людський розвиток йде на основі потреб, які виховуються суспільними відносинами. Самі потреби, на основі яких відбувається розвиток людини, носять суспільний характер» (П.Ю. Гальперіна, 1985).

Отже, сама природа людини, його біологічне і органічне начало, не зумовлюють весь потенціал здоров'я. Тому можна стверджувати, що здоров'я людини Категорія Еко-Біо-соціальна. Отже, соціальні фактори, постійно впливають на людину, багато в чому обумовлюють стан його здоров'я.

Так, В. П. Озеров виділяє наступні фактори, що впливають:

- «на фізичне здоров'я (система харчування, дихання, фізичних навантажень, загартовування, гігієнічні процедури);
- на психічне здоров'я (системи відносин людини до себе, інших людей, життя в цілому; його життєві цілі, особистісні особливості);
- на соціальне здоров'я, яке залежить від відповідності особистісного і професійного самовизначення, задоволеності соціальним статусом, гнучкості життєвих стратегій відповідно соціокультурної ситуацією (змінюю економічних, соціальних і психологічних умов)».

Розвиток вчення про здоров'я людини показав тісний зв'язок і змістовну близькість понять «здоров'я» і «спосіб життя».

Під способом життя більшістю вчених розуміється стійкий в певних суспільно-економічних умовах спосіб життєдіяльності людей, що виявляється в нормах спілкування, поведінки, мислення.

Поняття «спосіб життя» Є.Н. Вайнер визначає як спосіб життєдіяльності людини, якого він дотримується в повсякденному житті в силу соціальних,

культурних, матеріальних і професійних обставин. Людина, спираючись на освоєні ним знання, і життєві установки сам організовує свій спосіб життя з урахуванням її умов, тобто Е. Н.Вайнер поняття «спосіб життя» розглядає як індивідуальний прояв життєдіяльності кожної людини в певних соціальних умовах. Свій відбиток на спосіб життя людини накладає і подвійність природи людини: біологічної та соціальної. В способі життя людини проявляється боротьба між біологічним (бажанням отримати задоволення) і соціальним (розумом, мораллю). Залежно від переважання тих чи інших тенденцій людина організовує свій індивідуальний спосіб життя» (Є.Н. Вайнер, 1998).

Отже, спосіб життя-біосоціальна категорія, що інтегрує уявлення про певний тип життєдіяльності людини і характеризуються його трудовою діяльністю, побутом, формою задоволення матеріальних і духовних потреб, правилами індивідуального і суспільної поведінки.

Тип життєдіяльності багато в чому обумовлений його життєвим середовищем, яка включає в себе досить широкий спектр параметрів, що впливають на розвиток і функціонування людини. Вона включає в себе специфічне фізичне оточення, в якому живе конкретний індивід, будь то сільська місцевість або міські умови, велике чи маленьке місто і нарешті, чи живе даний індивід у власному будинку або в маленькій кімнаті, чи живе постійно і на одному місці, або переїжджає. Все це не може не позначатися на його індивідуальному вигляді, на складі думок, стилі життя. Загальновідомо, що велику роль в становленні способу життя відіграє і найближче соціальне оточення (сім'я, виховно-освітні установи) у формуванні індивідуальних особливостей людини, його способу життя. Всі перераховані фактори навколишнього середовища мають значення для формування здорового способу життя дитини. Тому, закономірною слід вважати індивідуальну адресність способу життя, яка повинна включати, в якості основи вищевказані фактори, а також екологічні та регіональні.

У поняття «спосіб життя» Ю. П. Лісіцин включає 4 категорії:

- «економічну-рівень життя (ступінь задоволення матеріальних, духовних і культурних потреб людини);
- соціальну якість життя (ступінь комфорту в задоволенні людських потреб);
- соціально-психологічну-стиль життя (поведінкові особливості життя людини, тобто певний стандарт, під яким підлаштовується психологія і психофізіологія особистості);
- соціально-економічну уклад життя (порядок суспільного життя, побуту, культури, в рамках якого здійснюється життєдіяльність індивіда)» (Ю. П. Лісіцин, 1988).

Всі ці категорії в більшій чи меншій мірі впливають на спосіб життя людини.

На думку Ю. П. Лісіцина, при рівних перших двох категоріях здоров'я людей в дуже великій мірі залежить від стилю і укладу життя, які обумовлені історичними традиціями, закріпленими у свідомості людей. Стиль життя має персоніфікований характер і визначається особистими нахилами. Стиль життя, поведінка людини, в першу чергу визначається його вихованням і проявляється в різноманітності індивідуальних образів життя (Ю. П. Лісіцин, 1988).

Важливе місце у вихідних посилках повинні займати особистісно-мотиваційні якості даної людини, його життєві стереотипи, тобто загальна спрямованість особистості, за визначенням Ф.Н. Гоноболіна характеризується наявністю мети, прагнення, мотиву, які виникають на основі потреб, інтересів, переконань. Ця спрямованість спонукає людину бути активним, діяльним і проявляти певне ставлення до навколишнього світу. Особистісно-мотиваційна установка людини на втілення своїх біологічних, соціальних, фізичних, інтелектуальних і психологічних особливостей і можливостей лежить в основі формування здорового способу життя (Ф.Н. Гоноболіна, 1973).

Найбільш повно взаємозв'язок між способом життя і здоров'ям виражається в понятті «здоровий спосіб життя».

Під здоровим способом життя Ю.П. Лісіцин «розуміє типові форми і способи повсякденної життєдіяльності людини, які зміцнюють і вдосконалюють резервні можливості організму, забезпечуючи тим самим успішне виконання своїх соціальних і професійних функцій! (Ю. П. Лісіцин, 1988).

Здоровий спосіб життя – активна діяльність, спрямована, в першу чергу на формування, збереження, зміцнення здоров'я і повноцінне виконання людиною його соціальних і біологічних функцій.

На основі вищевикладеного ми внесли доповнення в поняття «здоровий спосіб життя». На нашу думку, здоровий спосіб життя можна охарактеризувати як активну діяльність, спрямовану на збереження і зміцнення здоров'я, яка здійснюється з урахуванням соціальних і природних умов навколишнього середовища і передбачає гармонійні взаємини з навколишнім середовищем і активне ставлення до свого здоров'я.

Дошкільний вік є важливим періодом у розвитку людини, оскільки в цей час діти входять в суспільне життя в сім'ї і поза сім'єю, стверджують себе як члени суспільства. Перехід дитини в систему суспільного виховання супроводжується посиленням впливу соціальних інститутів на його розвиток і формування способу життя.

У зв'язку з цим роботу по формуванню у дітей потреби в здоровому способі життя, на нашу думку, необхідно вести з еко-біосоціальною спрямованістю, оскільки саме формування здоров'я, що є біосоціальною категорією, процес, регульований рядом факторів: основні з них – спосіб життя людини, тобто соціальний компонент, і стан навколишнього екологічного середовища – екологічний компонент.

Відсутність будь-якого компонента в роботі з дітьми призведе до деформації уявлень про здоровий спосіб життя і саме здоров'я дітей.

Розробки теоретичних основ формування здорового способу життя в сучасних дослідженнях висвітлюються в декількох напрямках.

Першим напрямком є питання впливу на здоров'я дітей соціальних умов.

Формування здорового способу життя багато в чому обумовлено процесом соціалізації індивіда. Розвиток і соціалізація індивіда відбувається в певному навколишньому середовищі, яка є важливим фактором регуляції його поведінки.

Таким чином, розглядаючи моделі соціальних систем стає очевидним, що формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя – процес досить складний і суперечливий, на нього впливають фактори розвитку держави і громадська думка, технологія виховно-освітнього процесу, особистість педагогів, які працюють з дітьми, а також стан і орієнтація сімейного виховання. Останнє-невід'ємна частина цілісної системи формування усвідомленого ставлення до здорового способу життя у дошкільнят і яким би повним і глибоким воно не було в рамках дошкільного закладу, воно ніколи не стане повноцінним без допомоги батьків, без їх активної участі в цьому процесі.

Сімейне середовище надає велику роль в становленні у дитини здорового способу життя. Визначаючи значення життєвого середовища в розвитку дитини, Г.А. Ковальов зазначає, що під поняттям «сімейне середовище» мають на увазі досить широкий клас явищ. Це і фізична структура, і розмір житлового простору, і специфіка організації соціального простору, характеризує особливості взаємин членів сім'ї. При цьому сімейне середовище-надзвичайно динамічна система, яка змінюється під впливом суспільної системи (Г.А. Ковальов, 1993).

Повертаючись до витоків виникнення і розвитку систем виховання слід зазначити, що протягом всієї історії розвитку людства осередком виховання дитини дошкільника були і залишаються сім'я і дошкільний заклад. Сутність їх досить ясна, так як саме через сім'ю і дошкільний навчальний заклад діти входять в суспільство. Сім'ї відведена найважливіша соціальна функція-виховання і розвиток дітей. Первинні і фундаментальні основи моральності, психічного і якщо ці основи не закладені в сім'ї, то подолати це відставання не вдається.

Виховний потенціал сім'ї включає в себе не тільки її можливості в сфері духовно-практичної діяльності батьків, спрямованої на формування у дітей певних якостей, а й ті, які закладає сімейна мікросередовище, спосіб життя сім'ї в цілому.

Прихильником сімейного виховання був Л.Н.Толстой, «а головною умовою початкового сімейного виховання дітей педагог вважав здоровий сімейний уклад, під яким мав на увазі згоду батьків, взаємну повагу між ними, єдиний підхід їх до дітей і справі виховання, зразкову поведінку батька і матері, постійне моральне вдосконалення, тісне спілкування батьків з дітьми, охорону і зміцнення здоров'я дітей» (Л.Н.Толстой, 2000).

В сучасних умовах здоров'я дитини виступає критерієм ставлення сім'ї до процесу виховання. Погоджуючись з цим твердженням, слід зазначити, що здоров'я дитини з народження визначається не тільки станом здоров'я його органів і систем, а й тим мікрокліматом сім'ї і соціального оточення, в якому живе і розвивається людина. Від правильного підходу до вдосконалення людського організму з моменту народження, від способу життя сім'ї в подальшому залежить його здоров'я в зрілому віці.

У дитинстві формуються багато елементів здорової поведінки дитини. Отже, вплив на його спосіб життя надає в першу чергу сім'я.

На всіх етапах свого життя людина повинна перебувати в здоров'ї сохрanyaющей середовищі, де на перше місце В.П. Петленко «ставить місто (село), сім'ю, дитячий сад, школу. На його думку, сім'я спільно з педагогічним персоналом дошкільного закладу повинні не тільки виховати дитину як особистість, а й сформувані у нього правильне ставлення до свого здоров'я, націлювати на здоровий спосіб життя» (В.П. Петленко, 1996).

Виховання дітей в сучасному суспільстві реалізується в умовах економічної кризи, який в свою чергу викликало соціальне розшарування суспільства, зниження життєвого рівня та інші негативні тенденції. Ці зміни негативно позначилися на сім'ї, на способі життя, на стані сімейного виховання, і як наслідок – на здоров'ї дітей.

Роль сім'ї у формуванні здоров'я дитини важко переоцінити. Сім'я є соціально-демографічною одиницею, що концентрує в собі дію біологічних і соціальних факторів.

Несприятливі соціальні та екологічні умови, зниження якості та доступності медичної допомоги призвели до погіршення здоров'я підростаючого покоління. Фактори, що формують хронічну патологію у дітей різноманітні.

Аналізуючи залежність здоров'я дітей і сімейного середовища від різних соціальних факторів, проблема способу життя сім'ї стає особливо актуальною і вимагає більш пильної уваги дослідників і педагогів.

Здоровий спосіб життя дитини багато в чому обумовлений участю і прикладом батьків. Провідна роль у виробленні у дітей стереотипу здорового стилю життя належить батькам, тому батьки повинні мати достатній обсяг знань про здоровий спосіб життя і бути позитивним прикладом для своїх дітей.

Турбота про зміцнення здоров'я дошкільника, як відзначають ряд авторів проблема не тільки медична, але і педагогічна, так як правильно організована виховно-освітня робота з дітьми нерідко більшою мірою, ніж всі медико-гігієнічні заходи, забезпечує повноцінне здоров'я, попереджає розвиток захворювань дитини на найбільш ранніх стадіях. Тому, поряд з внутрішньо-сімейними факторами, величезну роль для здоров'я дитини, грають умови, створювані в дошкільних установах.

Забезпечення наступності в роботі ЗДО і сім'ї є однією з умов формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя, а також дозволить подолати багато проблем у вирішенні завдань в дошкільному закладі і в сім'ї.

У «Концепції дошкільного виховання» підкреслюється, що сім'я і дошкільний навчальний заклад пов'язані формою наступності, що полегшує безперервність виховання і навчання, а найважливішою умовою наступності є встановлення довірчого ділового контакту між сім'єю і дошкільним освітнім закладом, в ході якого коригується виховна позиція батьків і педагогів.

Успішне здійснення заходів по формуванню у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя буде залежати від того, як буде поставлена виховна в сім'ї і в дошкільному навчальному закладі, чи буде взаємозв'язок. Перед педагогами і батьками стоїть відповідальне завдання – сформувати у дітей усвідомлену потребу вести здоровий спосіб життя.

При відборі змісту дошкільної освіти, як вважає Л.І. Парамонова, повинен враховуватися особливий підхід до здоров'я дитини, що оберігає і зміцнює його психіку. У поняття «особливий підхід» «входить не тільки формування у дітей здорового способу життя, гігієнічних навичок – потреби вмиватися, чистити зуби вранці і ввечері, мити руки перед їжею, не забувати про водні процедури, систематично займатися фізкультурою. Йдеться і про устрій життя дошкільного закладу, де повинні бути створені комфортні умови для творчої діяльності дитини, де кожна дитина впевнена, що вона захищена, бо вся атмосфера дитячого садка пройнята добротою.

Другий напрямок в розробці теоретичних основ формування здорового способу життя у дошкільнят пов'язано з впливом на здоров'я і спосіб життя людини навколишньої природи і екологічних умов.

Необхідно відзначити, що більшість факторів навколишнього середовища, що загрожують здоров'ю людини, породжено сучасними технічними способами впливу на природу і низьким рівнем екологічних знань, у зв'язку з цим піднімається питання про відновлення зв'язків людини з природою.

Залежність здоров'я людини від стану навколишнього середовища очевидна, чим більше руйнується біоценозів, тим гірше стає фізичне середовище для життя людини.

Щоб дитина мала основні уявлення про здоровий спосіб життя, він повинен спочатку орієнтуватися на умови навколишнього середовища рідного краю.

У наші дні, коли світ знаходиться на межі екологічної катастрофи і під загрозою майбутнє всього людства, жодна розсудлива людина не стане

заперечувати, що екологічне виховання є однією з найактуальніших проблем сучасності. У зв'язку з цим екологічне виховання набуває особливої важливості і розглядається не тільки як вихід з кризової ситуації, але і як найважливіший фактор фізичного і морального формування особистості.

Екологічне виховання, на думку Л.Судакової, відіграє важливу роль у становленні фізичного і морального здоров'я дітей. Уміння спілкуватися з природою в практичному повсякденному житті – це прямий шлях до збереження і зміцнення здоров'я. Автор зазначає, що чим більше місце природа займає в житті дитини, тим легше і плідніше проходить виховний процес в ранньому, дошкільному та шкільному дитинстві (Л.Судакової, 2001).

Виховання підростаючого покоління з високою екологічною культурою дозволить подолати цілий ряд негативних явищ в житті суспільства, гармонізує відносини людини з іншими людьми, з природою, з самим собою як частиною природи.

Потреба спілкування з природою залишається однією з найгостріших у людини сучасної епохи. Роль природи в розвитку особистісних якостей виражається у вихованні доброти, застерігає від безглузлого зла і хижацького ставлення до природи. Особистість, яка у своїй практичній діяльності руйнує гармонійну єдність з природою, сама не може бути гармонійною. Гармонія людини з природою, незважаючи на всю природність, не є вродженою, вона набувається в процесі виховання.

Вчені єдині в думці, що потрібно виховувати особистість гуманної, розуміє неминущу самоцінність всього живого, високу цінність людського життя, зверненої до всього живого, здатної до співчуття, співпереживання, милосердя, здатної надавати допомогу конкретним людям, яка прагне до миру, добросусідства, взаєморозуміння.

Людина, яка опанувала екологічною культурою, усвідомлює загальні закономірності розвитку природи і суспільства, розуміє, що історія суспільства є наслідок історії природи, що природа становить першооснову становлення і існування людини. Головне, як зазначає В. Г. Фокіна, «щоб

дитина зрозуміла, що людина і природа взаємопов'язані, і те, що завдає шкоди природі, завдає шкоди людині» (В. Г. Фокіна, 1995).

Активне і раціональне використання навколишнього природного середовища (природних засобів, факторів, кліматогеографічних умов) в залученні дітей до здорового способу життя вимагає формування у дітей екологічних уявлень.

Посилення екологічного аспекту у формуванні уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дозволить організувати здорове середовище для вихованців, яка, в свою чергу, сама є елементом виховання і необхідною умовою здорового способу життя підростаючого покоління.

Процес задоволення потреби в здоров'ї носить суперечливий характер. Це обумовлено, перш за все тим, що в нашій державі ще не сформувалася позитивна мотивація здоров'я, що здоров'я, в першу чергу, в силу низької культури суспільства, ще не стоїть на першому місці в ієрархії потреб людини. У зв'язку з цим в даний час особливого значення набуває педагогічний вплив в процесі виховання у дітей потреби в здоровому способі життя.

Основна турбота про здоров'я підростаючого покоління лягає на суспільство. Без ідеологічного впливу дорослого у дитини не з'явиться прагнення вести здоровий спосіб життя. Турботі про здоров'я треба вчити. Найскладнішим у цьому завданні є створення умов, при яких дитина (або дорослий) захоче піклуватися про своє здоров'я.

Найбільш доцільно роботу з роз'яснення принципів здорового способу життя починати з дітьми дошкільного віку в сім'ї і в дошкільному закладі, так як саме тут є необхідні умови, які дозволяють активно прищеплювати основи здорового способу життя.

Існують різні точки зору на проблему впровадження системи знань про здоровий спосіб життя і в без того перевантажений навчально-виховний процес сучасного дошкільного закладу.

На даних заняттях діти, по-перше, – отримують уявлення про фізичне, психічне і соціальне здоров'я, про будову людського тіла і функціонування

основних органів і систем організму, про взаємозв'язок між навколишнім соціоприродним середовищем і станом здоров'я людини, задовольняючи тим самим когнітивні потреби дитини в пізнанні самого себе і навколишнього світу. По-друге, – освоюють необхідні вміння по догляду за своїм тілом і управлінням психосоматичним станом. По-третє, – отримують навички спілкування, самоконтролю і прогнозування свого стану і поведінки. По-четверте, – опановують прийомами захисту і правилами поведінки в різних надзвичайних ситуаціях. По-п'яте, – долучаються до цінностей фізичної культури і природного середовища, що є неодмінною умовою ведення здорового способу життя.

Поряд з навчальною формою формування знань про здоровий спосіб життя у дітей значне місце відводиться позаурочним заходам, що проводяться з ними: бесідам, екскурсіям, іграм, тренінгам, фізкультурно-оздоровчих розваг, культурно-гігієнічним, профілактичним і гартують процедурам.

Такий підхід більш виправданий, враховуючи перевантаженість програм дошкільного виховання в останні роки інформаційно-пізнавальною діяльністю, збільшенням числа різного роду додаткових освітніх послуг.

Таким чином, розглянуті нами науково-теоретичні розробки по формуванню у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя говорять про необхідність вести роботу з урахуванням соціальних і екологічних умов. У зв'язку з цим, надзвичайно важливо створювати виховно-освітні технології формування у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя відповідно до інтересів вихованців, запитам батьківської громадськості, місцевим екологічним умовам. Через Дошкільні технології з'являється можливість впливати не тільки на дитину, але і на членів його сім'ї, оскільки успішність вирішення поставленого завдання спочатку залежить від підготовленості батьків і вихователів дошкільних освітніх установ в питаннях здоров'я і здорового способу життя.

Висновки по першому розділі

В результаті аналізу філософської та фізіолого-психолого-педагогічної літератури з проблеми формування уявлень про здоровий спосіб життя можна зробити наступні висновки: теоретичний аналіз педагогічної спадщини показує, що коріння виховання здорової дитини йдуть в історично сформований принцип природовідповідності виховання. Опора на цей принцип не тільки передбачає важливість обліку в процесі виховання і навчання природи самої дитини, а й показує значимість природи в цьому процесі, підводить до осмислення важливості культури взаємин людського суспільства і самої природи в справі виховання здорового покоління.

Змістом уявлень про здоровий спосіб життя є поєднання біологічної, соціальної та екологічної складової уявлень, так як визначає діалектичну єдність людини і природи з вченням про залежність здоров'я людини від стану навколишнього середовища.

У багатьох дослідженнях доведено, що людину слід розглядати з одного боку як частину природи, з іншого – як частину соціального буття. При цьому природне і соціальне оточення необхідно представити як середовище життя людини, від якої залежить стан здоров'я. Розглянуті теоретичні та експериментальні дослідження дають підставу припускати, що у дітей старшого дошкільного віку можливо формувати усвідомлене ставлення до здоров'я, здорового способу життя та уявлення про здоровий спосіб життя з урахуванням біологічних, соціальних та екологічних складових.

РОЗДІЛ 1. ТЕХНОЛОГІЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФОРМУВАННЯ УЯВЛЕНЬ ПРО ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Рівні сформованості уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку (на основі констатувального експерименту)

Важливою ланкою в системі еколого-валеологічної освіти є період дошкільного дитинства. Саме в дошкільному віці дитина набуває перший досвід почуттів, досвід вчинку і на його основі навички і звички поведінки, в яких проявляється початок ставлення до навколишнього, до дійсності, до однолітків, до самого себе, як частини природи. Цей найбільш чутливий «період в житті дитини є найефективнішим для формування уявлень про здоровий спосіб життя, тому, успішне вирішення завдання залучення дітей до здорового способу життя на даному віковому етапі може стати міцним фундаментом для формування здоров'я дітей протягом усього життя.

У зв'язку з цим цілеспрямована робота по формуванню у них здорового способу життя все більше набуває статусу соціального замовлення суспільства. Замовлення передбачає виховання особистості, усвідомлено відноситься до свого здоров'я і здатної будувати гармонійні взаємини з навколишнім середовищем з урахуванням її законів.

Провідне місце в практиці дошкільного виховання належить педагогам дошкільних освітніх установ і батькам. Саме вони є центральними фігурами в педагогічному процесі виховання дітей. Знання педагогів і батьків, їх ставлення до проблем здоров'я, а також розуміння значущості, важливості своєчасного правильного керівництва дітьми і особистий приклад – це необхідна умова формування здорового способу життя дошкільнят. У зв'язку з цим констатуючий експеримент починався з виявлення знань про здоровий спосіб життя у педагогів і батьків.

На першому етапі ставилися завдання: з'ясувати стан роботи в практиці дошкільних установ з досліджуваної проблеми і визначити педагогічну

позицію завідувачів, методистів і вихователів дошкільних освітніх установ на процес формування здорового способу життя. Для вирішення поставлених завдань використовувалися методи педагогічного дослідження: бесіда, анкетування вихователів і вивчення педагогічної документації.

Другий етап передбачав вирішення наступних завдань: вивчити соціальну характеристику, спосіб життя сімей, в яких живуть діти і наявні знання про здоровий спосіб життя у батьків, виявити ставлення батьків до процесу формування здорового способу життя у дітей в дошкільному закладі. Для вирішення даних завдань було застосовано анкетування.

В ході третього етапу вивчалася наявність когнітивного і поведінкового компонентів наявних у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя. Для виявлення уявлень дошкільнят з досліджуваної проблеми, а також проявів даних уявлень в діяльності використовувалися методи: індивідуальна бесіда, аналіз дитячих малюнків, розповіді дошкільнят про здоров'я, проблемна ситуація, серія діагностичних завдань, спостереження.

Формування необхідних уявлень про здоровий спосіб життя у дошкільнят залежить від того, які знання про здоров'я і здоровий спосіб життя мають педагоги і в якій мірі ці знання використовують у своїй педагогічній діяльності.

Дослідження проводилося на базі Галицького ЗДО Мамаївської сільської ради Чернівецької області. У ньому взяли участь завідувачка, методисти та 7 вихователів.

Для вивчення стану роботи в практиці ЗДО по формуванню здорового способу життя був використаний метод бесіди з завідувачкою та методисткою. Питання пропонувалися в такій послідовності, щоб поступово розкрилася педагогічна позиція керівників дошкільних закладів на проблему формування здорового способу життя у дітей.

Результати індивідуальних бесід із завідувачкою та методисткою ЗДО дозволили констатувати наступне: вони одностайні в думці, що в даний час існує необхідність формувати у дітей в ЗДО звичку до здорового способу

життя. Вони відповідали: «звичайно», «обов'язково», що, безумовно, свідчить про зацікавленість даною проблемою. Аргументуючи свої відповіді, завідувачка та методист зазначали: «тут створені всі умови для формування здорового способу життя, на це спрямований весь навчально-виховний процес, а також режим дня перебування дитини в нашій установі. Діти вчасно харчуються, гуляють, відпочивають, займаються фізичною культурою, їм прищеплюються культурно-гігієнічні навички. За станом здоров'я дітей стежить медичний працівник. Відповіді керівників ЗДО на перше питання дають підставу вважати, що вони мають певні уявлення про формування здорового способу життя у дітей в ЗДО, але недооцінюють роль педагогічного впливу на дітей, залежності здоров'я від стану навколишнього середовища, як соціальної, так і екологічної, у формуванні здорового способу життя не виділяють виховання усвідомленого ставлення до здоров'я і здорового способу життя. Керівники ЗДО, методисти не повною мірою бачать перспективу впровадження Еко-Біо-соціального напрямку формування здорового способу життя в педагогічний процес дошкільного закладу.

На питання: «яка робота по формуванню у дітей здорового способу життя ведеться у вашому освітньому закладі?» було виявлено, що уявлення керівників про можливу діяльність, спрямовану на залучення дітей до здорового способу життя, мають обмежений характер. Вони зводять вирішення даної проблеми до санітарно-гігієнічного аспекту, гігієни тіла і занять з фізичної культури, які по можливості проводяться на вулиці. Відповіді педагогічних працівників такі: «Наш дитячий сад намагається вести активну роботу по формуванню здорового способу життя у дітей. Особливу увагу ми приділяємо вихованню культурногігієнічних навичок. Наші діти щодня чистять зуби, полощуть рот після їжі.

Регулярно здійснюється провітрювання приміщення, бо тримуємося режиму дня, регулярно ходимо на прогулянку, систематично дітей оглядає медичний працівник, проводимо два рази на рік «тиждень здоров'я». На жаль, тільки в одному з дошкільних установ завідувача і методист вказали, що з

дітьми проводяться спеціальні заняття, мета яких – дати дітям уявлення про своє здоров'я. На таких заняттях дітям розповідають про будову тіла людини, про внутрішні органи, про значення загартовування і тренування для зміцнення здоров'я.

Аналіз відповідей респондентів на третє запитання анкети щодо залучення батьків до процесу формування здорового способу життя у дітей показав, що залучення здійснюється непрямым шляхом. У деяких дошкільних установах в куточках для батьків розміщується різна інформація про збереження здоров'я дітей. Завідувачі та методисти, відповідаючи на запропоноване запитання, давали наступні відповіді «...у другій молодшій групі у нас є куточок для батьків, присвячений проблемі збереження і зміцнення здоров'я дітей в період адаптації до ЗДО» або «...ми знайомимо батьків з необхідними умовами збереження здоров'я дітей, використовуючи для цих цілей папки-пересування». Такі відповіді дали – 41,5 %. В одному ЗДО одна завідувача і один методист – 16,6 %, відповіли, що з метою тісної співпраці в дитячому садку існує «Клуб сім'ї» в підготовчій групі, де розглядаються питання про здоров'я дітей, але в основному тематика засідань клубу присвячена обговоренню проблем підготовки дітей до школи. Невелика кількість учасників бесіди – 24,9 %, зазначили, що вони іноді проводять з батьками анкетування, а за необхідності консультації та бесіди, а також має місце індивідуальна робота з батьками, які потребують допомоги педагога, наприклад, усні консультації. Такі консультації в основному мають тематику залучення дітей до культурно-гігієнічних навичок. На цю форму роботи з батьками вказали – 16,6%.

На думку ряду завідувачів і методистів – 33,2 %, сімейне виховання превалює над суспільним, оскільки діти більше часу проводять в сім'ї. Одна завідувача привела в приклад наступний епізод з її практики: «я була свідком розмови двох дітей 5-6 років. Вони трохи запізнилися з прогулянки і під сходами домовлялися про те, що завтра знову сховаються, і будуть курити. Діти, домовляючись, не помітили мене. Я зробила їм зауваження, сказавши,

що курити не можна, це шкідливо для здоров'я, на це, один з хлопчиків, анітрохи не зніяковівши, відповів, що у нього курять мама і бабуся». З педагогами можна погодитися, що сім'я, безумовно, у вихованні дитини відіграє важливу роль, однак і вихователю необхідно розуміти, що процес в ЗДО грає не менш важливе значення. У бесідах педагоги говорили про те, що зараз батьків нічим не здивуєш, вони всі грамотні і вихователь для них не авторитет. Слід зазначити, що ставлення батьків до заходів, що проводяться в дошкільних установах, залежить, перш за все, від постановки в ЗДО виховно-освітньої роботи в цілому і зокрема від ініціативи педагогів, від їх ставлення до питань педагогічної освіти батьків.

Як показала проведена нами бесіда, одна з найбільш поширених форм роботи з батьками – наочна пропаганда. Для розміщення інформації використовуються папки-пересування або стенди в куточку для батьків. Дана форма роботи, протягом довгого часу використовується в ЗДО, позитивно зарекомендувала себе як ефективний засіб передачі батькам необхідної інформації. Певне місце в роботі з батьками займають збори, бесіди по вихованню, на яких розглядається стану здоров'я дітей і зачіпається проблема збереження здоров'я. Аналізуючи відповіді завідувачів і методистів, слід зазначити, що цілеспрямована робота з батьками по формуванню у дітей здорового способу життя ведеться недостатньо. Особлива увага відводиться виховання культурно-гігієнічних навичок, проблемам здоров'я дітей та підготовці їх до школи. Темі формування здорового способу життя, як актуальною в даний час проблемі не приділяється особливої уваги.

Підвищення педагогічної культури батьків необхідно розглядати в тісному зв'язку з підвищенням кваліфікації вихователів, оскільки рівень їх професійної майстерності визначається тим, чи будуть мами і тата ставитися з довірою до їх рекомендацій. Для того щоб стати справжнім пропагандистом ідей, форм і методів формування здорового способу життя дошкільний заклад повинен служити зразком такого виховання. Серед основних педагогічних принципів, що забезпечують успішність побудови педагогічного процесу,

спрямованого на формування у дітей здорового способу життя, Т. В. Поштарева особливо виділяє принцип особистісно-орієнтованої спрямованості самих педагогів на зміцнення їх власного позитивного ставлення до здорового способу життя, розуміння головних закономірностей цього процесу і володіння певними оздоровчими навичками. Безумовно, педагог, який володіє інформацією про основи здоров'я і усвідомлює цінності здорового способу життя, може повною мірою передати свої знання вихованцям і створити в дошкільному закладі здорове середовище.

В ході бесіди було також виявлено, що робота з вихователями з досліджуваної проблеми ні в одному ЗДО не ведеться. У бесідах практичні працівники висловлювали бажання підвищити рівень знань про формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя, але з причини недостатньої підготовленості в даних питаннях, відсутності відповідної методичної літератури і великим обсягом своїх обов'язків не роблять цього. Керівники недооцінюють важливість організації такої роботи з педагогічними кадрами.

Аналізуючи відповіді на дане питання можна зробити висновок, що керівники ЗДО розуміють необхідність здійснювати роботу з педагогічним персоналом, але по ряду перерахованих вище причин не роблять цього. Таким чином, керівники, мало звертаючи уваги на просвітництво педагогів знижують ефективність виховання дітей на позитивному прикладі педагога, оскільки у вихователів не мають уявлень про технології формування здорового способу життя діти не матимуть достатніх уявлень про дане поняття.

Відповіді на запитання "чи обговорювалася проблема формування здорового способу життя на педагогічних радах чи методичних семінарах?" дозволили констатувати, що спеціально це питання не було темою педагогічних рад. Так заявили – 41,5% завідувачів і методистів, інша частина респондентів – 58,1 % , відзначили, що хоча спеціально педагогічної ради з даної теми вони не проводили, але, розглядаючи питання стану здоров'я дітей за поточний рік і співпраці ЗДО і сім'ї, побічно стосувалися цієї проблеми. Типовими відповідями завідувачів були наступні «педагогічні поради з даної

тематики ми не проводили, але на підсумковій педраді за поточний рік медичний працівник надав дані про стан здоров'я дітей». Були й такі відповіді, які дали підставу вважати, що на проблему формування здорового способу життя дошкільному закладі не відводять достатньої уваги, з тієї причини що в цьому році їх колектив працює над темою громадянського виховання. В одному з ЗДО методист повідомила, що на педраді на початку навчального року вона виступала з доповіддю про майбутню роботу по впровадженню уроків здоров'я в практику дитячого садка. Темою таких занять були «від ід простої води і мила у мікробів тануть сили», «Здоров'я в порядку — спасибі зарядці» та ін. спрямовані на формування у дітей уявлень про збереження здоров'я.

Слід зазначити, що зі слів керівників ЗДО вирішенням проблем збереження та зміцнення здоров'я дітей більш ґрунтовно займаються займається працівник та інструктор з фізичного виховання. За станом здоров'я дітей і процедурами профілактики захворювань стежить медичний працівник. Він займається інформаційно-просвітницькою діяльністю батьків про різні хвороби в основному за допомогою інформації, що розміщується в куточках для батьків, і іноді виступає на батьківських зборах. Інструктор з фізичної культури свою роботу з формування здоров'я дітей здійснює на заняттях з фізичної культури, забезпечуючи дітям необхідну рухову активність, на спортивних заходах («дні здоров'я», «тижні здоров'я») долучає дітей до активного способу життя.

Обробка результатів бесіди дає можливість зробити висновок, що завідувач методисти розуміють важливість проблеми формування здорового способу життя у дітей, в той же час не бачать шляху впровадження такої роботи в педагогічний процес дошкільного закладу і недооцінюють необхідність просвітницької роботи через організацію методичних семінарів та інших форм методичної роботи з педагогами і батьками. У реальній практичній діяльності ЗДО цей напрямок не отримує належного розвитку. Одна з причин, по якій цьому питанню не приділяється пильної уваги, полягає

в тому, що традиційно в дошкільних установах ведеться систематична робота по вихованню культурногігієнічних навичок, і за здоров'ям дітей стежать батьки, медичні працівники та вихователі. Проводяться профілактичні огляди, часто хворіють діти, спостерігаються у спеціалізованих лікарів. Цього, на думку більшості завідувачів, достатньо для того, щоб стежити за станом здоров'я дітей і зберігати його в нормі, а на формування у дітей здорового способу життя спрямований розпорядок дня в і фізкультурно-оздоровчі заходи. При такому підході, вся ініціатива щодо вирішення Того питання відводиться вихователям, які найбільше проводять часу з дітьми. Тому нас цікавило, яка ж позиція вихователів у вирішенні цієї проблеми?

З метою з'ясування педагогічної позиції на проблему формування здорового способу життя у дітей і наявних про це поняття знань у вихователів нами було проведено анкетування. (Додаток 2). Що всі вихователі мають фрагментарні знання про здоровий спосіб життя і мають на увазі в основному дотримання режиму дня, раціональне харчування і заняття фізичними вправами. Повних знань про здоровий спосіб життя, що включають всі основні способи повсякденної життєдіяльності людини, спрямованих на зміцнення і вдосконалення резервних можливостей організму і забезпечують успішне виконання соціальних функцій, ніхто з вихователів не має.

У другому пункті анкети вихователям було запропоновано оцінити здоров'я дітей своєї групи як «хороше», «задовільне» і «незадовільне». При цьому вони могли провести оцінку як самостійно,

Керуючись своїми спостереженнями за дітьми, так і спираючись на дані медичних оглядів. Результати відповідей ми відобразили в гістограмі. З наведеної гістограми видно, що оцінюючи стан здоров'я дітей їх групи в даний час вихователі дали наступні відповіді: «хороше» так вважають – 43,7% – опитаних, але в більшості випадків педагоги оцінюють стан здоров'я дітей як «задовільний». Такої точки зору дотримуються – 56,3% вихователів.

Оцінюючи здоров'я дітей як «хороше» педагоги обґрунтовують це тим, що в групі немає дітей з серйозними функціональними порушеннями і

хронічними захворюваннями, а наявні характеризують як захворювання простудного характеру. Цей факт підтверджує статистичні дані про стан здоров'я дітей дошкільного віку М Шадрінска. Лікарі-педіатри міської поліклініки свідчать, що на першому місці за кількістю захворювань у в дошкільному віці стоять гострі респіраторні захворювання, особливо в осінньо-зимовий період року.

При відповіді на третє питання анкети, вихователям було необхідно назвати причини, які є, на їхню думку, основними в захворюванні дітей своєї групи. Результати вказівки на причини занесені в таблицю. Основною причиною захворювань дітей своєї групи – 73,5% вихователів називали неуважність батьків до стану здоров'я їхніх дітей і брак знань у батьків в питаннях збереження здоров'я. Причому, з 54,2 % додали до цих причин ще й несприятливі екологічні умови. Як основний фактор нездоров'я дітей – 26,3% педагогів відзначили несприятливі екологічні умови.

На причину, що полягає в незадовільному медичному обслуговуванні, вказали – 3,5% вихователів. На їхню думку, основна причина поганої опірності організму дітей до захворювань криється в неуважному ставленні членів сім'ї до свого здоров'я і здоров'ю своїх дітей. Педагоги не беруть до уваги вплив на здоров'я дітей несприятливих екологічних факторів, соціального середовища дошкільного закладу, незнання дитиною основ особистої гігієни і відсутність у них уявлень про здоровий спосіб життя

Результати відповідей вихователів на четверте питання анкети «як ви оцінюєте роботу по формуванню здорового способу життя в ЗДО показують, що – 63 % опитаних оцінюють свою роботу і роботу колег оцінюють на «добре», – 35% вихователів висловили свою думку, оцінивши діяльність на «задовільно», – 3,5% педагогів вагалися з оцінкою, відповівши, що вони не знають, яку оцінку дати педагогічній діяльності ЗДО. Ніхто з опитаних не поставив відмінну оцінку роботі дошкільного закладу. Отже, вихователі усвідомлюють той факт, що поряд з усією виховно-освітньої та фізкультурно-

оздоровчої роботою, що проводиться в ЗДО проблеми формування у дітей здорового способу життя слід приділяти більш пильну увагу.

П'яте питання анкети передбачало виявити наявність у педагогів бажання більше дізнатися з даної проблеми. Вихователям було запропоновано вказати, які теми, на їхню думку, повинні бути включені в методичну роботу ЗДО по формуванню у дітей здорового способу життя. Відповіді свідчать, що – 33,2% педагогів хотіли б поповнити свої знання про здоровий спосіб життя, а також хотіли б більше дізнатися про організацію та створення умов щодо формування здорового способу життя у дітей в ЗДО. Деякі педагоги вважають, що в методичну роботу повинна бути включена тема взаємодії дошкільного закладу і сім'ї, їх тісна співпраця в питаннях збереження і зміцнення здоров'я дітей. Вихователі вважають, що безсумнівно цьому сприятиме створення сімейного клубу» здорова сім'я", проведення спільних заходів, дозвілля з дітьми та їх батьками, бесіди з батьками щодо залучення дітей до здорового способу життя. Опитані зазначили, що загострити увагу, як вихователів, так і батьків на особистому прикладі дорослих у формуванні здорового способу життя. Деякі педагоги схиляються до думки, що в методичній роботі необхідно особливу увагу приділити такій темі, як рухова активність дітей. Такі пропозиції висловили – 5,2% вихователів. На необхідність приділяти особливу увагу харчуванню – також вказали – 5,2% педагогів, загартовуванню – 10,5 %, роз'ясненню про значення вітамінів-5,2 % опитаних.

Особливу увагу, на думку – 15,7% вихователів слід звертати на тему профілактики різних відхилень у здоров'ї, наприклад, захворювань опорно-рухового апарату, органів зору і дихання і залучення лікарів-фахівців. Вихователі вказали на співпрацю ЗДО, батьків і лікарів у вирішенні даної проблеми. Вагалися з відповіддю на питання – 24,5% респондентів.

Таким чином, відповіді вихователів свідчать про необхідність включення в методичну роботу дошкільних установ тим тісної взаємодії педагогів і батьків, а також щодо створення умов для формування у дітей здорового способу життя.

Не відповіли на поставлене запитання – 24,5% опитаних, що свідчить про відсутність у даної групи вихователів бажання вдосконалювати традиційну систему роботи ЗДО.

На шосте запитання анкети: «у якій послідовності на Ваш погляд найкраще формувати уявлення про здоровий спосіб життя?» відповіді – 54,3% вихователів характеризувалися перерахуванням в різній послідовності засобів збереження здоров'я. Вони вказували «про харчування, загартовування, фізичну культуру, спорт, і про те, що таке здоров'я, що потрібно робити, щоб не хворіти». Відповіді іншої групи вихователів – 45,6% були більш послідовні: «спочатку потрібно розповісти дітям, що таке «здоров'я», потім показати причини хвороби, розповісти про способи збереження здоров'я».

На сьоме запитання анкети: «які методи роботи ви вважаєте найбільш ефективними у формуванні здорового способу життя?» були отримані відповіді такого змісту: «найбільш ефективними в цій роботі будуть бесіди і консультації з батьками». Особливу ефективність бачать в загартовуванні – 17,5% вихователів. Необхідними умовами у формуванні здорового способу життя – 24,5% респондентів вважають об'єднання зусиль ЗДО і сім'ї. Вихователі відзначають: «тільки спільна робота дитячого садка і сім'ї забезпечить ефективність досягнення результатів у формуванні у дітей здорового способу життя». Деякі педагоги – 17,5% обмежилися короткою відповіддю: «практичні, наочні, ігрові, словесні методи». Цілеспрямовану роботу з дітьми та індивідуальний підхід назвали – 15,7% вихователів. Характерні відповіді:» можна проводити індивідуальні бесіди з дітьми про здоров'я і здоровий спосіб життя проводити бесіди під час виконання гігієнічних процедур". Відповідаючи на це питання, – 3,5% опитаних назвали прогулянки на свіжому повітрі, 1,75% вихователів підкреслили, що тільки комплексне поєднання всіх методів дозволить досягти кращих результатів. Не змогли відповісти – 8,7% педагогів.

Особливу ефективність у формуванні здорового способу життя вихователі бачать у використанні бесід, консультацій для батьків і

цілеспрямованій роботі з дітьми. Особистий приклад педагога ніхто не назвав. Багато вихователі мають неточні уявлення про методи і форми роботи з дітьми.

Вказуючи форми роботи, які, найзручніше використовувати в роботі з дітьми по формуванню здорового способу життя, вихователі своїми відповідями підтвердили наші припущення про те, що вони не чітко диференціюють методи і форми роботи. У своїх відповідях вони вказали на заняття, спостереження, дидактичні ігри, показ, бесіди, розваги, прогулянки, походи або відповідали: «всі перераховані вище», тим самим показали, що вони не загострювали увагу на різниці між сьомим і восьмим питаннями анкети. Подібні відповіді дали – 52,6% опитаних педагогів. Зручність використання ігор-занять відзначили – 0,5% респондентів, на проведення таких заходів як «День здоров'я» і «тиждень здоров'я», походи, прогулянки вказали – 15,7% педагогів. Ефективність куточка для батьків і різного роду наочну агітацію виділили – 7% опитаних. Не відповіли на це питання – 14% педагогів.

У заключному пункті анкети пропонувалося внести конкретні пропозиції для поліпшення роботи по формуванню здорового способу життя в ЗДО.

Вихователі пропонували оновити медичне та фізкультурне обладнання – 21% опитаних. Так, типовою відповіддю був: «щоб поліпшити роботу ЗДО і дійсно почати формувати здоровий спосіб життя у дітей, потрібно придбати сучасне спортивне обладнання, бажано в групи, тому що знаходиться в спортивному залі, воно не завжди буває доступно дітям, а хочеться, щоб діти користувалися ним не тільки на заняттях, але і протягом усього дня і в групі і на ділянці». Частина вихователів – 3,5% висловили думку про необхідність поглибити знання співробітників про здоровий спосіб життя, справедливо вважаючи особисту зацікавленість педагогів запорукою успіху в педагогічній діяльності з дітьми. Така ж кількість педагогів – 3,5% вважають, що необхідно організовувати регулярні походи на природу. Решта педагоги – 40,3% давали

різні пропозиції такого змісту: поліпшити харчування дітей, відвідувати басейн, відкрити кімнату психологічного розвантаження, проводити заняття лікувальною фізичною культурою і професійний масаж, організацію спортивного гуртка для вихователів і більше приділяти увагу ослабленим дітям.

На жаль, не внесли жодних пропозицій – 31,5% опитаних.

Аналізуючи пропозиції можна сказати, що більшість педагогів незадоволені існуючим станом роботи в ЗДО і розкривають недоліки організації педагогічного процесу. Вихователі пропонували змінити систему роботи ЗДО. Зазначали, що всі форми роботи повинні проводитися щодня в певній системі, викликати позитивні емоції у дітей, інтерес і бажання займатися.

Анкетування вихователів показало, що лише деякі з них бачать ефективність формування у дітей здорового способу життя через спільну діяльність дітей і батьків. Тільки – 3,5% вихователів звернули увагу на необхідність розширити свої знання про здоровий спосіб життя. Однак, якщо згадати відповіді вихователів на п'яте запитання анкети, то таку думку висловили 19 педагогів – 33,3 %. Недооцінюється і роль природи у формуванні у дітей уявлень про здоровий спосіб життя. Засмучує і той факт, що велика кількість опитаних вихователів – 31,5% зайняли пасивну позицію і не внесли свої пропозиції щодо поліпшення роботи дошкільного закладу по формуванню у дітей здорового способу життя.

Результати анкетування вихователів дозволили виділити дві групи педагогів, в залежності від наявних у них знань про здоровий спосіб життя і особистого ставлення до проблем формування його у дітей.

До першої групи були віднесені – 54,3% педагогів, які усвідомлюють необхідність формувати у дітей здоровий спосіб життя в дошкільному закладі, висловлювали реальні пропозиції для поліпшення роботи.

До другої групи було включено 26 педагогів – 45,6 %. Їх відповіді характеризувалися недостатніми знаннями про здоровий спосіб життя і не

зацікавленістю проблемою формування здорового способу життя у дітей в дошкільному закладі. Це свідчить про пасивність вихователів в роботі по формуванню здорового способу життя у дітей і показує, що вони не усвідомлюють важливість цієї проблеми. В анкеті ці педагоги відповідали тільки на питання закритого характеру, тобто на ті, які мали на увазі підкреслити потрібний на їх погляд варіант відповіді. 18 з 26 вихователів не внесли своїх пропозицій для поліпшення роботи по формуванню здорового способу життя у дітей в дошкільному закладі.

Таким чином, підсумки анкетування практичних працівників дошкільних освітніх установ дозволяють зробити висновки:

1. У всіх, що беруть участь в констатуючому експерименті ЗДО ведеться робота з батьками. На батьківських зборах і в ході індивідуальних бесід розглядаються питання збереження здоров'я дітей в холодний період року і виховання у них культурно-гігієнічних навичок.

2. Позитивним моментом є усвідомлене ставлення педагогів до необхідності дотримання режиму дня, проведення щоденних прогулянок, занять фізичною культурою.

3. У діяльності обстежуваних дошкільних установ спеціальна робота по формуванню у дітей уявлень про здоровий спосіб життя цілеспрямовано не проводиться, або має непослідовний, фрагментарний характер.

4. Проблема формування здорового способу життя в жодному ЗДО, що беруть участь в експерименті, не була предметом самостійного вивчення на педагогічних радах та інших формах методичної роботи ЗДО. Частково дана тема зачіпалася на педагогічних радах, де розглядалися питання планування оздоровчої роботи з дітьми та аналіз стану здоров'я дітей за поточний рік.

5. Негативним фактом виступає відсутність у великої кількості педагогів бажання що-небудь поліпшити в існуючій системі роботи дошкільних установ.

Як показала проведена бесіда з керівництвом ЗДО, а також анкетування вихователів дошкільних установ, знання педагогів про форми і методи роботи з формування здорового способу життя мають непослідовний і неконкретний характер. Для того, щоб встановити основні причини цього була поставлена наступна задача – вивчити педагогічну документацію, виявити найбільш поширені форми і методи роботи по залученню дітей до здорового способу життя.

В рамках формування у дітей здорового способу життя програми які вивчаються переслідують вирішення наступних завдань:

- зберегти і зміцнити здоров'я дітей;
- сформувати у дітей звичку до здорового способу життя.

Виховно-освітній процес в обстежуваних дошкільних установах будується за такими напрямками:

- виховання у дошкільнят потреби в здоровому способі життя. Було проаналізовано плани виховно-освітньої роботи в групах дітей старшого дошкільного віку за наступними пунктами:

1. Загальна кількість виховно-освітніх заходів (заняття, бесіди, прогулянки, екскурсії, ігри і т.д.).

2. Заходи, в завдання яких входить формувати у дітей уявлення про здоровий спосіб життя:

- з соціальною спрямованістю;
- з екологічною спрямованістю;
- з соціально-екологічною спрямованістю.

3. Заходи, що проводяться з батьками з проблеми формування здорового способу життя.

4. Заходи, що проводяться з дітьми спільно з батьками.

Аналіз планів виховно-освітньої роботи з дітьми старшого дошкільного віку показав домінування фізкультурно-оздоровчих заходів. Так, у всіх аналізованих планах один раз в тиждень фізкультурне заняття проводиться на вулиці.

Наступною, за частотою використання, для передачі дітям уявлень про здоровий спосіб життя є бесіда. Так, практично у всіх планах, тематикою таких бесід були «як слід піклуватися про своє здоров'я», про те, «що треба робити, щоб не захворіти», «про спорт», «навіщо ми миємо руки з милом», «про смачну і здорову їжу». Загальна кількість таких бесід склала 25. Бесіди планувалися в ранкові години прийому дітей.

Менш популярними в практиці виховно-освітньої роботи є заняття, прогулянки та екскурсії. Для формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя використовуються заняття пізнавального циклу. В місяць таких занять в старшій групі планується 4 з них тільки 1 присвячено темі формування у дітей уявлень про своє здоров'я. Загальна кількість таких занять склала 10. На таких заняттях дітей знайомили з частинами тіла, з внутрішніми органами, давали уявлення про гігієнічні вимоги, про лікарські рослини. Причому програмне зміст таких занять, вказане в планах, дуже обмежена.

Навести приклад:

Заняття з пізнавального розвитку (вересень)

Тема « Лікарські рослини нашого краю»

Програмне зміст:

1. Познайти дітей з лікарськими рослинами нашого краю;
2. Дати знання про прості способи їх використання.

Виходячи з планованого програмного змісту заняття видно, що не досить повно розкривається залежність рослин і здоров'я людини від стану навколишнього середовища.

Або інший приклад:

Заняття з пізнавального розвитку (жовтень)

Тема: «Як ми бачимо, чуємо, відчуваємо?»

Програмне зміст:

1. Дати початкові уявлення про органи чуття (очі, вуха, ніс, рот).

Тут також спостерігається вузький характер переданих дітям знань, не розкривається значення органів чуття для людини.

Аналізуючи плановані заняття, ми не виявили жодного, в програмному змісті якого стояли б завдання формування здорового способу життя з еко-біосоціальною спрямованістю. Це підтвердило припущення про недостатню готовність педагогів до вирішення таких завдань.

У двох ЗДО прогулянки з дітьми планувалося проводити в довколишньому бору. Загальна кількість таких прогулянок склало 4. Такі прогулянки проводилися з метою екологічної освіти дітей, на яких вирішувалися завдання ознайомлення дітей з деревами і рослинами нашого краю, з особливостями стану бору в різні пори року.

Для проведення з батьками було заплановано 2 заходи щодо формування здорового способу життя. Вони планувалися в одному ЗДО з батьками передбачалося проведення консультації на тему «Здоров'я дітей» та з метою профілактики простудних захворювань.

Бесіди з батьками щодо залучення дітей до культурно-гігієнічним навичкам і про значення загартовування для здоров'я дітей були відзначені у всіх планах виховно-освітньої роботи.

У аналізованих планах виховно-освітньої роботи заплановано проведення тижня здоров'я, насиченого фізкультурно-оздоровчими заходами. З метою взаємодії з батьками планувалися такі заходи як «Веселі старт», «Тато, мама і Я спортивна сім'я», що проводиться в бору. Заходів, що проводяться з дітьми спільно з батьками, заплановано по одному в кожній групі.

Аналіз педагогічної документації дозволяє зробити висновок, що робота по залученню дітей до здорового способу життя частково ведеться на заняттях і в ході бесід з дітьми. У всіх ЗДО робота з фізичного виховання ведеться систематично і регулярно. До позитивних моментів слід віднести також плановані в ряді ЗДО прогулянки на свіжому повітрі, хоча вони здійснюються рідко.

Аналіз запланованих заходів показав, що, на жаль, на заняттях не виділяється такий аспект як залежність здоров'я людини від стану

навколишнього середовища, не загострюється увага дітей на факторах навколишнього середовища, як в приміщенні, так і на вулиці, що роблять негативний вплив на стан здоров'я дітей. Наприклад, дітей не знайомлять з таким негативно діючим на здоров'я дітей фактором як вихлопні гази від автомобілів.

Таким чином, аналіз планів виховно-освітньої роботи з питання формування у дітей здорового способу життя з еко-біо-соціальною спрямованістю дозволив сформулювати наступні висновки:

- кількість планованих форм роботи по залученню дітей до здорового способу життя (заняття, бесіди, прогулянки і т. д.) є недостатньою, а їх тематика вимагає доповнення завданнями Еко-Біо-соціальної спрямованості;
- у програмному змісті не плануються завдання, що розкривають залежність здоров'я людини від стану навколишнього середовища;
- дошкільнятам не даються уявлення про здоровий спосіб життя з еко-біо-соціальною спрямованістю, не формується усвідомлене ставлення до здоров'я і здорового способу життя;
- на жаль, плани виховно-освітньої роботи в ЗДО, в більшості випадків пишуться не детально, не виділяються цілі, завдання заходу, а тільки вказується форма заняття і тема. Таким чином, в якійсь мірі плани носять формальний характер;
- необхідно впроваджувати в систему дошкільної освіти цілеспрямовану роботу по формуванню у дітей уявлень про здоровий спосіб життя, основою яких є еко-біо-соціальна спрямованість.

Однією з умов формування уявлень дітей про здоровий спосіб життя є зацікавленість батьків даною проблемою і їх особистий приклад. У «Концепції дошкільного виховання» підкреслюється: «Сім'я і дошкільний навчальний заклад в хронологічному ряду пов'язані формою наступності, що полегшує безперервність виховання і навчання дітей».

Здоров'я дітей залежить не тільки від їх фізичного стану, рівня розвитку охорони здоров'я та освіти, соціально-економічної та екологічної ситуації в

країні, а й від умов життя в сім'ї, від того, як батьки ставляться до збереження і зміцнення здоров'я дитини. Сім'я і дошкільний заклад — ті соціальні структури, які в основному визначають формуються у дітей уявлення про здоровий спосіб життя. У зв'язку з цим, в завдання другого етапу констатуючого експерименту входило виявити, які знання про здоровий спосіб життя мають батьки, а також думка батьків про роботу дошкільного закладу по формуванню здорового способу життя у дітей.

За допомогою анкетування нами було опитано 100 батьків. Анкети, запропоновані батькам, були анонімними (Додаток 3).

Вивчаючи соціальну характеристику сім'ї (кількість дітей в сім'ї, освіта, посада та ін.) ми прагнули з'ясувати в яких сім'ях харчуються діти, чи залежить освіченість батьків в питаннях ведення здорового способу життя від рівня освіти і займаної посади.

В ході обробки даних соціальної характеристики сім'ї ми з'ясували, що з (66 %) нуклеарні, тобто проживають окремого від старшого покоління. В ході обробки даних також було виявлено, що (25 %) – неповні, де мати одна виховує дитину.

В анкеті було запропоновано вказати наявну освіту і займану посаду батьків в даний час. В результаті аналізу даних ми з'ясували, що 64 % матерів мають вищу освіту, середньоспеціальну – 29 %, середню – 5 %, неповну середню – 11 %. Вища освіта у 30,5 %, – 28 % мають середню спеціальну освіту, у 17 % – середню, у 2,5 % неповну середню.

Результати свідчать, що більша частина батьків мають вищу освіту.

Педагогічних працівників серед матерів – 17 %. У медичній галузі працюють 11 %, 69 % – займають інші посади, серед них: продавці, кухарі, бухгалтери та ін ніде не працюють 32 % матерів. Займаються педагогічною працею батьків – 2,5 %, медичною працею – 1,3 %, інші професійні обов'язки виконують 86 % батьків. Не працюючих батьків – 9 %.

Таким чином, з отриманих результатів видно, що більшість сімей повні. Неповних сімей виявлено 25 %. Рівень освіти батьків досить високий (64%)

матерів і 23% батьків мають вищу освіту) для того, щоб забезпечити своїй дитині хороше виховання, простежити за станом його здоров'я і долучити свою дитину до здорового способу життя. Серед батьків є велика кількість педагогічних і медичних працівників, що говорить про те, що діти виховуються в сім'ї, де батьки за професійним статусом знають про правила ведення здорового способу життя, збереження і зміцнення здоров'я дітей. Чи впливає освіта і займана посада на рівень знань батьків про здоровий спосіб життя покликані були вирішити наступні пункти анкети.

Особливий інтерес для нас представляли відповіді на питання про те, що розуміють батьки під здоровим способом життя.

Відповіді, отримані на це питання, ми занесли в таблицю. Наведених в таблиці відповідей видно, що смислове значення поняття «здоровий спосіб життя» батьки розуміють не тільки як цілеспрямовану діяльність, що забезпечує фізичне здоров'я, але деякі з опитаних 3 % виділяють психологічні аспекти – бачачи їх в спільному проведенні часу з дітьми і сприятливій атмосфері в сім'ї. Багато батьків вважають, що повноцінне харчування і заняття спортом – запорука здоров'я і здорового способу життя, але при цьому явно не беруть до уваги залежність здоров'я людини від екологічного і соціального благополуччя навколишнього середовища. Для (28 %) батьків питання виявилось важким, і вони не відповіли на нього, тим самим, показавши, що вони не цілком усвідомлюють, який сенс потрібно вкладати в це поняття.

Третє питання анкети: «Чи вважаєте ви свій спосіб життя здоровим, чому?» так само припускав виявлення наявних знань про здоровий спосіб життя. Батькам було запропоновано вибрати один варіант відповіді і обґрунтувати свій вибір. Відповіли «так», не пояснивши причини свого вибору – 20 % батьків. Пояснили, чому вони вважають свій спосіб життя здоровим – 10 % батьків. Відповідаючи на поставлене запитання, вони наводили наступні аргументи «тому що немає шкідливих звичок», «потому, що намагаємося

дотримуватися режиму дня», «правильно харчуємося», «тому що у вихідні дні займаємося спортом».

Відповідь «Ні», не обґрунтовуючи свій вибір, дали 40 % батьків. Пояснили, чому вважають свій спосіб життя нездоровим лише 9 % анкетованих. Батьки аргументували свій вибір наступними причинами: «неправильно харчуємося», не займаємося спортом».

Не відповіли на поставлене запитання 21 % батьків. Результати відповідей підтвердили наше припущення, що більшість батьків під здоровим способом життя в основному мають на увазі правильне харчування і заняття спортом, що говорить про фрагментарний характер знань батьків про здоровий спосіб життя.

Наступне питання анкети переслідувало мету – виявити основні соціальні чинники, що заважають батькам вести здоровий спосіб життя. Батьки повинні були вибрати із запропонованих варіантів одну або кілька найвагоміших причин. З таблиці видно, що основна причина, по якій батьки не ведуть здоровий спосіб життя – брак часу, так відповіли 75 % анкетованих. Четверта група батьків 6 % вказали інші причини – це лень, недисциплінованість, брак сили волі.

Таким чином, велика частина батьків вважає основною умовою ведення здорового способу життя – наявність спеціального часу, не усвідомлюючи, однак, що повсякденна діяльність, поведінка також в чималому ступені сприяє збереженню, зміцненню і відновленню здоров'я.

Анкета передбачала виявити традиційні місця прогулянок батьків з дітьми. Велика кількість батьків 76 % місцем для прогулянок з дітьми назвали двір, причому 20 % з них додали, що часто гуляють на ігровому майданчику, що знаходиться у дворі, 19 % опитаних заявили, що гуляють з дитиною в сквері, 1 з 1 % батьків, крім того, використовують для прогулянок спортивний стадіон.

Відповіді свідчать, що більшості батьків не доводиться урізноманітнити місця для прогулянок зі своєю дитиною. Найчастіше, через нестачу у них часу з дітьми гуляють у дворі будинку.

Аналізуючи відповіді батьків на шосте запитання анкети: «як часто ви виїжджаєте з дитиною на природу» ми прийшли до висновку, що велика кількість опитаних 47 % рідко виїжджають на природу, 23 % батьків, поєднують виїзд на природу з садово-городніми справами тільки влітку. Характерна відповідь батьків: «тільки влітку, коли потрібно працювати на дачній ділянці».

Періодично виїжджають на природу 10 % опитаних. Часто бувають з дітьми на природі 15 % анкетованих, з них 3 % вказали, що проживають в сільській місцевості, тому постійно бувають на природі. Серед відповідей на це питання були і такі, як:» ніколи не виїжджаємо 2 %. При цьому батьки основною причиною вказали наявність кліщів в лісі. Не відповіли на питання 3 % батьків. Таким чином, велика частина опитаних виїжджають на природу з дітьми рідко, а якщо виїжджають, то тільки влітку на дачу. Ніхто з батьків не вказав ліс, як об'єкт, куди виїжджають відпочити разом з дітьми. Через небезпечну обстановку з кліщами в нашому районі.

Для з'ясування знань про природні засоби оздоровлення анкетованим було запропоновано відповісти на наступне питання: «чи користуєтеся ви природними засобами оздоровлення? Якими?»

За результатами відповідей батьків розділили на 2 групи. Ствердно відповіли на поставлене запитання і пояснили, чим вони користуються, 42 % батьків. Серед зазначених природних засобів оздоровлення були трави, вітамінні чаї, мінеральна вода, мед, прополіс. Не забули і такий засіб як лазня. Ніхто з батьків не назвав такі природні засоби оздоровлення як сонячні і повітряні ванни, які є природними засобами загартовування.

В ході обробки відповідей, отриманих на питання: «Як часто хворіє ваша дитина?» з'ясувалося, що у (1 %) дитина, за твердженням батьків, не хворіє, на думку 55 % батьків їх дитина хворіє не більше 1-2 разів на рік. Схильні до

захворювань більшою мірою (3-4 рази на рік) – 40 % дітей. Хворіють щомісяця діти у 4 батьків 4 %.

Відповідаючи на дев'яте питання «до яких захворювань найчастіше схильний ваша дитина?» 92 % батьків вказали захворювання простудного характеру в холодну пору року. Це ж підтверджують і статичні дані дитячої лікарні. На захворювання алергічного характеру вказали 6 % батьків, 1 % відзначили, що їх дітей турбують хвороби шкірних покривів.

Відповіді батьків на питання «що на Ваш погляд є основною причиною захворювань вашої дитини? «дали підставу вважати, що 37% респондентів основну причину захворювань своєї дитини бачать в несприятливих екологічних умовах навколишнього середовища. 14% опитаних посилаються на незадовільне медичне обслуговування. На погане матеріальне становище вказують 14 % батьків. Брак наявних знань у питаннях збереження здоров'я відзначили 30 % анкетованих. Графу «інші причини» обрали 3 % респондентів, пояснивши «... причину захворювань дитини бачу в поганий спадок», «моя дитина хворіє майже кожен місяць». Причину цього я бачу в низькому імунітеті дитини.

Отримані відповіді свідчать, що батьки не вважають свій спосіб життя причиною захворювань, однак, в дослідженнях Н. М.Амосова доведено, що стан здоров'я людини більш ніж на 50% залежить від способу життя.

В оцінці стану здоров'я дітей батьки розділилися на дві групи.

Перша група батьків – 15 %, вважає, що стан здоров'я їхньої дитини в даний час «хороший».

Друга група – 85 з 100 85 % опитаних, відповідаючи на поставлене запитання вказали, що здоров'я їхніх дітей «задовільне».

Порівнюючи дані, отримані при анкетуванні вихователів, ми прийшли до висновку, що батьки більш критично ставляться до здоров'я своїх дітей, ніж вихователі, тому в їх відповідях переважає задовільна оцінка.

В кінці анкети батькам пропонувалося внести свої пропозиції для поліпшення роботи по формуванню здорового способу життя в дошкільному закладі.

Пропозиції батьків для поліпшення роботи в ЗДО були наступні. Збільшити час перебування дітей на свіжому повітрі запропонували 30% батьків. Деякі батьки пропонували поєднувати заняття фізичними вправами з прогулянкою. Типові пропозиції: «можна робити зарядку на свіжому повітрі». Вносячи свої пропозиції, батьки уточнювали, що слід стежити за одягом дітей на прогулянці (зав'язаний шарф, ні відкрита груди і т.п.), тим самим, показуючи, що вони стурбовані наглядом за дітьми під час прогулянок.

Запропонували проводити оздоровчі заходи – 25% респондентів. Батьки висловили бажання мати в ЗДО спеціальний кабінет для оздоровлення дітей, де фахівець регулярно б проводив з дітьми роботу по корекції постави, дихальну гімнастику, гартують процедури, професійний масаж.

Приділяти більше уваги заняттям фізичною культурою і гартують заходам запропонували 11% батьків. Типові висловлювання опитаних: «... проводити якомога більше спортивних заходів», «.. приділяти увагу фізичному вихованню дітей».

На поліпшення консультаційної роботи з батьками з питань збереження та зміцнення здоров'я дітей звернули увагу 11% анкетованих. Так, одна з батьків пише: «вважаю, що необхідний лекторій для батьків на тему Збереження і зміцнення здоров'я дітей». «Було б дуже добре, якщо батьків вчасно консультували про заходи збереження здоров'я дітей в осінньо-зимовий період, під час масових простудних захворювань».

Пропозиція давати дітям знання про здоровий спосіб життя було отримано від 2% опитаних.

Найчастіше проводити спільні заходи для дітей та батьків (спортивні свята, естафети, конкурси) запропонували 1% респондентів.

Невелика кількість батьків 7 % відповіли, що їх влаштовує все в діяльності дошкільного закладу.

Не виявили зацікавленість і не внесли свої пропозиції щодо поліпшення роботи у формуванні здорового способу життя в ЗДО 13% батьків.

Таким чином, на основі аналізу матеріалів, отриманих шляхом анкетування батьків можна зробити висновки:

У формуванні здорового способу життя у дітей батьки недооцінюють значення природних засобів оздоровлення. Велика кількість батьків 85 % не задоволені цим станом здоров'я дітей. Основними причинами хвороб дітей бачать в несприятливих екологічних умовах і в нестачі наявних у себе знань про здоровий спосіб життя. Батьки не беруть до уваги, що стан здоров'я дітей багато в чому залежить від способу життя сім'ї. Батьки зацікавлені у вдосконаленні роботи ЗДО, на що вказує їх активна позиція при внесенні пропозицій щодо формування здорового способу життя у дітей в ЗДО, серед яких 11% батьків вказали на необхідність об'єднання зусиль ЗДО і сім'ї у формуванні у дітей здорового способу життя.

2.2. Діагностика рівня сформованості уявлень про здоровий спосіб життя у старших дошкільнят

В сучасних умовах поступового переходу до різноманітності в навчанні і вихованні великого значення набуває точна порівнянна інформація про сильні і слабкі сторони явищ, процесів, що відбуваються в дошкільному навчальному закладі. Таку інформацію може представити діагностика, яка і дозволяє нам визначити показники і критерії сформованості уявлень про здоровий спосіб життя.

У психолого-педагогічній літературі існують різні підходи до визначення об'єктивних вимірників ефективності та якості освітньої діяльності. Але в той же час в теорії і практиці освіти існують загальні вимоги до виділення і обґрунтування показників і критеріїв. Показник-це те, по чому можна судити про розвиток і хід чого-небудь. Критерій – це ознака, на підставі якого проводиться оцінка, судження.

У зв'язку з цим необхідно обґрунтування показників через ряд якісних ознак (критеріїв), у міру прояву яких можна судити про більшу чи меншу ступінь вираженості даного показника.

Психологами (Л.А. Венгер, В. В. Зінківський, Д. Ф. Петяєва) виділяються властивості, що характеризують уявлення: повнота, стійкість, усвідомленість, цілісність.

Н. Н. Кондратьєва, Л. М. Маневцова, П. Г. Саморукова і В. І. Логінова виділяють наступні показники і критерії знань у дітей дошкільного віку:

- повнота (або обсяг знань) – різноманіття об'єктів і сторін пізнавального об'єкта;
- істотність знань-виділення істотного в об'єкті;
- узагальненість знань-виявлення сутності цілого класу об'єктів, об'єктивних зв'язків всередині класу (відбивається в узагальнених представленнях, елементарних поняттях);
- системність знань-пізнання сукупності об'єктивних істотних зв'язків; цілісний розгляд об'єктів, що відтворює зміст і структуру понять про них.

Враховуючи розглянуті критерії оцінки знань у дошкільнят, запропоновані Н.Н. Кондратьєвої, Л. М. Маневцової, П. Г. Саморукової, В. І. Логінової і психологами Л. А. Венгером, В. В. Зінківським, Д. Ф. Петяєвої, а також в результаті аналізу завдань формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в програмах нами були розроблені показники і критерії оцінки сформованості уявлень про здоровому способі життя:

- повнота: наявність у дітей уявлень про здоров'я як стан організму, про доступні способи зміцнення здоров'я, про природні фактори оздоровлення (сонце, повітря, вода, Лікарські рослини), про заходи запобігання захворювань, про можливі способи передачі інфекцій, про значення культурно-гігієнічних навичок, харчування, загартовування, щоденної рухової активності, про фактори, що негативно впливають на здоров'я;
- усвідомленість: здатність пояснювати значення поняття «здоров'я», тобто залежність здоров'я від стану навколишнього середовища (соціального

та екологічного), усвідомлювати вплив природних факторів Оздоровлення на збереження і зміцнення здоров'я;

- узагальненість: вміння виявляти сутність різних видів діяльності, предметів, об'єктів і явищ навколишнього соціальних і природних дій в діяльності, спрямованих на формування, збереження і зміцнення здоров'я;

- системність: наявність цілісності розгляду об'єктів соціальної та екологічної навколишньої дійсності, що впливають на здоров'я і здоровий спосіб життя людини.

Всі показники оцінювалися за 3-х бальною системою, в якій кожен бал виражає зміст існуючого рівня. Спираючись на середній бал, ми визначали рівень сформованих уявлень про здоровий спосіб життя у дошкільнят. Нами було виділено 3 рівня. На констатуючому етапі дослідження рівня сформованих уявлень про здоровий спосіб життя використовували серійний експеримент. У першій його серії визначалася наявність наявних у дітей уявлень про здоров'я і здоровий спосіб життя. Дослідження здійснювалося за допомогою таких діагностичних методів як індивідуальні бесіди з дітьми, розповіді дітей, аналіз дитячих малюнків. У другій серії експерименту ставилося завдання-виявити наявність поведінкового компонента сформованості уявлень у дітей про здоровий спосіб життя. Використовувалися діагностичні завдання, проблемні ситуації і спостереження.

Діагностика проводилася індивідуально з кожною дитиною

З метою з'ясування наявних уявлень дітей про здоров'я і здоровий спосіб життя проводилася індивідуальна бесіда.

Аналізуючи відповіді дітей на перше питання «Як ти думаєш, що таке здоров'я?» ми отримали наступні результати:

Здоров'я – це відсутність хвороби у людини – так вважають 30 %. Характерні відповіді дітей: «Здоров'я – це коли не хворієш», «...це, щоб не кашляти, не хворіти». Дана група відповідей відповідала середньому рівню.

Решта відповіді ми віднесли до низького рівня, так як діти не розуміють сенсу поняття «здоров'я», таких відповідей 8 %. Під здоров'ям вони мають на увазі ліки і лікування.

Здоров'я – це заборона на хворобу. Так думають 2 %. Отримані відповіді: «Здоров'я – це не можна хворіти» «...не можна ревіти, щоб не хворіти».

Не змогли відповісти на поставлене запитання 60 %.

Таким чином, можна сказати, що 30 % опитаних дітей шостого року життя є уявлення про здоров'я, як стан людини, коли він не хворіє. Проте, у більшості опитаних дітей 70 % поняття «здоров'я» ще не сформувалося. В ході бесіди вони не змогли відповісти або відповідали: «Не знаю», або мовчали.

Для виявлення уявлень дітей про корисну для здоров'я їжі було поставлено наступне питання: «від якої їжі людина буде здоровою і чому?» Були отримані наступні відповіді.

До першої групи ми віднесли 22% дітей, відповіді яких відповідали середньому рівню. Дошкільнята пояснили, чому саме від цієї їжі людина буде здоровою, наводили наступні аргументи: «тому що вона корисна», тому що смачно і корисно», «щоб вирости великим, щоб вирости здоровим». Відповіді дітей свідчать про те, що харчування дітей не завжди буває різноманітним, тому, в уявленнях дітей цей фактор не простежується. Це пов'язано також з тим, що багато сімей в даний час не можуть собі дозволити часто купувати фрукти.

- «Від фруктів і овочів». Так відповіли 10 %. Характерні відповіді: «треба їсти фрукти, вони смачні і корисні», від моркви, картоплі та огірка «та ін.пояснювали свою відповідь: «...тому що вони корисні», «...тому що в них вітаміни». Ця група відповідей також показує, що у дітей не сформовано уявлення про користь для здоров'я різноманітного харчування.

Наступна група відповідей відповідала низькому рівню.

- «Від таблеток і ліків» – сказали 15 %. Зразкові відповіді: « Таблетки треба їсти, щоб не хворіти», від ліків». Були й такі відповіді: «від таблеток, вони допомагають одужувати, від ліків, тому що там багато вітамінів». Дані

відповіді свідчать, що діти мають уявлення про ліки як засоби для одужання, але тому що деякі види ліків приймаються тим же шляхом що і їжа, плутають їх з продуктами харчування.

- «Від вітамінів». Таку відповідь дав (1 %).

- «Від шоколаду, цукерок» – відповіли (3 %). Вони говорили: «...від шоколадок, чупа-чупсів, тому, що мені мама кожен день чупа-чупси купує», «від цукерок, вони смачні» і навіть мотивували несуттєвими ознаками «від кіндера – там сюрприз».

- Не відповіли на запитання 49 %.

Результати відповідей дітей на третє питання «що тобі потрібно, щоб відчувати себе здоровим (здоровою)? ми умовно розділили на групи.

Першу групу склали відповіді 17 %, де вони вказали на потребу в їжі. Характерні відповіді: «їсти треба корисні продукти», «їсти хорошу їжу». Деякі відповіді говорили про нестабільне матеріальне становище в сім'ях. Діти відповідали: «треба просити кожен день фрукти».

Другу групу склали відповіді 25 %, що вказують на потребу в ліках та медичній допомозі. Діти говорили: «ліки треба пити, таблетки їсти, лежати, таблетки пити, до лікаря ходити, лікуватися».

У третю групу ми включили відповіді, що вказують на необхідність в заняттях фізичними вправами. Отримані відповіді: «кожен день зарядкою займатися, займатися спортом». Такі відповіді були отримані у 8 %. З них 2 % додали необхідність культурно-гігієнічних процедур. Зразкові відповіді дітей: треба робити зарядку вранці, чистити зуби і вмиватися.

До четвертої групи ми віднесли відповіді, де діти відзначили, що для того, щоб відчувати себе здоровими, їм потрібно відвідувати ЗДО. Так, Лера Х. (6 років) відповіла: «мені треба ходити в дитячий сад, щоб займатися, на вулиці бути, гуляти, грати». Рома н. (6 років) сказав: «треба в садок ходити, гуляти і спати». Відповіді дітей свідчать, що в їхній родині дошкільний заклад користується авторитетом. Слід зазначити, що всі діти, які відзначили в своїх

відповідях необхідність відвідувати ЗДО, додавали, що потрібно гуляти на вулиці. Подібні відповіді дали 6 дошкільнят 6 %.

Не змогли відповісти на поставлене запитання 44%.

Таким чином, за результатами відповідей на це питання, ніхто з дітей не був віднесений до високого рівня. Всі відповіді, враховуючи фрагментарність уявлень, були віднесені до низького рівня, крім 4 групи відповідей 6%, які ми віднесли до середнього рівня, так як у відповідях дітей простежувалися деякі уявлення про правильну поведінку людини, про різноманітні види діяльності.

Для виявлення уявлень дітей про небезпечні, шкідливі для здоров'я людини фактори навколишнього середовища (соціальних і екологічних), дітям пропонувалося відповісти на наступне питання: «від чого людина може захворіти?» В ході бесіди були отримані наступні відповіді, віднесені нами до середнього рівня. Результати відповідей ми занесли в таблицю. Наступну групу відповідей ми віднесли до високого рівня, так як 15 % назвали кілька з перерахованих вище причин. Так Лера Х. відповіла: «захворіти можна від холоду на вулиці і від грипу», Ілля С. сказав «від цукерок – вони солодкі і від них зуби болять. Від грибів нехороших. Від хвороб різних»

- Не відповіли на поставлене запитання 7 %.

Таким чином, в розумінні дошкільнят, серед факторів негативно впливають на здоров'я, безумовно, лідирують «хвороби» на це вказують 38% відповідей. Причому, лише 3% дошкільнят усвідомлюють причину хвороби, як передачу інфекції від хворої тварини. Ніхто з дітей не відзначив такий фактор, несприятливо впливає на здоров'я, характерний для всіх міст, як вихлопні гази від автомобілів.

Для того щоб уточнити наявні у дітей уявлення про небезпечні, шкідливі фактори навколишнього середовища були задані наступні уточнюючі питання: «що може погано впливати на твоє здоров'я в приміщенні? Чому? і що може нашкодити твоєму здоров'ю і здоров'ю оточуючих людей на вулиці? Чому?».

Відповіді учасників бесіди на питання «що може погано впливати на твоє здоров'я в приміщенні? дали підставу вважати, що більшість дітей 88 % не мають уявлень про шкідливі фактори всередині приміщень і не виділяють їх з навколишнього світу. Дошкільнята відповідали: «Не знаю». Одна дитина відповіла, що погано впливає на здоров'я в приміщенні «карантин» 1 %, при цьому не пояснив, що це таке і як це може нашкодити здоров'ю. Відповіли на поставлене запитання 12 %. Вони вказали на такі фактори як пил 4 %, «Тварини (Кішки)»(3 %, «шум» 1 %.

Враховуючи фрагментарність відповідей, ці діти були віднесені до низького рівня.

Відповідаючи на наступне питання «що може нашкодити твоєму здоров'ю і здоров'ю оточуючих людей на вулиці? Чому?» всі Дошкільнята 100% назвали наступні природні явища: холод, сніг, вітер, дощ, а також бруд на вулиці і «погане повітря». Погану поведінку на вулиці назвали 2 %. Обґрунтовуючи свої відповіді, всі дошкільнята відповідали: «тому що можна захворіти». За результатами відповідей всі діти були віднесені до середнього рівня.

Таким чином, з відповідей видно, що старші дошкільнята мають недостатньо уявлень про негативно впливає на здоров'я навколишнього (соціального та екологічного) середовища, тому що в роботі з дітьми ця тема не зачіпалася.

Для виявлення у дітей уявлень про засоби і способи лікування захворювань поставили наступне питання: «Чим люди лікують хвороби?» Відповіді показали, що 87 % мають деякі уявлення про лікування, в основному медичними засобами. Цю групу дітей ми віднесли до середнього рівня. Вони відповідали, що люди лікуються ліками і таблетками, які купують в аптеці, а також згадали про такі засоби лікування як уколи, гірчичники і сироп, або називали запам'яталося з часу хвороби або побачене по телевізору ліки.

До засобів лікування, поряд з медичними препаратами, 18 % віднесли чай з варенням, з медом, з них на такий засіб як чай з лікувальної трави вказали

2 дітей 2 %, пояснивши, що таким часом їх лікували бабусі. Цю групу відповідей ми віднесли до високого рівня.

Таким чином, результати бесіди з дітьми показали, що старші дошкільнярі мають деякі уявлення про здоровий спосіб життя, проте рівень уявлень дітей дуже невисокий. Бесіда не була спрямована на з'ясування всього обсягу уявлень про здоровий спосіб життя.

З метою уточнення уявлень у дітей про здоровий спосіб життя їм було запропоновано самотійно скласти розповідь на тему: «що я повинен робити кожен день, щоб відчувати себе здоровим».

Не всі діти впоралися з цим завданням 7 % відмовилися розповідати, мотивуючи тим, що вони не знають, що говорити. Велика кількість дошкільнят 38 % в своїй розповіді вказували на необхідність в лікуванні і були віднесені до низького рівня. Так, Стас (5 років) розповідає: «мені треба ліки від горла пити, вітаміни і таблетки, або йти в лікарню». Більш детально, що потрібно робити, розповіла Олена (5 років): «треба пити ліки, капати в ніс, температуру міряти, уколи ставити. Аналіз крові здати, щоб дізнатися, будуть дітки хворіти чи ні». Наташа (5 років) відзначала: «спочатку треба виміряти температуру, якщо багато температури, то таблетки пити, ліки і уколи ставити».

Розповіді дають підставу вважати, що збереження здоров'я, в їх розумінні, асоціюється з необхідністю в лікуванні. Це пояснюється частими хворобами дітей (особливо простудними захворюваннями) і способами лікування хвороби. Діти у своїх відповідях не вказали на небезпеку прийому ліків. Ніхто не згадав природних засобів лікування. Уявлення дітей про засоби лікування пояснюються ситуацією, що склалася в сім'ях, де традиційно хвороби, як дорослих, так і дітей лікують в основному медичними препаратами.

Наступна група відповідей дошкільнят була віднесена до середнього рівня. В оповіданнях 25 % домінують і такі розповіді, в яких дошкільнята вказують на природну потребу в харчуванні. Розповідаючи, багато дітей обмежилися простим перерахуванням продуктів харчування, серед яких

найчастіше згадувалися: суп, каша, картопля, яйце, молоко. Деякі діти вказали на якісний склад їжі, сказавши, що треба їсти нормальну їжу. Інші діти відповідали коротко: «треба їсти» або є різні продукти».

На потребу у фізичних вправах вказали 18%, відповівши, що треба робити щодня зарядку. При цьому деякі з них додали дотримання гігієнічних процедур, сказавши: «щоб не хворіти, треба мити руки».

Найбільший інтерес викликала розповідь Данила К., віднесений нами до високого рівня, де він торкнувся різних аспектів дотримання здорового способу життя: «коли прокинешся, потрібно зайнятися зарядкою, вийти на вулицю, подихати свіжим повітрям. Ще треба поїздити на велосипеді, а якщо зима, то на лижах. Потім треба добре поїсти». Розповіді, в яких вказується на необхідність займатися спортом, грати, гуляти були відзначені ще у (2 %).

Серед оповідань дітей зустрічалися і такі: «щоб бути здоровим, треба сидіти вдома, не ходити в садок і не підчіплювати хвороби». Велика частина дошкільнят 38 % пов'язують оздоровчу діяльність безпосередньо з лікуванням, що було підтверджено попередньою бесідою з дітьми, як найбільш доступною для розуміння дітей діяльності, спрямованої на збереження здоров'я (захворів – полікувався – одужав). Частина дітей 3 %, віднесені до високого рівня, виділяють такі складові здорового способу життя як виконання зарядки, культурно-гігієнічні заходи, харчування і прогулянки. Дані уявлення обов'язкових дій людини (для того щоб бути здоровим), свідчать про розуміння дошкільнятами цих дій як необхідних.

Уявлення дітей про здоровий спосіб життя як активної діяльності, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я і знаходяться в тісній залежності від факторів соціального та екологічного середовища не було виявлено.

Для того щоб з'ясувати ступінь сформованості уявлень про здоров'я і характер емоційного ставлення до проблем здоров'я і здорового способу життя ми використовували тест «Здоров'я і хвороба», розроблений О.С. Васильєвої і Ф. Р. Філатовим, адаптувавши його для нашого дослідження. Модифікувавши

тест, ми не загострювали увагу дітей на» хвороби, а запропонували намалювати тільки «Здоров'я», як вони його собі уявляють.

В якості допоміжного тестового інструменту для прояснення нюансів емоційного стану і самопочуття дітей використовувалися елементи з тесту колірного вибору М.Люшера.

Мета даної методики полягала в тому, щоб об'єктивувати уявлення дітей про здоров'я і здоровий спосіб життя.

Для обробки отриманих результатів ми використовували показники, запропоновані О. С. Васильєвої і Ф. Р. Філатовим:

1. Сюжетність і динаміка малюнка (статичне зображення або розгорнуте зображення будь-яких дій). Виявляє активну або пасивну позицію по відношенню до здоров'я.

2. Колірна гамма, використання певних кольорів. Дозволяє визначити характер емоційного ставлення до проблем здоров'я.

3. Оригінальність (специфічність) зображення, використання особливої символіки дозволяє виявити ступінь впливу стійких соціальних уявлень про здоров'я і здоровий спосіб життя на виховання дитини.

Застосування рисункового тесту для виявлення уявлень про що-небудь, на думку Л.А. Венгера 40, засноване на принципі проекції, тобто на винесення зовні своїх переживань, уявлень, прагнень. Малюючи, дитина мимоволі, а іноді і свідомо передає своє ставлення до нього. Навряд чи він забуде намалювати те, що здається йому найбільш важливо і значимо, а ось тому, що він вважає другорядним, буде приділено набагато менше уваги.

Аналіз зображення передбачав обговорення з дитиною окремих деталей і уточнюючі питання, що стосуються змісту малюнка, відображення в ньому уявлень про здоров'я і діяльності, спрямованої на збереження здоров'я, відповіді на які фіксувалися експериментатором на окремому аркуші паперу.

Після того як діти отримали завдання намалювати «здоров'я», як вони його собі уявляють, ніяких додаткових вказівок і пояснень їм не давали. До виконання завдання дошкільнята поставилися по-різному. Частина дітей – 56

% відразу приступили до малювання, 44% довго вирішували, що намалювати, задавали питання, просили допомогти їм, але, не отримавши допомоги, частина дітей все ж починали малювати, 37 % дошкільнят відмовилися малювати.

Малюнки діти виконували кольоровими олівцями. Колір, як відомо, є не тільки засобом вираження уявлень про навколишню дійсність, а й засобом вираження емоційного ставлення до зображеного. Виходячи з цього, переважання в малюнках багатой колірної гами свідчить про духовне (психологічному) здоров'я дитини, його життєрадісності, енергійності, потреби і готовності до спілкування з оточуючими людьми, що свідчить про соціальне благополуччя дитини. Використання обмеженої колірної гами в своєму малюнку вказує на відсутність емоційної налаштованості дітей до зображуваного, відкриває байдуже ставлення до проблеми, обмеженість їх уявлень про здоров'я, здоровий спосіб життя і про навколишній світ.

Аналіз дитячих робіт дозволив умовно розділити їх на 3 групи.

Першу групу склали малюнки, на яких в якості об'єктів «здоров'я» 37 % зобразили себе або групу дітей, зани-маючихся спільною діяльністю. Так, 31 % дошкільнят зобразили себе. З них 11 %, зображуючи себе, використовували широку колірну гамму від 7 до 10 кольорів. Малюнки з ретельно промальованими деталями, що свідчить про емоційну значущість для дітей свого здоров'я. Майже всі малюнки зображують дітей, що знаходяться в статичному положенні і лише невелика частина в русі йдуть, біжать. Коментарі зображень, зроблені дошкільнятами, в основному носили характер перерахувань намальованого: «це я, це сонечко, хмари» або «це я посміхаюся. У мене плаття красиве». Найбільш обґрунтованими були відповіді 3 дітей 3 %. Розповідаючи про намальоване, вони говорили: «я себе намалював. Посміхаюся, значить здоровий. Це «я влітку бігаю, щоб не хворіти», або «я себе намалювала: очі, вії, язичок червоний. Я вітаміни їм. Сонечко, щоб грітися. Я не хворію, на підборах ходжу».

Малюючи себе як об'єкт здоров'я, 13 % використовували невелику колірну гамму від 2 до 4 кольорів яскравих відтінків. Зображення не деталізовані, невеликого розміру. Фігури зображені в статичному положенні. Два малюнки мають оригінальність у своєму виконанні. Одна дитина, зображуючи себе, спочатку намалював скелет, потім змалював його, надавши форму тулуба і закінчив малюнок трохи деталізувавши – намалював волосся, очі, ніс і рот. Незвичайний підхід до зображення людини дозволяє судити про вплив навчання на спеціальних заняттях з формування уявлень дітей про будову людини. Проте, на уточнююче запитання: «Чому ти себе так зобразив?» дитина не відповіла. Другий хлопчик зобразив себе, що піднімає гантелі. Пояснюючи зображення, дошкільник показав наявні уявлення про способи вдосконалення тіла людини шляхом вправ з гантелями.

6 % були зображені групи дітей, що займаються спільною діяльністю. Сюжети малюнків у всіх різні. Так Аня (5 років) коментує зображення: « Це я не хворію і гуляю з дівчатками». Саша (5 років) пояснює, що він намалював: «гості прийшли, святкують день народження, їдять торт і всім добре» і перерахував всіх намальованих «гостей». Особливою оригінальністю відзначився один малюнок. Марк (5 років) намалював себе з другом, що грають в казино. Пояснив так: «ми з другом граємо в казино, тому що сильні і не хворіємо, виграємо гроші». Уявлення дитини про здоров'я, мабуть, нав'язані частим переглядом телепередач. У Марка розуміння здоров'я включає такий показник як матеріальне благополуччя. Денис (5 років) зобразив себе з друзями. Своє зображення пояснив так: «це я буду сильним – пресильним, тому що я всього наївся. Це у мене м'язи. Це Паша, друг мій, він теж сильний. Тут Міша стоїть, теж сильний». У розумінні дитини поняття «здоров'я «тісно пов'язане з поняттям» сила», яка, на думку дитини, набувається шляхом прийому їжі. До другої групи ми віднесли малюнки, що зображують дітей, які лікуються». Сюжет малюнків у всіх однаковий. Діти, як правило зображували себе, поруч з собою лікарські препарати: таблетки, пляшечки, стакан з водою, баночку з вітамінами. Розповідаючи про намальованому, діти перераховували

зображені на малюнку предмети. Такі малюнки були у 19 %. Серед них зображення будиночка, на даху якого намальований Червоний Хрест. Поруч намальована машина з аналогічною символікою. Дитина прокоментувала свій малюнок так: «це я. Це аптека, це машина вантажна, вона везе ліки».

Небагата колірна гамма цієї групи малюнків дозволяє судити про характер емоційного ставлення до проблем здоров'я і свідчить про негативні спогади дитини про період його хвороби і лікуванні. Переважання кольорів «негативної тріади» – Фіолетовий, Коричневий, Чорний, згідно інтерпретації М.Люшера, вказують на пригнічений стан, незадоволеність актуальною життєвою ситуацією, хронічне напруження. Показово, що діти цієї групи схильні асоціювати поняття «здоров'я» з медициною («лікуватися, щоб бути здоровим» «ліки» і т. п.); це так само підтверджує наше припущення про те, що уявлення про хворобу і її подолання у них розвинені і диференціюються більшою мірою, ніж уявлення про здоров'я і здоровий спосіб життя. Уявлення дітей про здоров'я в основному придбані ними в період своєї хвороби або лікування родичів, яке спостерігав дитина. Наявний життєвий досвід дозволив дошкільнятам судити про збереження здоров'я не інакше як безпосередньому лікуванні. Один малюнок, який ми також віднесли до цієї групи, був присвячений лікарняній тематиці, мав позитивний характер. Лера 6 років зобразила кабінет стоматолога і себе, що сидить в кріслі на лікуванні. При виконанні малюнка дівчинка використовувала багату колірну гамму. Коментуючи зображення, вона пояснила: «я намалювала апаратуру для лікування зубок. Це крісло. Мене піднімали на ньому. Це я сиджу в кріслі» Лікаря дівчинка намалювала в кольоровому халаті. На прохання прокоментувати, чому халат лікаря кольоровий (адже за правилами він повинен бути білого кольору, або іншої світлої однотонної колірної гамою), Лера відповіла: «Я хочу, щоб у лікаря халат був Різнокольоровий. Так краще. Дивитися цікавіше, плакати не будеш». Відвідування лікаря-стоматолога сподобалося дівчинці і вона трохи пофантазувала, поліпшивши одяг лікаря.

Третю групу складають малюнки, що зображують природу (сонце, квіти, дерева). Таких малюнків 7 %, діти, при виконанні малюнка використовували від 4 до 7 яскравих кольорів. Зображення характеризувалися ретельної промальовуванням деталей, яскравою кольоровою гамою і активністю діючих на них осіб. Як правило, поняття здоров'я у таких дітей асоціюється з поняттями «радість», «щастя», «гра», що з'ясувалося в ході додаткової бесіди з цими дітьми при обговоренні їх малюнків. Але прокоментували зображення лише 4 дошкільника: Лера Х. «Я намалювала землю, квіточки, щоб люди ходили і нюхали», Олена К. «сонечко, щоб багато вітамінів давало, квіточку, щоб ароматно пахло і швидше вилікуватися. Річка, щоб було добре і можна було брати воду і вмиватися», Ілля С. «Траву намалюю, дерево з листям – це все лікувальне». Таким чином, міркування дітей про зображене говорять про те, що діти мають деякі уявлення про залежність здоров'я від навколишньої природи.

Аналіз малюнків «здоров'я» дає підставу зробити висновки:

- Дошкільнята поняття «здоров'я» найчастіше співвідносять з лікуванням і медичними установами. Маючи на увазі здоров'я, найчастіше зображують себе. Зображуючи себе в якості об'єкта здоров'я, дошкільнята оперують наступними характеристиками: «Я не хворію», «я здоровий», «я радію», «я граю», «я гуляю» і т.п. Це пояснюється тим, що дитина усвідомлює, що таке здоров'я тільки випробувавши на собі хворобу.

- Уявлення дітей про здоров'я і шляхи його збереження залежать від набутого досвіду дитини в період, коли він сам хворів або коли хворів хто-небудь з родичів.

- Збереження здоров'я для більшості дітей має на увазі вживання ліків.

- Виявлено деякі уявлення дітей про значення природи для збереження здоров'я людини.

- 37 % дошкільнят відмовилися малювати, мотивувавши тим, що не знають, що зобразити.

З метою виявлення поведінкового ставлення до проблем здоров'я та здорового способу життя використовували метод проблемної ситуації.

Кожній дитині індивідуально давалася наступна установка: уяви, що ви з друзями граєте в лікарню. Тобі першому запропонували вибрати роль. Яку роль ти б вибрала роль лікаря або роль хворого, якого лікує лікар. Після того як дитина віддавала перевагу будь-якої ролі, його просили пояснити, чому він зробив такий вибір.

Створення проблемної ситуації показало, що 34 % вибрали роль хворого. Найчастіше, пояснюючи свій вибір, вони наводили такі аргументи: «коли я хворів, мені давали смачні «вітамінки» і таблетки, бризкали в рот, мені було не боляче, а навіть лоскотно» або «коли я хворів, до мене приходила тітка лікар, вона мене слухала, дивилася шийку, мені перевірили температуру». Були й такі відповіді: «коли я хворів, я не ходив в садок, а сидів вдома з мамою, грав в «Денді», а тато купив мені машинку». Дітям задавалося додаткове питання: «тобі подобається хворіти?». Велика частина дітей 85 % відповіли, що хворіти їм не подобається, пояснивши це тим, що коли вони хворіли, їм було погано. Типові відповіді дітей цієї групи такі: «коли я хворів, то мені ставили уколи», «...я лежав у лікарні», «...мене не відпускали гуляти на вулицю». Однак, 15 % дали ствердну відповідь: нарешті я пограю!, «Мама буде зі мною, буде за мною доглядати і дасть що-небудь смачне». Троє дітей сказали, що не треба ходити в дитячий сад. З цього випливає, що діти за рахунок хвороби хочуть компенсувати ласку і увагу батьків, зайнятися улюбленою діяльністю або відмовитися від небажаної. Ці дошкільнята зі свого досвіду хвороби запам'ятали лише цікаві для них моменти, такі як візити лікаря додому, постійна присутність мами, покупка іграшки.

Для уточнення уявлень дошкільнят про «корисної» і «шкідливої» «для здоров'я їжі» нами було розроблено діагностичне завдання, що полягає в диференціюванні картинок із зображенням різних продуктів харчування на «корисні» і «шкідливі» для здоров'я.

Дітям пропонувалося розглянути предметні картинки із зображенням продуктів харчування (овочі, фрукти, молочні продукти, хлібо-булочні вироби, цукерки, торт, шоколад, чіпси, газовані напої) і розкласти картинки на «корисні» і «шкідливі» для здоров'я.

Аналіз результатів показав, що 58 % до групи «корисних» продуктів віднесли: фрукти, овочі, молочні продукти, хліб. Але тільки 27 %, дали правильне пояснення свого вибору. Серед істотних ознак корисності продукту діти виділили наявність в ньому вітамінів і корисних речовин: «фрукти – корисні, тому що там багато вітамінів, овочі треба їсти, там корисні речовини». Однак, деякі діти – 31 %, не змогли пояснити свій вибір. Найпоширенішими відповідями були: «це треба їсти «або» Мама каже, що все треба їсти». Ми припускаємо, що діти мають деякі знання про корисну для здоров'я їжу, але мають неповні уявлення про те, чому вона корисна. Частина дітей – 42 % при відборі продуктів поряд з «корисними» включили картинки із зображенням «не корисних» для здоров'я продуктів. Мотивувавши свій вибір словами: це смачно, я люблю цукерки, тато завжди мені купує газовану воду».

Таким чином, значна частина дошкільнят – 58 %, можуть диференціювати продукти на «корисні» і «шкідливі», інші діти мають неповні уявлення про користь продуктів і не можуть пояснити, чому ці продукти корисні.

Наступне діагностичне завдання передбачало виявлення уявлень дітей про різні види діяльності, що сприяють збереженню здоров'я.

Випробуванням запропонували розглянути наступну групу картинок із зображенням дітей, які виконують різну діяльність. На чотирьох картинках були зображені діти, що займаються спортом: каталися на ковзанах, лижах, санках, велосипеді. На інших картинках були зображені діти, які курили, їли «шкідливі» для здоров'я продукти, їли не чисті фрукти брудними руками. Дошкільнятам було запропоновано вибрати ті картинки, на яких зображені діти, що займаються корисною для здоров'я діяльністю.

Вибір, зроблений дітьми, показав, що 65 % до корисної для здоров'я діяльності віднесли заняття спортом. Також, в розряд «корисної» діяльності 21 % дошкільнят включили зображення дитини, що займається прийомом їжі, але ця картинка мала провокаційний характер, оскільки продукти, зображені на зображенні були з групи «шкідливих» для здоров'я. Щоб з'ясувати, чи не випадковий вибір, зроблений дітьми, їм задавали уточнююче питання: «як ти думаєш, хлопчик їсть корисні для здоров'я продукти? Після цього 9 дітей поклали картинку на місце, а 12 відповіли, що продукти ці корисні.

Деякі діти – 14 %, виконуючи завдання, вибирали всі картинки, крім зображення курців дітей, що говорить про наявність у дітей знань про шкоду куріння, але неповних уявлень про корисні для здоров'я види діяльності.

Отже, значна частина дошкільнят мають уявлення про корисні для здоров'я види діяльності. Для того щоб уточнити, наявні уявлення про шкідливі звички, дітям задавалося питання: «курити це корисно?». На це всі діти відповіли негативно і пояснювали, що курити шкідливо, хто курить, той весь час буде хворіти.

Наступне діагностичне завдання було направлено на визначення уявлення старших дошкільнят про предмети, і природних об'єктах допомагають людині зберегти здоров'я. Із серії картинок, що зображують різні предмети і об'єкти природи (засоби гігієни, ліки, спортивний інвентар, Лікарські рослини, воду, об'єкти природи (дерево), взуття, іграшки) дітям було запропоновано вибрати те, що надає допомогу в збереженні здоров'я. Дошкільнятам задавалося питання: «що тобі допомагає бути здоровим?».

За характером вибору ми виділили три групи дітей.

Першу групу складають випробовувані, які вибрали картинки із зображенням засобів особистої гігієни (зубна паста і щітка, мило і рушник) і ліків (таблетки, мазь, йод та ін.). Такий вибір зробили 59 %.

У другу групу ми включили старших дошкільнят, які обрали засоби особистої гігієни та спортивний інвентар лижі, м'яч, санки. Такий вибір зробили 32 %. З них 5 дітей 5 % вибрали ще й дерево. На уточнююче питання:

«як дерево допомагає берегти здоров'я? «діти відповідали по-різному. Так, Діма (5 років) пояснює свій вибір: «Тут чистим повітрям дихати можна». Альоша (5 років) каже: «біля дерева гуляти можна».

Деякі дошкільнята 3 % мотивували свою відповідь словами «це природа». На додаткове питання « як природа допомагає зберегти здоров'я?» відповідали «не знаю».

У третю групу ми віднесли дошкільнят, які обрали всі картинки. Такий вибір зробили 9 %. Діти не мотивували свій вибір. На додаткові запитання відповідали: «Не знаю».

Результати діагностичних завдань ми занесли в таблицю. Аналізуючи отримані дані, ми зробили наступні висновки:

- Не у всіх дітей старшого дошкільного віку сформовані уявлення про «корисних» і «шкідливих» для здоров'я продуктах. Лише 27 % можуть пояснити, чому продукти є корисними, виділяючи основна ознака користі – наявність вітамінів. Пояснити, що таке вітаміни, можуть тільки 10%, називаючи їх корисними речовинами. Для багатьох дітей вітаміни – це тільки ті горошинки в баночках, які продаються в аптеках, це було виявлено і в малюнках дітей про здоров'я. Такі уявлення дітей про корисні і шкідливі для здоров'я продуктах пояснюються тим, що ні батьки, ні вихователі дошкільних установ не загострюють увагу дітей на небезпеки вживання в їжу «шкідливих» для здоров'я продуктів.

- Значна кількість дошкільнят 65 % усвідомлюють, що заняття спортом, допомагають зберігати здоров'я. Це пояснюється хорошою роботою дошкільного закладу з фізичної культури, на що вказує вивчення педагогічної документації дошкільних установ. Однак, 35 % мають неповні уявлення про необхідні для збереження здоров'я видах діяльності, а також про природні фактори оздоровлення. Це також підтверджується вивченням педагогічної документації, аналіз якої підтвердив відсутність екологічної спрямованості у формуванні у дітей здорового способу життя.

- Результати виконання третього діагностичного завдання показали, що лише 5 старших дошкільнят 5 % уявляють, що природне довкілля допомагає зберігати людині здоров'я. 9 % дошкільнят, із завданням не впоралися. Решта 86 % мають не повні уявлення про значення природи для здоров'я людини.

З метою виявлення у дітей уявлень про потреби людини, тварин, птахів і вміння встановлювати залежність, існуючу між життям людини, тварини, птиці і навколишнім середовищем, дошкільнятам було запропоновано розглянути картинку із зображенням галявини у вигляді голої землі, неба і сонця.

Описати її і відповісти на питання:

1. Чи можуть жити в такому середовищі тварини і птахи? Чому ти так думаєш?
2. Чи зможе жити в такому середовищі людина? Чому ти так думаєш?

На перше запитання 6 % дітей не впоралися із завданням, відповідаючи, що вони не знають. Велика частина дошкільнят 73 % відповіли, що зможуть. Наведемо приклад відповідей дітей: «птах літає в небі, а небо тут є і сонечко світить, значить тепло. Тварини теж зможуть жити». Інша частина дошкільнят 21 % відповіли негативно, з них 19 % вказали на відсутність їжі для птахів і тварин. Типові відповіді: «не зможуть вони жити, тому що їм тут нічого їсти». Немає травички, ягідок «Тварини в лісі живуть. Тут лісу немає» Таким чином, лише деякі дошкільнята 19 % розуміють залежність, існуючу між життєвими потребами тварин, птахів та існуючим навколишнім середовищем.

Відповідаючи на друге питання, велика частина дітей 61 % дали негативну відповідь, мотивуючи тим, що людині потрібен будинок. З них 14 вказали на відсутність їжі і рослин. Необхідність рослин пояснили потребою людини в повітрі. Наприклад, Аня відповіла: «Якщо не буде дерев, трави, то людина не зможе дихати». 39 % дали позитивну відповідь, але не змогли пояснити, чому вони так думають.

Аналіз відповідей дітей на це питання показав, що лише невелика кількість старших дошкільнят 14 % усвідомлюють залежність людини від умов навколишнього середовища і мають деякі уявлення про потреби людини.

Для того, щоб уточнити наявні уявлення дітей про умови навколишнього середовища для життя людини і тварин, було проведено наступне діагностичне завдання. У першій його частині випробуванім було запропоновано розглянути ілюстрації із зображенням лісу, не зворушеного цивілізацією і лісу, наполовину вирубаного і частково засміченого, дітям пояснювали, що ліс – це будинок для тварин і тому потрібно вибрати картинку із зображенням лісу, в якому тварині буде добре. Пояснити, чому вони так думають?

Результати вибору були наступні. Більшість опитаних 75 % зробили правильний вибір і вказали на зображення лісу, не зворушеного цивілізацією. Пояснили, що тут тваринам буде добре, тому що: «тут красиво», багато дерев, за ними можна сховатися від хижаків», «тут ростуть ягоди, їх можна їсти».

Потім дітям пропонували розглянути 3 картинки. Зображення квітучої галявини, зі зростаючими деревами і будиночком з відкривається вікном. За допомогою вікна можна було розглянути внутрішнє оздоблення будиночка. На першій картинці в будиночку чисто, затишно, є кімнатні рослини, тварина (кішка). На другій картинці в будиночку не прибрано, немає кімнатних рослин і домашніх тварин. На третій картинці таке ж зображення галявини з будиночком, але в сусідстві з заводом і автодорогою.

Дітям було запропоновано вибрати картинку, де людині буде добре, пояснити свій вибір.

В результаті проведеного завдання ми виділили 2 групи дітей за рівнями сформованості уявлень про умови навколишнього середовища для життя людини.

До середнього рівня були віднесені 71 %, які вказали на перші 2 картинки. Пояснюючи такий вибір, діти наводили наступні аргументи: «на цих картинках дуже красиві квіти і будиночок, де людина зможе жити. Можна

погуляти на галявині, пограти» (Олена З.), «Тут людині буде добре, тому що багато дерев і квітів. Красиво» (Рома Н.). Можна сказати, що розглядаючи перші 2 ілюстрації дошкільнята не помітили умови внутрішнього оздоблення будиночків, тим самим показавши, що мають не точні уявлення про значення стану навколишнього середовища для людини.

До низького рівня ми віднесли 29 %, які вказали на всі картинки, що свідчить про те, що вони не мають уявлень про умови навколишнього середовища та її вплив на здоров'я людини.

Діагностика поведінкового компонента уявлень дітей старшого дошкільного віку про здоровий спосіб життя припускала вивчення ступеня прояву самостійності та ініціативи в діяльності, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я, а саме у виконанні культурно-гігієнічних заходів, де діти могли проявити ініціативу і самостійність. Ініціативу і самостійність в таких видах діяльності як виконання фізичних вправ, загартовування ми не досліджували, оскільки ці заходи завжди проводяться під керівництвом педагога.

Проведені спостереження показали, що лише у невеликій частини старших дошкільнят 28% проявляються елементи самостійності. Однак в основному переважає самостійність репродуктивного характеру, що виявляється у старших дошкільнят в тому, що вони виконують культурно гігієнічні заходи після нагадування педагога.

Розглядаючи в якості одного з показників поведінкового компонента ініціативність, Ми спираємося на розумінні її як самодіяльної участі дитини в діяльності, в якій він бере на себе рішення будь – якої задачі і виступає як її активний провідник в житті. Як вказує В.Г. Маралов, ініціативність характеризується виходом за межі необхідного. У нашому випадку ініціативність проявляється в умінні дошкільником виконувати культурно-гігієнічні заходи в результаті особистої потреби.

Спостереження дозволили виявити певну групу старших дошкільнят 22 %, які проявляють ініціативність у культурногігієнічних навичках, ініціативно використовують наявний досвід.

Наведемо приклад протокольного запису:

Вероніка ж.: «Перед сніданком завжди без нагадування вихователя йде мити руки. Кличе з собою інших дітей. Миє ретельно, з милом. На прогулянці, забруднивши руки користується хусткою».

Діти наступної групи 29 % в процесі спостережень періодично проявляли ініціативу, крім того, вона була нестійка. Часто стимулом до ініціативи ставали навідні питання вихователя. Наприклад: «Оля, подивися уважніше на свої руки. Що слід зробити, перш ніж сісти за стіл? або звернення до всієї групи дітей: «що потрібно зробити після обіду, щоб ваші зубки були здоровими?»».

Велика кількість дітей 47 % практично не проявляли ініціативи. Вони діяли, дотримуючись пропонованої педагогом інструкції. Лише іноді старші дошкільнята даної групи задавали питання педагогу, намагаючись підтвердити (або спростувати) висунуті припущення. Наприклад: «Наталя Іванівна, а після прогулянки треба витирати ноги, на ділянці ж не брудно?» і т. п.

Підводячи підсумок діагностичного етапу, націленому на вивчення сформованості у дітей старшого дошкільного віку показників поведінкового компонента сформованості уявлень про здоровий спосіб життя, ми прийшли до наступних результатів, які відображені в таблиці. Спираючись на отримані результати, можна говорити про недостатню сформованості показників поведінкового компонента уявлень про здоровий спосіб життя. Так, в ряді випадків досліджувані нами якості проявляються епізодично, а іноді і зовсім не проявляються. Так, ініціатива незначна в своїх проявах у більшості дошкільнят 47 %.

Проводячи паралель з частим використанням вказівок педагога, можна відзначити, що завдання формування самостійності та ініціативи часто не

усвідомлюється як всеосяжна і систематична, а її рішення здійснюється епізодично, фрагментарно. Ми вважаємо, що в умовах систематизації уявлень про здоровий спосіб життя можливо більш ефективний розвиток самостійності старших дошкільнят.

Діагностика рівнів сформованості уявлень про здоровий спосіб життя у дошкільнят мала на увазі оцінку уявлень по кожному діагностичному завданню індивідуально з урахуванням вираженості певних показників і критеріїв.

- перше питання бесіди, оцінюється за двома критеріями (повнота і усвідомленість), тому, максимальне число балів, що відповідає високому рівню, за відповідь на це питання має бути 3, середній рівень – 2 бали, низький рівень 1 бал. Відповіді на інші питання оцінювалися за всіма чотирма критеріями (повнота, усвідомленість, узагальненість, системність).

Результати виконання діагностичних завдань. Згідно з розробленими показниками і критеріями, в результаті індивідуального діагностування уявлень дітей про здоровий спосіб життя нами були визначені три рівні наявних уявлень про здоров'я і здоровий спосіб життя у старших дошкільнят.

Глибокий рівень – високий (24 - 30 балів). – у дітей є повні уявлення про здоровий спосіб життя як активної діяльності, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я, про здоров'я як стан організму, коли людину не хворіє і добре себе почуває, про заходи попередження захворювань, про можливі причини захворювань, про доступні способи зміцнення здоров'я, про природних факторах оздоровлення (сонце, повітря, вода, лікарські рослини), про харчування, значення культурно-гігієнічних навичок, загартування, щоденної рухової активності, а також про фактори негативно впливають на здоров'я і здоровий спосіб життя людини (соціальні та екологічні фактори). Дошкільнята усвідомлюють, що здоровий спосіб життя людини залежить від умов соціального та екологічного навколишнього середовища; розуміють, що здоров'я залежить від способу життя людини і стану навколишнього середовища(соціальної та екологічної), усвідомлюють значення природи для

оздоровлення і зміцнення здоров'я людини-діти здатні виявляти сутність різних видів діяльності людини, предметів, об'єктів і явищ навколишньої соціальної та природної дійсності, спрямованих на формування здорового способу життя. У уявленнях дітей простежується цілісність розгляду здоров'я і здорового способу життя людини в тісному зв'язку з умовами навколишнього соціального і природного середовища. На етапі констатуючого експерименту глибокий рівень не був присвоєний жодному дошкільнику.

Достатній рівень – середній (16 - 23 балів). У дітей є уявлення про здоровий спосіб життя як необхідну умову збереження і зміцнення здоров'я людини, про здоров'я як стан людини, коли він не хворіє, дошкільники мають уявлення про деякі заходи попередження захворювань, про деякі причини захворювань, діти демонструють не повні уявлення про природні фактори оздоровлення, про значення культурно-гігієнічних заходів, харчування, загартовування, фізичної культури, про фактори, що негативно впливають на здоров'я і здоровий образ життя людини. Дошкільнята розуміють залежність здоров'я від способу життя людини, від стану екологічного навколишнього середовища, діти усвідомлюють значення природи в зміцненні здоров'я людини. Діти здатні виявляти сутність деяких видів діяльності людини, предметів, об'єктів і явищ навколишньої соціальної та природної дійсності, спрямованих на формування здорового способу життя. Даний рівень був характерний для 63% дошкільнят.

Поверхневий рівень-низький (9-15 балів). Діти мають недостатньо уявлень про здоров'я і здоровий спосіб життя, не можуть пояснити смислове значення поняття «здоров'я», мають деякі уявлення про способи лікування і заходи попередження захворювань, про значення культурно-гігієнічних навичок, харчування, загартовування, рухової активності, не мають уявлень про природні фактори оздоровлення і про фактори, що негативно впливають на здоров'я і здоровий спосіб життя людини. Дошкільнята розуміють залежність здоров'я від способу життя людини, але не усвідомлюють, що здоров'я залежить і від стану навколишнього екологічного середовища, не

усвідомлюють значення природи в зміцненні здоров'я людини. Діти здатні виявляти сутність деяких видів діяльності людини, предметів навколишнього світу, що сприяють формуванню здорового способу життя, але не усвідомлюють сутність об'єктів і явищ навколишньої соціальної та природної дійсності. Дошкільнята не розглядають здоров'я і здоровий спосіб життя людини в тісному зв'язку з умовами навколишнього соціального і природного середовища. Цей рівень зафіксовано у 37 % дітей.

Аналіз результатів констатуючого експерименту дозволив виявити, що рівень сформованості уявлень про здоровий спосіб життя, про залежність здоров'я від стану навколишнього середовища у старших дошкільнят в цілому невисокий. Маючи уявлення про способи лікування (в основному медичними препаратами), Дошкільнята показали неповні уявлення про способи зміцнення і збереження здоров'я. Діти мають малий обсяг знань про природні засоби оздоровлення, у великій кількості дітей ці знання відсутні.

У висновку необхідно відзначити, що наявні уявлення дошкільнят про залежність здоров'я людини від впливу навколишнього соціального та екологічного середовища, що є основою формування здорового способу життя невисокі. Більшість дітей не мають уявлень про вплив навколишнього середовища на здоров'я людини.

Результати констатуючого експерименту показали, що:

- Проблема формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя усвідомлюється з боку педагогів і батьків.

- Для більш ефективної роботи по даному напрямку ЗДО і батькам необхідно налагодити більш тісний контакт на основі взаємної довіри і взаємодопомоги педагогів і батьків.

- Для збагачення знань батьків і педагогів про формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя необхідно організувати просвітницьку діяльність в ЗДО у вигляді бесід, консультацій, на яких розкрити наступні аспекти проблеми: актуальність теми, залежність стану здоров'я від

навколишнього соціального та екологічного середовища, значення природи для здоров'я людини.

- Причиною недостатньо сформованих уявлень про залежність здоров'я від умов навколишнього середовища є стан роботи ЗДО щодо формування здорового способу життя. На тлі відносно високого рівня залучення дітей до фізичної культури і культурно-гігієнічним навичкам спостерігається недостатнє використання біологічного, соціального та екологічного компонента у формуванні у дітей уявлень про здоровий спосіб життя.

- Ми вважаємо, що ознайомлення дітей з організмом людини, формування уявлень про здоров'я, способи збереження і зміцнення здоров'я, усвідомлення дошкільнятами залежності здоров'я людини від способу життя і впливу навколишнього соціального та екологічного середовища, а також ознайомлення дітей з природними засобами оздоровлення в процесі спеціально організованої роботи сприятиме значному підвищенню рівня уявлень дітей про здоровий спосіб життя і як результат формуванню уявлень про здоровий спосіб життя.

2.3 Технологія формування уявлень про здоровий спосіб життя у старших дошкільнят

Аналіз психолого-педагогічних досліджень, а також з'ясування позитивних сторін і типових недоліків у формуванні у дітей уявлень про здоровий спосіб життя в ЗДО і сім'ї, і умовний поділ дітей за рівнем наявних уявлень про здоровий спосіб життя дозволило перейти до реалізації педагогічної технології формування у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя.

Метою нашої педагогічної технології стало формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя.

Реалізація мети стала можливою при організації наступних заходів:

1. Організація системи занять з формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя, методологічною основою яких було об'єднання біологічної, соціальної та екологічної складової.

2. Організація серії бесід, дослідів, спостережень, екскурсій, ігор, проблемних ситуацій з метою формування та закріплення уявлень про здоровий спосіб життя.

3. Організація методичної роботи з педагогічним колективом і батьками.

Основною особливістю технології є те, що при відборі доступних дітям старшого дошкільного віку біологічних, соціальних і екологічних складових уявлень про здоровий спосіб життя використовувалася ідея впливу на здоровий спосіб життя соціальних і екологічних факторів навколишнього середовища. Виходячи з цієї ідеї, в змісті технології відображені деякі соціальні та екологічні проблеми, що впливають на стан здоров'я і на здоровий спосіб життя людини, доступні розумінню дітей старшого дошкільного віку (забруднюючу дію промислових підприємств, заводів, автотранспорту, звалищ сміття та інше, їх вплив на здоров'я і здоровий спосіб життя людини).

Формування уявлень про здоровий спосіб життя здійснювалося в такій послідовності: ознайомлення з поняттями «здоров'я» і «спосіб життя людини»; формування уявлень про залежність здорового способу життя від стану навколишнього середовища; усвідомлення здорового способу життя як основи збереження і зміцнення здоров'я. На наш погляд, успіх формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя багато в чому визначається цілеспрямованістю виховно-освітньої роботи і взаємодією педагогів і батьків. У дошкільному закладі діти проводять більшу частину свого часу і саме в ЗДО можуть бути створені реальні умови для проектування і здійснення співпраці ЗДО і сім'ї з метою проведення систематичної і цілеспрямованої роботи по формуванню у дітей здорового способу життя.

Становлення уявлень дітей про здоровий спосіб життя здійснюється не тільки під впливом цілеспрямованого впливу в системі виховання, а й ряду

спонтанних впливів навколишнього соціального та екологічного середовища. Розроблена нами педагогічна технологія формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя повинна враховувати ці обставини і прагнути об'єднати і направити їх вплив на досягнення поставленого нами завдання. При цьому важливо забезпечити, щоб вплив кожного з факторів взаємодоповнювало і посилювало вплив один на одного. У зв'язку з цим, проектування технології включало цілісний підхід, що передбачає три напрямки в роботі з суб'єктами системи виховання дітей: підготовку самих педагогів до вирішення завдань формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя, діяльність з батьками і безпосередню діяльність перших і других з дітьми.

У розробці своєї технології ми спиралися на наступні принципи:

1. Достовірність (відомості, пропоновані дошкільнятам, повинні бути засновані на наукових фактах).
2. Доступність (наукова інформація повинна бути адаптована до виховання дітьми дошкільного віку і мати чітку логіку викладу).
3. Цікавість, наочність (включення в освітній матеріал образних, яскравих прикладів, відомостей, що викликають у дітей емоційний відгук і інтерес, використання художнього слова, різних форм народної мудрості (загадок, прислів'їв, приказок) і афоризмів видатних людей).
4. Системність навчання, його розвиваюча і виховує спрямованість.
5. Принцип активності особистості.
6. Суб'єкт-суб'єктна модель взаємодії вихователя з дитиною, батька з дитиною в регламентованій, нерегламентованій і самостійній діяльності.
7. Усвідомленість оволодіння дітьми уявленнями про здоровий спосіб життя.

Педагогічна технологія була побудована з урахуванням характеру особливостей пізнавальної діяльності старших дошкільнят. Вона передбачала розкриття зв'язків і залежностей, що існують між здоров'ям людини його способом життя, а також впливу соціального та екологічного навколишнього

середовища на здоровий спосіб життя на такому рівні змісту, який доступний мисленню дітей старшого дошкільного віку.

Відповідно до завдань дослідження, центральним ядром педагогічної технології формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя був комплексний підхід до відбору і розробці змісту пропонованого дітям матеріалу, в формах і методах його піднесення.

Комплексний підхід, на наш погляд, допоможе сформувати у дошкільників цілісне, системне уявлення про здоровий спосіб життя, про залежність здорового способу життя від стану навколишнього соціального та екологічного середовища.

Ряд дослідників Л. С. Виготський, П. Я. Гальперін, В.В. Давидов, Д. Б. Ельконін відзначають, що з молодшого дошкільного віку у дітей накопичуються розрізнені уявлення про навколишній світ. Тому до старшого дошкільного віку у дітей складаються досить різнобічні уявлення про світ природи, про соціальні явища життя, в тому числі уявлення про спосіб життя людини, правила і способи збереження здоров'я, які є базисом для формування у дітей цілісних уявлень і здоровий спосіб життя. У зв'язку з цим, формування уявлень про здоровий спосіб життя сприяє усвідомленню дошкільнятами залежності здоров'я від способу життя і стану навколишнього середовища і впливу навколишнього соціального та екологічного середовища на здоровий спосіб життя (Л. С. Виготський, 1956).

Необхідними умовами, що забезпечують ефективність процесу формування уявлень про здоровий спосіб життя, були: облік вікових особливостей дітей старшого дошкільного віку (образність дитячого сприйняття і мислення, здатність узагальнювати і систематизувати отримані подання, усвідомленість та цілеспрямованість формування уявлень на заняттях), комплексний підхід до відбору біологічних, соціальних та екологічних складових уявлень про здоровий спосіб життя і систему роботи, що включає різноманітність методів виховання і навчання.

Розглянемо форми і методи формування у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя. Процес формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя здійснювався шляхом використання різних форм роботи з дошкільнятами. На заняттях діти отримували уявлення про здоров'я людини, про будову людського тіла, про функціонування основних органів і систем організму, про взаємозв'язок між навколишнім соціальним і природним середовищем і станом здоров'я людини, задовольняючи тим самим когнітивні потреби в пізнанні самого себе і навколишнього світу. Розширенню і закріпленню отриманих уявлень сприяли спостереження, бесіди, ігри, прогулянки, проблемні ситуації, досліді та ін.

При цьому пізнавальна інформація повинна була відповідати принципам вимогам: достовірність, доступність, цікавість, наочність, системність.

Формування уявлень дітей про здоровий спосіб життя здійснюється і на інших пізнавальних заняттях (наприклад, на екологічних), які дозволяють більш глибоко пізнати себе як невід'ємну частину природи.

Ми вважали, що дані форми і методи роботи сприятимуть засвоєнню уявлень про здоровий спосіб життя і дозволять дітям усвідомити залежність здорового способу життя від стану соціального та екологічного середовища, допоможуть дошкільнятам надалі зробити правильний вибір щодо свого способу життя.

Виходячи з того, що пізнавальна інформація повинна здійснюватися відповідно до педагогічних принципів, зокрема, з принципом наочності, ми використовували особливу форму організації роботи з формування соціально-екологічних уявлень – екскурсію. Нами проводилися екскурсії як природничі, так і по ознайомленню з навколишнім світом, на яких дітей знайомили з впливом таких екологічних факторів, як бруд, пил і вихлопні гази від машин на стан навколишнього природного середовища, з наслідками такого забруднення (забрудненість листя дерев, кущів, трави поблизу автошляхів), що сприяло утворенню уявлень про вплив автомобілів на стан природи і

середовище життя людини. Крім того, екскурсії сприяли розвитку спостережливості, інтересу до вивчення природи, збагачення особистого досвіду, усвідомлення цінності зелених насаджень у місті.

Екскурсії також проводилися з метою ознайомлення дітей зі способами збереження здоров'я, зокрема з дітьми спостерігали за діяльністю спортсменів: лижників, бігунів у бору, пояснювали значення фізкультури для здоров'я людини.

Поряд з екскурсіями широко використовувалися еколого-оздоровчі прогулянки. Метою таких прогулянок було не тільки спостереження за рослинами, сезонними змінами в житті природи, під час таких прогулянок здійснювалися оздоровчі заходи: заняття фізичною культурою, дихальна гімнастика, рухливі ігри на свіжому повітрі, ознайомлення дітей зі сприятливим впливом природи на здоров'я людини і значенням природи для здорового способу життя (оздоровче впливу загартовуючих природних факторів: сонця, чистого повітря, води).

Ще одним способом формування у старших дошкільнят мотивації до оволодіння уявленнями про здоровий спосіб життя є використання ігрових форм навчання. Такий підхід є природним для дітей дошкільного віку, оскільки є провідним видом діяльності в цьому віці. Для формування уявлень про здоровий спосіб життя використовувався весь комплекс ігор, в який грають діти дошкільного віку. Ігри насичувалися змістом про здоров'я, здоровий спосіб життя і використовувалися для засвоєння і закріплення інформації, формування навичок. Наприклад, грали з м'ячем (за типом «корисно – шкідливо») з називанням продуктів харчування, предметів і об'єктів навколишнього середовища, або на заняття «приходили» тварини, птахи і казкові персонажі, які знайомили дітей з різними соціальними та екологічними факторами, що завдають шкоди здоров'ю і заважають здоровому способу життя людини.

Поряд із заняттями, екскурсіями, еколого-оздоровчими прогулянками значне місце відводилося різним методам, спрямованим на розширення,

повторення, закріплення, узагальнення і систематизацію про здоровий спосіб життя у дошкільнят.

Для безпосереднього сприйняття дітьми об'єктів і явищ організовувалися короточасні і тривалі спостереження і досліді. спостереження дозволяло показати дітям вплив на природу соціальних та екологічних факторів, допомагало усвідомити вплив навколишнього соціального та природного середовища на здоровий спосіб життя.

Досліді сприяли формуванню у дітей пізнавального інтересу до навколишнього соціального і природного середовища, розвивали спостережливість, розумову діяльність. У досвіді розкривалася причина спостережуваного явища, діти підводилися до висновку, умовиводу, уточнювали свої уявлення.

Для стимулювання пізнавальної активності і формування досвіду здоров'язберігаючого поведінки у старших дошкільнят нами використовувалися методи проблемного навчання: проблемні ситуації, постановка ситуаційних завдань, метод вибору, проблемні питання, максимально зачіпають інтереси дитини в становленні власного здоров'я з подальшим вибором альтернативних рішень, необхідних для здорового способу життя.

Метод ситуаційних завдань являє собою обігравання придуманих ситуацій (з соціально-екологічною тематикою), в ході яких, на основі наявних уявлень про здоровий спосіб життя діти, вирішують як потрібно вчинити. Цей метод дозволяє дитині самостійно планувати свою діяльність, наприклад «чим можна зайнятися на відпочинку», відповідати на проблемні питання, що стосуються вибору чого-небудь («Чому ти вибрав саме ці предмети?», «Де краще відпочивати: в місті або на природі. Чому?»).

Аналіз і оцінювання запропонованих шляхів здійснюється спільно педагогом і дітьми.

Під час проведення занять, екскурсій, еколого-оздоровчих прогулянок, ігор з метою створення конкретних уявлень про здоровий спосіб життя

використовувалися розповіді, часто супроводжуються показом способів дії і демонстрацією ілюстрацій соціальних і природних явищ навколишнього світу.

Широко використовувалися бесіди з метою ознайомлення, уточнення, поглиблення і систематизації уявлень дошкільнят про здоровий спосіб життя.

Цінні можливості при формуванні уявлень дітей про здоров'я і здоровий спосіб життя дає дитяча художня література. В дослідженнях А.М. Виноградової доведено, що дошкільнята користуються образами літературних героїв як еталонами для оцінки самих себе та інших людей. Дитині-дошкільнику доступно осмислити не тільки вчинки персонажів, але і їх думки, почуття, факти.

У дошкільному віці у дітей дуже бурхливо розвивається уява, яка особливо яскраво виявляє себе в іграх і при сприйнятті художніх творів.

Старший дошкільник дуже емоційно сприймає описані події, подумки бере участь в них. Дитячі художні твори не тільки будять в дітях інтереси, уяву, фантазію, а й виховують, формують стійкі уявлення.

Незаперечний внесок у виховання підростаючого покоління надає художнє слово, прислів'я, приказки та вислови мудрих людей, що відображають всі сторони способу життя людини і узагальнюють досвід багатьох поколінь.

Прислів'я та приказки у формі ради (як зміцнити здоров'я, загартовуватися, правильно харчуватися, відпочивати, стежити за чистотою) допомагають у формуванні уявлень про здоровий спосіб життя. Особливо дієвий характер вони набувають в процесі спільної діяльності педагога з дітьми, в процесі гри і виконанні режимних моментів. Дослідженнями Л. С.Виготського, А.Н. Леонтьєва та інших доведено значення гри для створення найбільш сприятливих умов для засвоєння знань, і художнє слово відіграє в цьому важливу роль.

Методом закріплення і повторення пізнавального матеріалу служило звернення педагога до природного бажання старших дошкільнят завоювати авторитет оточуючих. Головне, щоб дошкільнятам було кому розповісти про

те, що вони знають або навчити тому, що вони вміють. З цією метою використовували такі прийоми як: «прихід Незнайки», пропозиція відповісти «на лист», розповісти іншим дітям як правильно вчинити в тій чи іншій ситуації, поділитися досвідом з близькими людьми (домашні завдання).

Розглянувши методику педагогічної технології відзначимо, що системна організація з використанням комплексу різноманітних форм і методів формування уявлень про здоровий спосіб життя дозволяє побудувати цей процес таким чином, що створюються реальні умови для формування уявлень про здоровий спосіб життя.

Визначивши методику педагогічної технології формування уявлень про здоровий спосіб життя, що включає комплекс різноманітних форм і методів, розглянемо її реалізацію на формуючому етапі.

Між методикою і технологією існує пряма залежність. А. С. Белкін проводячи смислову і змістовну межу між поняттям «методика» і «технологія» вказує, що методика виступає формою, а технологія – її змістом. Методика і технологія, на думку А. С. Белкіна, нерозривно пов'язані між собою: методика є сукупністю способів організації педагогічного процесу, а технологія – засобом їх реалізації.

Педагогічна технологія формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя передбачала роботу з дітьми в наступній послідовності: ознайомлення з поняттями «здоров'я» і «спосіб життя людини»; формування уявлень про залежність здорового способу життя від стану навколишнього середовища; усвідомлення здорового способу життя як основи збереження і зміцнення здоров'я людини.

Першим напрямком соціально-педагогічної діяльності з формування у дітей старшого дошкільного віку уявлень про здоровий спосіб життя була робота з дітьми, здійснювана за розробленою технологією.

Метою розділу «я, мій організм, моє здоров'я» було формування первинних уявлень про здоров'я, про людський організм, про функції його частин, про значення органів почуттів, про способи збереження здоров'я.

Серія занять даного розділу були підібрані і розроблені з урахуванням наступних завдань:

- * формувати уявлення про здоров'я людини, про способи збереження здоров'я;

- * формувати початкові уявлення про тіло, внутрішніх органах, органах почуттів;

- * виховувати дбайливе ставлення до свого організму, здоров'я і навколишньої дійсності, що обумовлює його стан і функціонування;

- * формувати уявлення про спосіб життя людини, про залежність здоров'я від способу життя.

Особливу роль у вирішенні поставлених завдань була покликана зіграти розвиваюча і виховує середовище.

Виходячи з мети даного блоку занять, нами були відібрані елементарні уявлення про здоров'я людини, функціонування частин людського організму і органів почуттів, доступні для мислення дошкільнят.

Основна робота проводилася під час занять. Перш ніж дати дітям знання про людський організм, ми спочатку звернули увагу дошкільнят на здоров'я людини. Перше заняття пройшло в нетрадиційній формі-розповіданні «казкової історії» і було присвячено формуванню уявлень про здоров'я, про цінність здоров'я для людини.

Герой казкової історії Гномик Знайка присвятив хлопців в секрети здоров'я, розповів про головне диво на землі – людину. Діти разом з Гномиком дізналися, яку людину можна назвати здоровою, як розпізнати хворобу. За перерахованими ознаками малювали здорову людину. На наступних заняттях діти познайомилися з організмом людини. Дізналися, що всі люди різні: маленькі або великі, товсті або худі. Людина вміє бігати, стрибати ходити, радіти чути, бачити, говорити і т.д. все це завдяки злагодженій роботі частин тіла і внутрішніх органів. У людини є дві руки, дві ноги, спина, живіт, голова. Все це-частини тіла. Людина живе, росте, завдяки тому, що всередині нашого тіла працює Дружна сімейка органів: серце, легені, шлунок. За допомогою

легких ми дихаємо, завдяки серцю кров рухається по судинах, шлунок витягує з їжі поживні речовини. Кожен з нас отримує в подарунок здоров'я, безцінний дар, який потрібно цінувати, берегти, зміцнювати.

Ознайомлення дошкільнят з причинами хвороби здійснювалося під час бесід. Так, з дітьми були проведені бесіди на тему «звідки беруться хвороби», «як поводитися під час хвороби».

В ході бесіди всі разом обговорили, як збудники хвороб потрапляють в організм, і від чого людина починає хворіти.

Активізації уявлень дітей сприяли питання: «що допомагає нам перемогти мікробів? Що потрібно, щоб як слід вимити руки?»

Після проведення бесіди діти на практиці показали, як вони засвоїли уявлення, показали Гномику Знайці, як вони вміють правильно мити руки, пояснили, в яких випадках потрібно обов'язково вимити руки.

Закріпленню отриманих уявлень сприяли організовані педагогічні ситуації «як ти вчиниш?», які виховують у дітей досвід вчинку і вміння демонструвати здоров'язберігаючу соціальну поведінку. Діти всі разом вирішували, як вчинити в тій чи іншій ситуації, пояснювали, чому саме так потрібно вчинити. Як приклад наведемо деякі фрагменти записів відповідей дітей.

«Я ніколи не буду їсти невимиті яблука. На них мікроби, тому що мухи скрізь літають і сідають на яблука. Коли ми з мамою ходили в магазин, там на зупинці продавали різні фрукти: груші, яблука і кавуни. По них повзали мухи і бджоли, і скрізь був пил від машин, від автобусів» (Семен).

«...Ясне яблуко підніму і вимию. Тому що по підлозі ми ходимо ногами, і кішка ходить, і собака, якщо вони живуть в квартирі. Потрібно обов'язково вимити, інакше можна захворіти» (Настя О.).

Подальша робота по ознайомленню дошкільнят з організмом людини припускала знайомство з частинами тіла, внутрішніми органами, розподіл їх значення для людини.

Ознайомленню дошкільнят зі значенням частин тіла сприяли завдання типу « Хто швидше дострибає на одній нозі до стільчика» і т. д.

Для ознайомлення дітей з органами чуття нами були розроблені заняття «органи зору», «органи слуху», «органи дихання», на яких дітям давали уявлення про значення органів чуття в житті людини і необхідності дбайливого ставлення з ними.

При ознайомленні з органами зору ми використовували загадки. Пoviщення інтересу до органів зору сприяла розповідь про особливості зору птахів. Діти дізналися, що самий пильний орел – він ширяє високо в небі і здатний з великої висоти виглядати здобич. А вночі краще за всіх бачить сова. Діти на досвіді переконалися, що очі людини є головними помічниками. Наприклад, дошкільнятам пропонувалося закрити очі і відповісти, чи добре жити без зору.

В ході заняття дітей підвели до висновку про те, що без органів зору дуже важко, неможливо бачити все, що є навколо, розрізняти і дізнаватися предмети, їх колір, форму, величину.

Дітей познайомили з будовою ока, діти дізналися, що у ока є райдужка – кольорове колечко, завдяки якій Колір очей у людей буває різний, зіниця – чорна точка в центрі ока. За допомогою зіниці ми бачимо все навколо. Познайомили зі значенням вій і брів – захисниками очей.

Дошкільнят підвели до усвідомлення дбайливого ставлення до очей, необхідності доглядати за органами зору: вмиватися, навчили робити гімнастику для очей.

Закріплення уявлень про органи зору сприяла дидактична гра «Корисно – шкідливо», в ході якої дошкільнятам демонструвалися картинки із зображенням різної діяльності, надає шкоду здоров'ю очей (читання лежачи, близький перегляд телевізора, попадання в очі бруду) і сприяє збереженню зору (умивання очей, читання при хорошому освітленні, виконання гімнастики для очей).

На наступному занятті дітей познайомили з органами слуху людини і деяких тварин. Використання на заняттях художнього слова сприяло підвищенню активності дошкільнят, виникненню інтересу до досліджуваного явища.

Дітям було запропоновано прослухати діалог, з якого було ясно, що один зі співрозмовників не чує іншого, і подумати, чому дві людини не зрозуміли один одного, що послужило причиною цьому. Обговорюючи діалог, діти наводили такі доводи: «напевно, тітка глуха, бо стара. Я знаю одну бабусю, вона нічого не чує і на вулицю ходить дуже рідко, тому що боїться, що машина її зіб'є, а коли говорить, то дуже голосно кричить» (Міша П.). "Може бути вона вуха не мила, ось і чує погано» (Настя Р.). Міркуючи про причини поганого слуху, всі разом прийшли до висновку, що слух – велика цінність для людини. Слух необхідний для того, щоб краще орієнтуватися в навколишньому світі. Усвідомленню цього сприяло проведення досвіду: спочатку дітям пропонувалося послухати, чи є звуки навколо, дізнатися, які, а потім закрити вуха, відчути, що при цьому змінилося? Цьому сприяло і активізація життєвого досвіду дітей. Наприклад, дошкільнятам було запропоновано згадати, як можна вночі дізнатися, чи є хто-небудь в кімнаті. Відповідаючи, діти відзначали наступне: «Ми слухаємо звуки». Викликаючи інтерес до вивчення органів слуху, ми познайомили дітей зі значенням органів слуху для тварин. Підвели до усвідомлення цінності слуху для тварин і їх способу життя, для уникнення небезпеки з метою вберегтися від хижаків і, навпаки, з метою успішного полювання.

Познайомили з деякими правилами охорони слуху (захищати вуха від сильного шуму, від вітру, не колупати у вухах, не допускати попадання води у вуха).

Закріпленню уявлень дітей про значення органів слуху сприяло проведення ігор на вулиці і в групі за типом «що ми чуємо?»

На занятті з ознайомлення з органами дихання людини дошкільнята знайомилися не тільки з будовою органів дихання, але і зі значенням чистого повітря для здоров'я.

Наведемо фрагмент заняття

«Для того, щоб легені працювали, потрібне не все повітря, а тільки його частина – кисень. Людина вдихає повітря, його легені всмоктують кисень і видихають використане повітря назад.

Дуже важливо, щоб ми з вами дихали чистим, свіжим повітрям. У ньому багато кисню і немає пилу, мікробів та інших забруднювачів, небезпечних для здоров'я і життя».

Під час заняття діти виконали дихальну гімнастику, запропоновану О.В. Морозовою.

В кінці заняття дошкільнятам запропонували подумати і відповісти на питання: Що ж потрібно робити, щоб органи дихання були здоровими? Діти вказували на наступні заходи: «треба дихати свіжим повітрям» (Соня С.). «Треба виконувати дихальну гімнастику» (Сергій Т.).

Розширенню уявлень дітей про значення чистого повітря для дихання і необхідних заходах для збереження здоров'я сприяло проведення другого блоку занять, що розкривають залежність здоров'я людини від стану навколишнього середовища». Зміст цього блоку занять передбачало роботу зі старшими дошкільнятами за темами: «небезпечний дим», «Чистота повітря – запорука здоров'я», досліді і спостереження «як рослини допомагають очищати повітря на вулиці і в будинку» та інші.

Перш ніж підвести дошкільнят до засвоєння уявлень про складну залежність здоров'я людини від стану навколишнього середовища, потрібно було систематизувати і поглибити їх уявлення про фактори негативно впливають на здоров'я. Так, на занятті «небезпечний дим», дошкільнят знайомили з джерелами забруднення повітря на вулиці. Для впливу на емоційну сферу дошкільнят використовувався читання листа від горобчика, який потрапив в місто.

Читання листа супроводжувалося численними питаннями, активізуючи розумову діяльність і наявний досвід дошкільнят. Наприклад, вихователь запитував:

- Хлопці, горобець запитує, Чи бачили ви, як Машини Дим випускають? Де це було? Чи багато в нашому місті машин?

Активізації досвіду дітей сприяло розповідання у формі загадки, що супроводжується питанням. Наприклад, «тільки я полетів з зупинки, тільки вдихнув на висоті свіже повітря, чхати перестав і попрямував на завод, шукати свого друга, як переді мною з'явилися великі труби, а з них йшов дим...».

- Як ви думаєте, що це було?

Діти без праці за описом дізналися завод.

Воробей повідомив, що не тільки машини забруднюють повітря, а й заводи, фабрики, великі котельні, що опалюють місто.

На занятті широко використовувався метод вирішення проблемної ситуації. Дошкільнятам було запропоновано придумати, яким чином можна очищати забруднене повітря від пилу і диму. Намагаючись вирішити таку важливу проблему, діти пропонували: «треба придумати машину, яка буде працювати не на бензині, а на воді. Бода не забруднює повітря, а навпаки, очищає (Слава П.). «Коли я виросту, я придумаю, як очищати дим з заводських труб. Д напевно, очищую його водою, вимию бруд з нього» (Соня С.). «Можна закрити трубу великою білою ганчіркою і тоді бруд буде падати назад, а чисте повітря буде виходити» (Сема Д.). Діти також радили Горобцю більше не літати над трубами і не нюхати шкідливий дим від машин.

Наприкінці заняття діти отримали домашнє завдання-подумати, де ще повітря забруднюється машинами.

Закріпленню і розширенню уявлень дошкільнят про джерела забруднення повітря сприяла проведена бесіда, в ході якої дітям було запропоновано згадати, через що захворів прилетів в місто горобчик? І задано питання: чи можуть люди захворіти з тієї ж причини? Міркуючи, діти самі прийшли до висновку, що, для того, щоб бути здоровим і не хворіти, всі люди,

тварини і птахи не повинні дихати брудним повітрям. В ході бесіди діти згадали, де горобчик зустрічав забруднене повітря, розповіли, де ще можна зустріти забруднене повітря. Для прикладу були наведені такі місця як гаражі, автостоянки, дороги і навіть смітєві контейнери, навколо яких повітря теж погано пахне. В кінці бесіди узагальнили отримані уявлення і підвели дітей до висновку про шкоду забрудненого повітря для здоров'я, про небезпеку задимлення. Разом з дітьми вирішили, що не можна гратися поблизу доріг, гаражів, автостоянок, смітєвих баків, а краще триматися від таких місць подалі.

Збагаченню життєвого досвіду дітей та уявлень про забруднення повітря сприяло проведення екскурсії до місць скупчення машин. Таку екскурсію проводили взимку, у зв'язку з тим, що в холодну пору року вихлопні гази автомобілів добре видно, а, маючи наочний приклад, дітям легше пояснити, що це таке.

Звичайно, щоб не нашкодити здоров'ю дітей на такій екскурсії з досліджуваними явищами знайомили тільки здалеку. Завдяки екскурсії діти отримали можливість самим побачити і переконатися в тому, яким чином машини забруднюють повітря.

З метою розширити уявлення дітей про вплив забрудненого повітря для навколишнього середовища, ми провели наступний досвід. Взяли зразки снігу поблизу дороги і на ділянці дитячого садка. Повернувшись з екскурсії, коли сніг розтанув, діти могли наочно переконатися в тому, що поблизу доріг не тільки повітря, але і навколишня територія забруднена значно більше, ніж далеко від дороги (на ділянці дитячого садка). Проведення цього досвіду викликало неприхований інтерес у дошкільнят. Дітям було запропоновано повторити досвід вдома разом з батьками.

Розширенню уявлень дітей про фактори, що забруднюють повітря, сприяла проведена бесіда, в ході якої дошкільнятам ставили питання, що вимагають активізації пам'яті і життєвого досвіду. Дітям запропонували згадати, де в будинку часто запалюють вогонь? Дошкільнята навели такі

приклади: «у нас в будинку є грубка. Тато її кожен день топить-розпалює вогонь» («Саша Х.») – « На нашій кухні є плита. Коли мама готує їжу, то завжди запалює вогонь» (Соня С.).

Так само дітям було запропоновано подумати і відповісти на питання: Для чого потрібно провітрювати приміщення кухні? Питання підводило дітей до осмислення необхідних заходів з очищення повітря (про користь провітрювання), значенні чистого повітря для здоров'я, сприяв узагальненню наявних у дошкільнят уявлень про фактори, що забруднюють повітря.

Велике значення для закріплення наявних уявлень і розвитку мислення дітей мали ігри творчого характеру.

З метою закріплення уявлень дітей про джерела забруднення повітря, про їх вплив на стан навколишнього середовища ми провели гру «склади розповідь по картині». До уваги дітей було представлено зображення в чорно білому кольорі веселих і сумних дерев, що ростуть поблизу і далеко від дороги. Попередньо розглянувши малюнок, діти повинні були скласти по ньому розповідь. Як приклад наведемо деякі розповіді дошкільнят.

«Це дерево зовсім засумувало. Воно вже зовсім отруїлося димом від машин. У нього і листочків на гілках стало мало. Вони впали на землю. Напевно це дерево скоро загине». (Ліля Я.).

«Дереву сумно, тому що воно росте біля самої дороги. Тут і трава не росте. А тому дереву добре. Воно далеко від дороги.. Тут і ягоди ростуть, і квіти, і трава. Ось воно і веселе». (Настя Ю).

Потім дітям було запропоновано розфарбувати дерева різним кольором. Ми рекомендували хлопцям до коричневого фону кори і зеленому забарвленню листя одного з дерев додати сірий колір, що символізує колір пилу. До якого саме, діти повинні були вирішити самі. Дошкільнята добре впоралися із завданням. Деревя були розфарбовані правильно. Деякі діти, для того, щоб особливо підкреслити відмінність дерев використовували не коричневий, а чорний колір для забарвлення кори і навіть листя у дерева, що росте поблизу дороги. Для розмальовки дерева, розташованого далеко від

дороги, навпаки, використовували яскраву гаму кольорів: яскраво-коричнева кора, соковито-зелене листя, зелена трава, яскраві квіти і ягоди.

Формування уявлень про значення навколишнього середовища для життя людини і всього живого на землі (включаючи рослини і дерева) неможливо без гуманістичних почуттів, таких як доброта, жалість, співпереживання. Тому в своєму дослідженні ми намагалися розвивати ці почуття у дітей. Наприклад, для цього ми провели гру «продовж розповідь».

Дошкільнятам було запропоновано продовжити розповідь, відповівши на питання: що станеться, якщо автодорогу побудують? Як сусідство автодороги вплине на життя лісових мешканців та стан повітря? Що буде, якщо дерева вирубають все?

Дошкільнята чуйно поставилися до трапилося з лісом біди. У складних оповіданнях простежується глибоке розуміння події і можливі наслідки. Наведемо приклади продовження розповіді дітьми:

«У лісі стало мало дерев, їх погубили люди. Тварини стали йти з лісу і птахи полетіли. Їм тепер ніде жити. Їх будинок зіпсували. Людям ніде гуляти, відпочивати. Повітря чистого не буде». (Вітя В.).

«Якщо дорогу побудують, то птахи своїх пташенят будуть виводити прямо на землі, на дорозі. Вони загинуть. Їх може задавити машина. Кругом будуть одні дороги і дим від машин». (Олена Д.).

Використання даного методу сприяло збагаченню уявлень дітей екологічним змістом, а саме уявленнями про значення навколишнього середовища для життя всього живого. Продовження розповіді дітьми доводить доступність розумінню дошкільнят уявлень про навколишнє середовище як загальний будинок і значення стану навколишнього середовища для життя і здоров'я всього живого на землі.

Проведення такої гри також сприяло розвитку інтересу дітей до проблеми забруднення навколишнього середовища і викликало емоційний відгук. Після гри дошкільнята обговорювали почуте. Деякі навіть зобразили наслідки події в малюнках, де відобразили зміни лісу, роботу техніки на

будівництві дороги і наслідки роботи людей. На малюнках дітей були зображені трактори, машини, що згрібають дерева в купу. Багато дошкільнят зобразили чорний дим навколо, застилає Сонце.

Таким чином, сюжети малюнків свідчать про співчуття дітей до природи, до тварин і лісу. Дошкільнята усвідомлюють наслідки діяльності людини, що завдає шкоди природі і забруднює навколишнє середовище.

Формування уявлень про спосіб життя людини ми почали з ознайомлення дітей з прикладами здорового навколишнього середовища. З дітьми провели заняття «Чистота повітря – запорука здоров'я». Проведенню заняття передували спостереження в зеленому куточку за рослинами і проведення досвіду.

Для проведення досвіду використовували рослину з великим листям «Амариліс». Протягом декількох днів на листках дослідного рослини природнім чином накопичувалася пил, яку спеціально не видаляли, щоб її кількість була найбільш помітно в порівнянні з іншими рослинами, за якими продовжували доглядати. Потім, по закінченню декількох днів, ця рослина разом з дітьми уважно розглянули. Відзначили відмінність дослідного рослини від інших рослин (наявність пилу). В ході спостереження дошкільнятам були задані питання:

- * Чи добре рослині, на якому пил?
- * Звідки на листках рослини взялася пил?
- * Чому на листках інших рослин її набагато менше?
- * Як допомогти рослині позбутися від пилу?

Разом з дітьми з'ясували, що пил знаходиться в повітрі кімнати. Прийшли до висновку, що рослина з пилом погано себе почуває, листя мляві, некрасиві. Підвели дітей до усвідомлення необхідності піклуватися про рослини, очищати їх від пилу, яка шкодить рослині. Викликали співчуття до досвідченого рослині. В кінці досвіду діти висловили бажання очистити від пилу і полити всі рослини зеленого куточка. Проведення досвіду допомогло

наочно побачити і осмислити залежність стану здоров'я рослин від чистоти повітря в приміщенні.

Через деякий час для закріплення отриманих уявлень і формування нових ми здійснили спостереження за роботою няні з прибирання кімнати (миття підлог, протирання пилу), а також провели бесіду, в ході якої узагальнили вже засвоєні уявлення. Наведемо фрагмент бесіди.

«Хлопці, ми з вами з'ясували, що повітря на вулиці не завжди буває чистим. Повітря забруднюється автомобілями, заводами і просто пилом. А як ви думаєте, в приміщенні повітря чисте? Не завжди. Тут в повітрі також є пил. Давайте перевіримо. Подивіться на листя наших рослин. Ми спеціально кілька днів не витирали з них пил. Як ви бачите, пил є. У кімнатах пил накопичується на меблях, на підвіконнях, на підлозі і на рослинах. Тому доводиться час від часу боротися з нею: робити вологе прибирання, мити підлогу. Листя рослин теж потрібно протирати, тому що, як ви вже знаєте, рослини не тільки прикрашають кімнату, але і очищають в ній повітря, виробляють кисень. Ми доглядаємо за ними, а вони, в свою чергу допомагають нам – очищають повітря.

В ході бесіди дітей активізували питаннями. Так, відповідаючи на питання «Як ви думаєте, в приміщенні повітря чисте?» практично всі дошкільнята згадали досвід з кімнатною рослиною і вказали на наявність в повітрі пилу. На питання «що потрібно робити щоб її було менше?» діти вказували на засвоєні раніше правила (проводити вологе прибирання, мити підлогу). Разом з вихователем вирішили, що ще може надати допомогу в підтримці чистоти повітря в приміщенні, наприклад, приходячи з вулиці, краще витирати ноги, щоб пил не потрапляла в будинок на взутті. Крім того, в ході бесіди дошкільнята дізналися про необхідність провітрювання приміщення не тільки для того, щоб повітря було чистим і його було приємно вдихати, але і для очищення повітря від хвороботворних мікробів (з мікробами і хворобою дітей знайомили на заняттях в попередньому блоці), а також

розповіли, яким чином відбувається очищення повітря в кімнаті при провітрюванні.

В кінці бесіди з метою узагальнення отриманих знань дітям поставили запитання: «що потрібно робити щоб нам в приміщенні легше дихалося, і повітря було свіжим і чистим? Відповіді дітей підтвердили ефективність проведеної з дітьми роботи. Діти відзначили необхідність здійснювати прибирання, доглядати за рослинами і провітрювати кімнату.

Проведена робота сприяла більш відповідальному і уважному ставленню дітей до рослин і умов навколишнього середовища в приміщенні, їх значенню в очищенні повітря. В ході спостереження було відзначено, що дошкільнята з цікавістю стежили за рослинами, старанно доглядали за ними. Під час, без нагадування вихователя проявляли ініціативу по догляду за рослинами. Нами був відзначений і інший факт. Після прогулянки дошкільнята з особливою ретельністю намагалися очистити взуття від бруду – добре витирали ноги, перед тим як увійти в дитячий сад.

Узагальненню отриманих уявлень також сприяло використання методу розв'язання проблемних задач. Так, наприклад, нами була організована наступна проблемна ситуація «в якому місті люди будуть здоровими?». Дітям було представлено опис двох різних міст;

1 місто.

У місті звучить гучна музика. По дорогах з шумом проносяться автомобілі, залишаючи за собою клуби диму. На вулицях немає жодного дерева. Жителі ходять похмурі, не посміхаються, не люблять спілкуватися один з одним.

2 Місто.

У місті звучить тиха музика. На вулицях і у дворах чисто і затишно. Щебечуть пташки. У повітрі відчувається аромат квітів. Всюди ростуть дерева, квіти. Жителі міста добрі, привітні, посміхаються.

Дошкільнята повинні були, прослухавши і представивши ці два міста, відповісти на наступні питання:

- Яке місто більше підходить людині, яка веде здоровий спосіб життя?
- В якому місті жителі будуть здоровими? Чому?
- В якому місті ти оселився (оселилася) би зі своєю сім'єю ? Чому?

Більшість дітей свій вибір зробили на користь другого міста, мотивувавши це словами: «у цьому місті люди ведуть здоровий спосіб життя, тому що тут є квіти, пташки, музика весела, не гучна, тихо грає і не заважає людям. Голова ні в кого не закрутиться».

Дошкільнятам також було запропоновано зобразити вподобаний місто і пояснити, що їм особливо подобається в ньому. Малюючи, діти, в основному зображували будинки сільського типу з деревами і квітами навколо. Таким чином, в мисленні дітей відображено розуміння навколишнього середовища, що сприяє здоровому способу життя людини. Діти не уявляють навколишній світ без дерев, квітів і рослин.

Наступний етап в роботі з дітьми був спрямований на передачу дошкільникам уявлень про здоровий спосіб життя, про основні показники здорового способу життя (харчування, рухової активності, заняття фізкультурою і спортом, відпочинок і сон, загартовування і природних факторах оздоровлення: сонце, повітря, вода, лікарські рослини), про значення здорового способу життя для збереження і зміцнення здоров'я людини.

Потреби, як зазначає Ф. Н.Гоноболін, бувають біологічні та соціальні. Біологічні потреби пов'язані з вимогами організму людини в їжі, одязі, житло, в русі, у відпочинку. Соціальні потреби, духовні та культурні, відображають прагнення людей до спілкування один з одним. У людини біологічні потреби у величезній мірі залежать від отриманого виховання, від впливу навколишнього соціального середовища. Тому, знайомство дошкільнят з основними складовими здорового способу життя ми почали з формування уявлень про основні біологічні потреби людини. Передача інформації, сама по собі, не формує здоровий спосіб життя, але націлює на нього, що допомагає в майбутньому зробити правильний вибір.

Цей етап роботи з дітьми ми почали з заняття «корисні і шкідливі продукти», яке було спрямоване на вирішення наступних завдань:

- * Формувати у дітей уявлення про корисні для здоров'я продуктах, про користь овочів і фруктів.

- * Дати дітям знання, що часто рекламовані продукти не найкорисніші.

- * Навчити дітей усвідомлено підходити до свого харчування.

Заняття проходило в ігровій формі. Казковий герой Знайка знайомив дітей з корисними продуктами, а Хворойка заплутував дітей і переконував у тому, що все навпаки. Знайка пояснив дітям, що харчування приносить користь для здоров'я, якщо воно різноманітне, пояснив, що харчуватися потрібно різними продуктами. Тому що жоден продукт не дає всіх поживних речовин, які необхідні для підтримки хорошого здоров'я. Одні продукти дають організму енергію, щоб рухатися, добре думати, не втомлюватися (мед, гречка, геркулес, родзинки, масло). Інші допомагають будувати організм і зробити його більш сильним (сир, риба, м'ясо, яйце, горіхи). А треті-фрукти і овочі – містять багато вітамінів і мінеральних речовин, які і допомагають організму рости і розвиватися (ягоди, зелень, капуста, морква, яблука). Хворойка намагався переконати дітей у зворотному і доводив, що краще їсти тістечко і чіпси. Всі разом подумавши вирішили, що ці продукти можна їсти, тільки в невеликих кількостях.

Підтримці інтересу дітей сприяло проведення гри «згадай казкового героя». Дітям запропонували відгадати, про якого героя казки йде мова. В якості загадки наводили приклади з казок. Наприклад: «Смішний чоловічок на даху живе, смішний чоловічок цукерки жує». Здогадайтеся, про кого це? Правильно, це Карлсон. А які не дуже корисні продукти він любив? (торт, цукерки, варення, ватрушки). В ході гри діти згадали Вінні-Пуха, домовичка Кузю та ін.в кінці заняття дітей підвели до висновку, що їсти потрібно тільки корисні для здоров'я продукти.

Закріпленню уявлень дітей про правильне харчування, про корисні і не корисні продукти сприяла бесіда, під час якої дошкільнятам було прочитано вірш М. Яснова «ненажера» і задані наступні питання:

- * Як ви думаєте, чи правильно харчується герой?
- * Що буває, коли людина переїдає?
- * Хотіли б ви бути схожими на героя вірша?
- * Для чого людина харчується?
- * Як потрібно правильно харчуватися?
- * Які корисні продукти ви знаєте?

Відповіді дітей показали, що дошкільнята добре засвоїли отримані на занятті уявлення про правильне харчування і про корисні для здоров'я продукти. Ніхто з дітей не хотів бути схожим на героя-ненажеру. Пояснювали, для чого людина харчується і як потрібно правильно харчуватися. Дошкільнята відповідали: «якщо людина переїдає, то він товстішає, а їсти треба тільки корисні продукти і трохи, щоб бути красивим і сильним. Я знаю корисні продукти. Це Овочі, фрукти, соки, молоко, риба. Морозиво теж корисно – воно з молока, але їсти треба потроху, щоб не захворіти». (Саша Х.).

«Харчуватися потрібно корисними продуктами. Наприклад, фрукти і овочі, молоко, сир і м'ясо дуже корисні. Кашу треба їсти, тому що вона з корисної крупи». (Маша П.).

З метою закріплення отриманих уявлень були проведені ігри «які продукти допомагають зберегти здоров'я?», «Вгадайка», «Чим харчуються тварини?», «Продовж казку».

Наприклад, в грі продовж казку «дітям потрібно було придумати продовження історії, розпочатої вихователем: «Жив – був один казковий король. У нього була дочка. Вона любила тільки солодке. І з нею трапилася біда...». Розвитку сюжету казки сприяли питання, звернені до дітей:

- * Яка біда трапилася з принцесою?
- Чи можете ви порадити королю, як вилікувати принцесу?

* Які поради ви дали б принцесі?

Дітям була надана можливість на ділі проявити свої знання і виступити в ролі радника. Дошкільнята серйозно підійшли до вирішення поставленого завдання. Діти припускали, що у принцеси захворів живіт, захворіли зуби. Пояснювали свої припущення наявними у них уявленнями про наслідки неправильного харчування. Відповіді дітей: «від солодкого завжди коли-небудь зуби починають хворіти. Мені лікар в зубній лікарні сказав про це». (Катя З.). «Коли я один раз багато цукерок з'їв, то у мене живіт довго хворів». (Сема Д.).

Діти також радили королю стежити за тим, що їсть принцеса, не давати їй багато цукерок, а так само зводити до лікаря. Олена навіть порадила полікувати принцесу: «у принцеси захворів живіт. Їй треба полежати, покликати лікаря і полікуватися». Принцесі діти радили не їсти багато солодкого, а краще їсти солодкі яблука, груші, апельсини: «я б принцесі порадила поїсти яблучка, вони теж солодкі, але не шкідливі». (Соня С.). «Я пораджу принцесі їсти груші. Мама мені купує груші. Вони солодкі і сік теж солодкий буває». (Костя О.).

Проміжний контроль за формуванням уявлень здійснювався за допомогою дидактичних ігор. Так, граючи з дітьми в дидактичну гру «які продукти допомагають зберегти здоров'я? ми з'ясували, чи добре діти засвоїли отримані уявлення про корисні для здоров'я продукти. До уваги дітей була представлена серія картинок із зображенням різних продуктів. У розряд «корисних» дошкільнята відібрали такі продукти як кефір, риба, геркулес, морква, цибуля, капуста, яблука. До некорисних віднесли чіпси, торт, цукерки, газовану воду.

Проведена гра показала, що діти добре засвоїли уявлення про корисні і не корисні для здоров'я продукти.

Для розширення уявлень дітей про користь правильного харчування не тільки людини, а й тварин з дітьми була проведена гра «чим харчуються тварини?». Перед грою з дітьми була проведена бесіда про те, що всі тварини

харчуються по-різному. Одні з них їдять тільки рослинну їжу, і називаються вони травоядними. Наприклад, корови, коні, олені, зайці та ін. навіть величезний слон харчується травою і гілками дерев. Інші тварини харчуються м'ясом. Це хижаки, такі як вовк, рись, і ін. і тільки деякі тварини їдять і м'ясо і рослинну їжу, наприклад, ведмеді. Тварини їдять тільки те, що їм корисно.

У грі «чим харчуються тварини?» дітям по черзі пред'являлися картинки із зображенням різних тварин: кішки, собаки, корови, коні, вовка, лисиці, ведмедя, зайця, слона, мавпи, жирафа і тигра. Дошкільнят запитували: «чим харчується ця тварина? Діти демонстрували наявні знання. Найкраще діти знали чим харчуються домашні тварини, такі як корова, кішка, собака, кінь. Наприклад, чемпіонами за кількістю названих для них продуктів харчування стали кішка і собака. Серед продуктів для них прозвучали: м'ясо, риба, молоко, різні продукти, якими харчується людина (каша, суп, ковбаса, консерви). Дошкільнята також добре уявляють чим харчуються деякі екзотичні тварини, такі як слон, і Мавпа. У раціоні їх харчування вони називали різні фрукти і овочі.

Таким чином, на прикладі різноманітного харчування тварин дещо раз могли переконатися в користь різноманітного харчування для кожного окремо тварини. В кінці гри узагальнили отримані уявлення про користь різноманітного харчування, як для людини, так і для тварин.

Закріпленню уявлень про необхідність різноманітної їжі для здоров'я людини і тварин сприяло читання вірша С.Міхалкова «про дівчинку, яка погано їла» з подальшою бесідою за змістом вірша».

Активізації наявних у дітей уявлень сприяла гра «Угадайка», де діти відгадували загадки про корисні для здоров'я продукти. У вільний від занять час дошкільнята малювали корисні продукти. Це так само сприяло закріпленню отриманих уявлень на заняттях.

Формуванню уявлень про здоровий спосіб життя сприяли еколого-оздоровчі прогулянки, що проводяться з метою становлення у дітей уявлень про необхідність для здорового способу життя рухової активності, занять

фізичною культурою і спортом. Такі прогулянки проводилися в бору і на території дитячого садка.

В осінній період року фізкультурні заняття намагалися проводити на вулиці. Один раз на місяць здійснювали еколого-оздоровчі прогулянки в бор, на яких поєднували заняття фізичною культурою з ознайомленням дітей з явищами живої і неживої природи, зі спостереженнями за змінами навколишнього середовища. Наприклад, у вересні на такій прогулянці познайомили дітей з факторами забруднення навколишнього середовища дорогою і автомобілями. Діти наочно могли побачити відмінність стану прилеглої до дороги території зі зростаючими на ній деревами, чагарниками, травою і знаходяться далеко від дороги – в глибині бору. Під час прогулянки вихователь звернула увагу дітей на стан трави і листя на кущах. Разом з дітьми відзначили наявність на них пилу і бруду. Аналогічне спостереження провели подалі від дороги. Діти помітили, що там листя і трава чистіші. Разом з дітьми вирішили, що поблизу дороги повітря брудне і тому грати, гуляти і займатися фізкультурою поблизу доріг не можна. Краще займатися фізкультурою далеко від дороги, щоб не дихати брудним повітрям.

Збагаченню уявлень дітей про користь занять фізкультурою і спортом сприяли спостереження за спортсменами і школярами, що займаються фізкультурою в бору. Дошкільнята, спостерігаючи за займаючись, самі могли переконатися в тому, що багато людей із задоволенням займаються фізкультурою: бігають, ходять взимку на лижах і виконують вправи. Вони піклуються про своє тіло, про збереження свого здоров'я.

На наступній прогулянці ми знайомили дітей з деревами, що ростуть в бору. Відзначили, що в нашому бору ростуть сосни, клени, яблуні та берези. З метою підтримати інтерес дітей і розвинути спостережливість пограли в рухливу гру «яких дерев більше в нашому лісі?». Діти відзначили, що найбільше сосен. Відгадували загадки про інших знайомих дітям деревах (береза, тополя, осика, верба). Пограли в рухливу гру «яких листя на землі більше?», що сприяє розвитку швидкості бігу, спритності, мислення.

Організували збір листя для осінніх виробів. Звернули увагу дітей на чистоту повітря в бору. Виконали дихальну гімнастику.

Розширенню уявлень дітей про користь природи для людини сприяли розповіді про різні дерева. Наприклад, дітям пояснили, що горобина приносить користь і людині і тваринам. Люди з ягід горобини варять варення і джеми, а Горобиний мед запашний і корисний. Тварини і птахи теж харчуються ягодами горобини. Прогулянки на природі сприяли підняттю настрою, хорошему самопочуттю. Про це свідчили позитивним емоціям дітей, радість перебування на природі, бажання бути в бору довше. Таким чином, еколого-оздоровчі прогулянки сприяли тривалому перебуванню дітей на свіжому повітрі, формуванню у них уявлень про здоровий спосіб життя і здоров'язберігаючих навичок, розвивали розумову діяльність, підводили дошкільнят до усвідомлення необхідності активної діяльності, спрямованої на збереження здоров'я і єднання з природою.

З метою формування у дітей уявлень про значення для збереження здоров'я сну і відпочинку – ще однією біологічною потребою людини і необхідною складовою здорового способу життя, з дітьми провели заняття «Сон», яке почали з питання: «Без чого людина не може жити?» Діти відповідали: без їжі, без води, без будинку, без одягу. Ніхто з дітей не назвав сон. Тому протягом заняття ми намагалися пояснити дітям значення сну в житті людини і тварин, формували позитивне ставлення до сну.

Дітям пояснювали, що сон всім необхідний і людині і тваринам. Уві сні відпочиває мозок, а мозок для людини найголовніше – він керує всім організмом. Під час сну відпочивають всі органи і частини тіла: руки ноги, навіть очі, втомлені дивитися за день, теж відпочивають.

Формуванню правильних уявлень про сон сприяло читання вірша С.Михалкова «не спати». Вірш викликав багато по-хибних емоцій у дітей. Багато в герої впізнали себе. Дітям був яскраво представлений приклад неправильного ставлення хлопчика до сну. Після прочитання вірша дітям задали коміри:

* Хто з вас вкладається спати як герой цього вірша?

На що багато дітей зізналися, що іноді з ними трапляється таке.

* Чи може людина зовсім не спати і чи не зашкодить це здоров'ю?

* Що відчуває людина, коли погано спав?

Дошкільнята активно брали участь в підтримці бесіди по віршуванню, обговорювали поведінку героя і вказували на необхідність в сні. Разом прийшли до висновку, що якщо людина не досить спить, то він млявий, розсіяний, дратівливий. Тому спати потрібно всім і вкладатися спати потрібно вчасно.

Закріпленню уявлень дітей про сон, а також узагальненню отриманих на попередніх заняттях уявлень дітей про здоровий спосіб життя сприяла гра «приснитися нам хороший сон?» «Чи може таке бути?», «Розповіді незнайки з помилками», «Якби я був...», «Намальований лист». Так, у грі «Якби я був...» дітям було запропоновано представити себе в будь-якій ролі (тата, мами, вихователя) і розповісти про себе. Як би вони поводитися, де гуляли б з дітьми, як відпочивали б у вихідні дні, чим займалися б влітку, восени, взимку, навесні і т. д. наведемо приклад розповідей дітей:

«Якби я була мамою, то я весь час грала б зі своєю донькою. Ми ходили б гуляти скрізь. Збирали б листя як в дитячому саду і робили з них красиві картинки. Влітку ми збирали б ягоди в саду у бабусі, їли ягоди і ходили купатися на річку». (Ірина Ю.).

«Якби я був татом, то ремонтував би велосипед дітям. Разом би їздили на велосипеді кататися, майстрував чого-небудь. Їздив на риболовлю» (Вітя В.).

Складені дітьми розповіді показують, що діти засвоїли багато уявлень про здоровий спосіб життя, і це сприяло розвитку їх уявлень про майбутній спосіб життя, коли вони будуть дорослими.

У грі «розповіді з помилками» дітям потрібно було визначити, здоровий спосіб життя веде Незнайка чи ні.

Прослухавши розповідь, діти визначили, що Незнайка веде не здоровий спосіб життя. Вони були не згодні з героєм. Незгода спонукало дітей виправити помилку і пояснити Незнайці, як потрібно провести вихідний день. Наприклад, Владик розповів: «у вихідний день треба багато гуляти на вулиці, грати, кататися на санках з гірки, а не лежати весь день на дивані. І багато цукерок їсти шкідливо». Читання інших оповідань також викликало незгоду дітей і сприяло активізації уявлень про здоровий спосіб життя. Діти легко виправляли помилки Незнайки.

З метою розширити уявлення дітей про природні фактори оздоровлення були проведені розроблені нами заняття «Цілющі ягоди «і» диво рослини».

На занятті «Цілющі ягоди» ми знайомили дітей тільки з корисними властивостями плодів дерев і чагарників, що ростуть в нашій місцевості (яблуня, горобина, калина). Активізації уявлень дітей сприяли питання:

- * Щоб не захворіти, що робите ви?
- * Що роблять ваші батьки, щоб бути здоровими?
- * Як батьки піклуються про ваше здоров'я?

В ході розмови підвели дітей до усвідомлення необхідності вітамінного харчування, корисного для здоров'я не тільки людини, а й тварин і птахів. Активізували наявні уявлення про необхідний різноманітному кормі для птахів, поставивши питання: Чим можна підгодовувати птахів?

Діти згадали, що птахів можна годувати насінням соняшнику, зернами пшениці, жита, вівса і просто хлібними крихтами, які залишаються після обіду.

Підтримці інтересу до цієї теми сприяла гра «Угадайка», в ході якої хлопці відгадували загадки про тих, хто живе і що росте в лісі.

В кінці заняття діти малювали птахів на годівниці і склали розповіді за своїми малюнками, показуючи залежність життя птахів від рослин і людини.

На занятті «Чудо рослини» продовжили знайомити дітей з природними факторами оздоровлення. Під час заняття використовували художнє слово – читання вірша «Ромашки». Позналили з лікувальним призначенням ромашки – відваром ромашки лікують горло і кашель. Активізували наявні

знання дітей питаннями: «якою рослиною добре лікувати розбиті коліна? Зеленим листочком, який називається подорожник. Знайомили і з іншими лікарськими рослинами рідного краю (з лікувальними властивостями деревію). В кінці заняття діти малювали ту рослину, яке їм більше сподобалося, пояснювали чому вони зробили такий вибір, яку користь воно приносить.

Велика кількість дітей намалювали різні рослини, пояснивши, що всі вони дуже корисні і потрібні. Дошкільнята відповідали: «Ромашки потрібні, тому що вони лікують шийку. Коли пораниш коліно або пальчик, то потрібен подорожник і деревій теж допомагає. Всі рослини потрібні».

Проведене заняття показало, що дошкільнята усвідомлюють цінність лікарських рослин, їх значення для збереження здоров'я. Розумінню дітей доступні уявлення про властивості різних лікарських рослин. Дошкільнята здатні усвідомити необхідність дбайливого ставлення до природи, про її значення для людини, для здорового способу життя.

У вільний від занять час з дітьми провели гру «Угадайка», в ході якої Дошкільнята відгадували загадки про лікарські рослини.

Важливою і визначальною умовою ефективності використання на практиці виховно-освітньої діяльності з формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя була взаємодія учасників виховно-освітнього процесу. Тому, другим напрямком технології формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя була робота з педагогічним колективом ЗДО.

Проведений раніше констатуючий експеримент показав неготовність вихователів до проведення роботи з дітьми, що проявилось в не володінні вихователями технологією формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя. Виходячи з цього, наша технологія передбачала особливий напрямок – випереджаючу діяльність з вихователями з метою підвищення рівня педагогічної майстерності та еколого-валеологічних знань, а також озброєння вихователів педагогічною технологією формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя. Для досягнення поставленої мети

розробили план роботи з педагогами ЗДО, який передбачав заняття з вихователями старших груп у формі консультацій, семінарів, і семінарів-практикумів, що проводяться протягом року.

Динаміка формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя і знання батьків, їх педагогічна культура – дві взаємопов'язаних завдання. Тому слід було допомогти батькам оволодіти педагогічними та соціально-екологічними знаннями, які необхідні для успішного формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя.

Невід'ємною частиною розробленої нами педагогічної технології формування уявлень про здоровий спосіб життя була організація «клубу здорової сім'ї», в який входили батьки дітей експериментальної групи.

Робота з батьками полягала в передачі теоретичного матеріалу та обговорення практичних проблем формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя в сім'ї.

«Клуб здорової сім'ї» функціонував в рамках педагогічного всеобуча. Заняття клубу проводилися педагогом з оздоровчої роботи ЗДО, вихователями.

При складанні плану по взаємодії з сім'єю виходили з наступних вимог: спочатку слід повідомити батькам знання про здоров'я і здоровий спосіб життя, про методи і прийоми формування здорового способу життя у дітей в сім'ї; потім необхідно здійснити більш глибоке вивчення особливостей (умов) формування здорового способу життя і на основі цього будувати зміст наступних форм роботи; головне – викликати у батьків особисту зацікавленість у вирішенні цієї проблеми, що можливо шляхом застосування різноманітних форм роботи; кожна форма роботи повинна передбачати домашнє завдання.

Ефективними формами зв'язку з батьками були батьківські збори, консультації, семінари-практикуми, оскільки, як відомо, колективне слухання і обговорення розглянутих проблем допомагає батькам зіставляти розвиток

свої дитини з однолітками, знайомитися з позитивним досвідом сімейного виховання.

Роботу з батьківським колективом почали з батьківських зборів – найпопулярнішої форми педагогічної освіти, при цьому виходили з того, що найкращий лектор – вихователь, який добре знає особливості дітей своєї групи, живе єдиними турботами з сім'єю. На зборах батьків познайомили з основними завданнями педагогічної технології формування у дітей старшого дошкільного віку уявлень про здоровий спосіб життя, охарактеризували методи і прийоми формування здорового способу життя в сім'ї. Перед батьками, крім педагога і експериментатора, виступали лікар і психолог ЗДО. Збори на тему «Здоров'я дітей» були насичені теоретичним матеріалом і методичними рекомендаціями, завдяки чому батьки ще довго обговорювали питання, розглянуті лектором.

Домашні завдання виступали ефективним методом у формуванні у батьків педагогічного мислення і були необхідною умовою, що забезпечує результативність роботи. Отримавши домашнє завдання, батьки впроваджували почуті на зборах рекомендації в сімейне виховання. Розмовляли з дітьми вдома. Більше часу приділяли роз'ясненню доцільності ведення здорового способу життя, пояснювали, чому потрібно цінувати своє здоров'я, дбати про його збереження.

Важливим засобом підвищення педагогічної культури батьків з проблеми формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя було тематичне зібрання «здоровий спосіб життя». Ця форма роботи допомогла нам більш чітко виявити різні точки зору батьків, їх думку з даної проблеми, і на підставі цього визначити зміст подальшої роботи з ними. Особливу роль мали прийоми активізації батьків в ході зборів. Питання були методом активізації педагогічного мислення батьків. Враховуючи важливість підготовки батьків до теми зборів, напередодні ми налаштували їх на активну участь в обговоренні зазначеної тематики. Для цього попередньо склали запитальник на тему «Здоровий спосіб життя».

1. Чи вважаєте ви свій спосіб життя здоровим? Чому?
2. Чи вважаєте ви свій особистий приклад головною умовою формування здорового способу життя у дітей?
3. Які ще умови, на Ваш погляд, необхідно створити для формування здорового способу життя у дітей?
4. Чи намагаєтеся ви долучити свою дитину до здорового способу життя? Яким чином?

Відповіді на питання показали, що багато хто з батьків мають неповні уявлення про здоровий спосіб життя.

Таким чином, питання до батьків перед розглядом цієї теми ставили перед ними проблеми, які повинні були отримати рішення в ході зборів.

Аналіз відповідей допоміг нам висвітлити найбільш актуальні питання, дати чіткі практичні поради, конкретні рекомендації.

На зборах висвітлили результати констатуючого експерименту: наявних уявлень у дітей про здоровий спосіб життя і знань у батьків.

Методом активізації розумової діяльності батьків були дискусії, які організовувалися самим педагогом, провідним збори. Іноді дискусії виникали спонтанно. Так, при обговоренні відповідей на питання «Що заважає вам вести здоровий спосіб життя?» з'ясувалося, що у дорослого покоління в сім'ї переважає пасивне ставлення до свого способу життя. У більшій частині анкет на це питання значилася відповідь «лінь» і «брак часу». На цю тему серед батьків розгорнулася дискусія. Одна половина висловлювала свою думку дійсно на користь катастрофічної нестачі часу.

Ефективним методом у формуванні у батьків педагогічного мислення виступив аналіз власного способу життя. Висловлювання батьків показують, що Дорослі, в зв'язку з повсякденними турботами і відсутністю спеціальних умов, утруднювалися в пошуку шляхів виходу зі сформованих ситуацій. У таких міркуваннях не простежувалося прагнення вести здоровий спосіб життя, а скоріше розкривалося пасивне ставлення до свого способу життя, відсутність активності.

Після обговорення цієї проблеми всі разом спробували проаналізувати причини і прийти до єдиної думки, що головна причина такого ведення відсутність прагнення до здорового способу життя, а вирішальним компонентом в цьому повинна бути особиста активність, цілеспрямована діяльність і уважне ставлення до свого здоров'я і здоров'ю своїх дітей.

Такі дискусії викликали інтерес у всіх батьків, збагачували знаннями про здоровий спосіб життя, умінням аналізувати свою поведінку, свій спосіб життя, а головне – дозволили нам встановити більш щирий і міцний контакт з батьками.

Підсумки констатуючого експерименту з дітьми та батьками переконливо свідчили про необхідність вести роботу по формуванню уявлень про здоровий спосіб життя у дітей і знань про здоровий спосіб життя у батьків.

Особливий інтерес батьків викликав семінар-практикум «поговоримо про дихання». Ця форми роботи не використовується в ЗДО, хоча, як показує нам експеримент, є дуже ефективною в даному випадку навчання батьків практичним умінням проведення дихальної гімнастики з дітьми для профілактики простудних захворювань.

На семінарі-практикумі були поставлені конкретні виховні завдання перед батьками. Наприклад, перевірити, чи правильно дитина дихає, простежити протягом місяця за дитиною і регулярно виконувати дихальну гімнастику.

Даний семінар-практикум був дуже своєчасним, з метою профілактики гострих респіраторних захворювань і за планом проводився в перших числах жовтня, націлював батьків уважніше ставитися до здоров'я своїх дітей. Домашнє завдання (виконання комплексу дихальної гімнастики) озброював батьків практичними навичками, вміннями і до того ж давало можливість для спілкування батьків з дітьми в ігровій формі на тему збереження здоров'я, створювало сприятливу обстановку у відносинах батьків і дітей, забезпечувало позитивний емоційний настрій на здоровий спосіб життя.

За допомогою таких завдань ми збагачували зміст спілкування батьків і дітей як важливого виховного засобу. У свою чергу, це робило більш міцним контакт дітей з батьками.

Завдання готувалися заздалегідь. Практика показала, що батьки більш відповідально ставляться до виконання завдань, запропонованих у письмовій формі. Для цього віддрукували комплекси дихальної гімнастики в розрахунку на кожен сім'ю із зазначенням дати проведення наступного батьківських зборів.

Враховуючи значимість збагачення знань батьків про умови формування здорового способу життя і збереження здоров'я дітей, наступна консультація була тісно пов'язана з попередньою і присвячена темі «екологічні умови житлового середовища» або «повітря, яким ми дихаємо». Збори почалися з доповіді вихователя. Консультація була насичена матеріалами наукових досліджень про екологічне середовище житлових приміщень, прикладами, конкретними рекомендаціями щодо збереження сприятливого клімату в квартирі. Висвітлили основні джерела забруднення повітря житлових приміщень: хімічні сполуки, тютюновий дим, пил; необхідні способи збереження чистого повітря в квартирі, роз'яснили доцільність утримання в кімнаті живих рослин, акваріума, систематичного вологого прибирання приміщення і регулярного провітрювання. Звернули увагу на підбір екологічно безпечних меблів і внутрішньої обробки житлового приміщення.

В якості домашнього завдання батькам було запропоновано разом з дітьми провести екологічне обстеження квартири на предмет наявності шкідливих речовин (пил, хімічні сполуки) в повітрі за наступною схемою:

1. З яких матеріалів виготовлені меблі?
2. Якими матеріалами виконана внутрішня обробка дитячої кімнати?
3. Чи є в будинку Кімнатні рослини, Акваріум?
4. Чи регулярно проводиться прибирання приміщення (наявність пилу на підлозі, меблів і в інших місцях)?

Таке домашнє завдання передбачало виникнення у батьків критичного ставлення до умов утримання квартири в плані екологічної обстановки і дотримання санітарно-гігієнічних умов. Дозволило формувати у батьків і дітей уявлення про «здорове» навколишнє середовище і активну поведінку в створенні умов для здорового способу життя.

Одним з компонентів організації здорового сімейного дозвілля, виступило проведення виставки художньої та методичної літератури під загальною назвою «Мудре слово про здоров'я». Дитяча література для виставки була підібрана вихователями, яка, на їхню думку, сприяла формуванню у дітей уявлень про здоровий спосіб життя і розвитку усвідомленого ставлення до свого здоров'я. На основі даних художніх творів представлялося можливим показати дітям сутність ціннісного ставлення до здорового способу життя.

Сімейні читання дитячої художньої літератури з питань зміцнення і збереження здоров'я дітей і спільне обговорення іншого допомагають сформувати у дитини міцні уявлення про здоровий спосіб життя. Читання художніх творів з яскравими сюжетами будить уяву дітей, яке виявляє себе в іграх. Старший дошкільник дуже жваво і емоційно сприймає описані події, подумки бере участь в них. За допомогою художньої літератури діти в доступній формі набувають знання про значення для здоров'я фізкультури і спорту, загартовування, режиму дня, харчування. До 5-6 років дитині доступні дитячі сатиричні вірші на моральні теми, прислів'я, приказки та афоризми, відображають всі сторони людської діяльності, узагальнюють досвід багатьох поколінь. Прислів'я та приказки про здоров'я і здоровий спосіб життя націлені на те, щоб допомогти вихованню і навчанню дітей в дохідливій, виразній формі у вигляді ради, як зміцнювати здоров'я і попереджати хворобу, з користю і задоволенням працювати, який спосіб життя вести, як подружитися з фізкультурою і спортом, загартовуватися, правильно і раціонально харчуватися, відпочивати, як бути таким, щоб всім, хто поруч з вами, було радісно і добре.

Протягом всієї людської історії народна мудрість допомагала боротися з невіглаством, злом, шкідливими звичками, що підривають здоров'я, давала людям сили до життя. І сьогодні вона-відмінний помічник у формуванні у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя.

В якості домашнього завдання батькам було запропоновано скласти план сімейного оздоровчого відпочинку в місцевих природних умовах. Спираючись на отримані пропозиції батьками щодо організації спільного оздоровчого відпочинку, ми підготували до випуску в квітні наступний номер газети для батьків, з метою узагальнити отримані пропозиції і дати конкретні практичні рекомендації щодо організації літнього відпочинку в доступній всім сім'ям формі.

З метою розширення знань батьків про значення природи в збереженні і зміцненні здоров'я дітей була оформлена попка-пересувка з наочним матеріалом на тему «Лікарські рослини рідного краю» і організована виставка літератури про лікарські рослини. Проведення цих заходів ставило завдання: дати батькам історичні відомості про застосування лікарських рослин в медицині, ознайомити з корисними і лікувальними властивостями лікарських рослин, що ростуть на території області, корисні властивості яких використовуються в профілактичних цілях і не здатні заподіяти шкоди (материнка, суниця, калина, цибуля, часник, м'ята, сосна, календула, ромашка, горобина, деревій), показати особливості застосування цих рослин в різних ситуаціях, познайомити з запобіжними заходами, підвести до розуміння того, що лікарські рослини рідного краю служать гарною підмогою з метою профілактики та оздоровлення людей.

Батькам давалися практичні рекомендації щодо організації оздоровчого відпочинку. Сім'ям радили обладнати на садовій ділянці місце для відпочинку і занять спортом всією сім'єю, проводити рухливі і настільно-друковані ігри, зайнятися спільною творчістю (майструвати, малювати, ліпити, конструювати і т.д.), разом працювати, здійснювати сімейні прогулянки по околицях. До уваги батьків були запропоновані цікаві ігри, наприклад, «Кіт у мішку»,

«камінчики». Радили батькам підійти до даного питання з вигадкою, фантазією в складанні оздоровчо-розважальної програми спільного відпочинку.

Експеримент показав, що цілеспрямована робота з батьками дала їм можливість відчувати зацікавленість вихователя у формуванні у дітей уявлень про здоровий спосіб життя, формувала критичний погляд батьків на свій спосіб життя, збагачення знань з проблеми формування здорового способу життя. Цьому сприяло використання різних форм роботи з батьками (лекції, збори, консультації, семінар-практикум, оформлення куточка для батьків, виставка дитячої та методичної літератури), що передбачають застосування різноманітних методів і прийомів (питання, дискусії, домашні завдання, аналіз власної поведінки, обмін думками).

Висновки по другому розділі

Позитивні результати проведеного експерименту доводять ефективність використання у формуванні уявлень про здоровий спосіб життя соціальних, біологічних та екологічних складових і дозволяють стверджувати про доступність цих уявлень старшим дошкільнятам.

Позначене Еко-Біосоціальний напрям процесу формування уявлень про здоровий спосіб життя дозволяє інтегрувати засоби, форми і методи роботи з дітьми з метою формування у дітей більш глибоких уявлень.

Даний напрямок сприяє формуванню сприйняття природного і соціального оточення як необхідного середовища життя людини і значно полегшує процес формування уявлень про залежність здоров'я людини від способу життя і навколишнього соціально-екологічного середовища.

Експериментальна технологія дозволила здійснити активну взаємодію ЗДО і сім'ї з формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя.

Ефективність роботи з педагогами і батьками доведена результатами проведення контрольного експерименту, що виявляють сформовані у дошкільнят уявлення про здоровий спосіб життя.

ВИСНОВКИ

Теоретична розробка досліджуваної проблеми і проведена робота по формуванню у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя підтвердили і дозволили зробити наступні висновки щодо теоретичних підходів і методичного вирішення досліджуваної проблеми:

Змістом уявлень дошкільнят про здоровий спосіб життя слід вважати такі складові уявлень, які відображають об'єктивну залежність здоров'я від способу життя і навколишнього соціально-екологічного середовища і націлюють дитину на гармонійні відносини з навколишнім середовищем і активне ставлення до свого здоров'я.

Педагогічна технологія формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя передбачає взаємозв'язок суб'єктів виховно-освітнього процесу, що реалізується через організацію методично-просвітницької роботи з педагогічним колективом і батьками, і їх безпосередню участь в процесі формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя в наступній послідовності: від формування уявлень про здоров'я і способі життя людини, до розуміння залежності здоров'я від стану соціально-екологічного навколишнього середовища, потім до усвідомлення здорового способу життя, як основи збереження і зміцнення здоров'я.

У процесі дослідження було виявлено, що істотна роль у формуванні у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя належить педагогічно доцільної організації еколого-оздоровчих прогулянок, дослідів, спостережень, вирішення проблемних ситуацій. Це дозволяє на конкретних прикладах роз'яснювати дошкільнятам необхідність турботи про своє здоров'я і сприяє формуванню усвідомлених і міцних уявлень про залежність здоров'я від способу життя і стану навколишнього середовища. При вирішенні проблемних ситуацій уявлення дошкільнят набувають усвідомлений характер, забезпечується практична реалізація цих уявлень.

Діагностична методика визначення рівня сформованості у дітей старшого дошкільного віку екобіосоціальних складових уявлень про здоровий спосіб життя передбачає оцінку сформованих уявлень за такими показниками: повнота, усвідомленість, узагальненість, системність.

Проведене дослідження підтвердило доцільність об'єднання соціальної, біологічної та екологічної складової у формуванні у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя. Обґрунтована і експериментально доведена ефективність педагогічної технології формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя.

Проведене дослідження не вичерпало всіх аспектів проблеми формування здорового способу життя у дошкільнят. Це тільки одна зі спроб теоретично і практично осмислити і показати особливості, механізми та умови формування уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку. Отримані результати є основою для подальшого дослідження з даної проблеми, для більш поглибленої розробки проблеми формування ціннісного ставлення до здоров'я і здорового способу життя.