

**Кошель Анна Павлівна** 

канд. пед. наук, доцент кафедри дошкільної та початкової освіти  
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка, Україна

**Заворотна Лілія Костянтинівна**

здобувач вищої освіти факультету дошкільної початкової освіти і мистецтв  
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка, Україна

## ДО ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ В ЗАКЛАДАХ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

***Анотація:** У статті висвітлено значення взаємодії закладів дошкільної освіти та сім'ї для формування рухової та здоров'язбережувальної компетентностей дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання з урахуванням потреб сучасного суспільства.*

Інтенсивний розвиток суспільства вносить корективи і змінює зміст освіти, яку отримують діти в дошкільному віці. Відповідно збільшується розумове емоційне і психологічне навантаження що в свою чергу призводить до перевтоми і виснаження яке негативно впливає на стан здоров'я дітей дошкільного віку. Ефективна взаємодія ЗДО та соціокультурних інституцій (сім'ї) дає можливість створити оптимальні умови для розвитку дитини [3].

Період дошкільного дитинства є базовим для майбутнього формування особистості людини, оскільки в його основі лежить синергійний, взаємозалежний у відповідності з законами діалектики розвиток кількісних і якісних показників та процесів, досягнення відповідно до індивідуальної, анатомо-фізіологічної, морфологічної, психологічної зрілості, емоційного, інтелектуального та вольового розвитку дошкільників для формування і розвитку основних компетентностей дошкільників, зокрема рухової та здоров'язбережувальної [1; 3; 4].

Результатом сформованої рухової компетентності, згідно оновленого Базового компонента дошкільної освіти в Україні (далі БКДО) – є «задоволення природної потреби у руховій активності, що забезпечує оптимальний рівень фізичної працездатності, засвоєння та використання елементарних знань у галузі фізичної культури, сформованість умінь і навичок для вирішення рухових завдань у різних життєвих ситуаціях» [1].

Результатом сформованої здоров'язбережувальної компетентності, згідно БКДО – «є потреба в опануванні способами збереження та зміцнення власного здоров'я, сукупність елементарних знань про людину та її здоров'я, здоровий спосіб життя; стійка мотивація еколого-валеологічної спрямованості щодо пізнання себе та довкілля, яка спонукає до використання навичок здоров'язбережувальної поведінки» [1].

Аналіз досліджень і публікацій свідчить про те, що вирішення різноманітних проблем фізичного виховання дошкільників широко представлена у сучасній вітчизняній і зарубіжній науковій літературі. Зокрема, Т. Андрющенко, О. Байер, Г. Беленька, О. Богініч, Е. Вільчковський, Н. Денисенко, М. Єфіменко, Л. Загородня, О. Іванашко, М. Комісарик, О. Козак, А. Кошель, В. Кошель, О. Курок, М. Комісарик, Н. Лісневська, Н. Левінець, О. Максимова, В. Оржеховська, Т. Пономаренко, С. Тітаренко, М. Рунова, Т. Овчиннікова, Г. Чуйко, О. Худолій, Ю. Шевченко та інші [2 – 9].

Достатній рівень рухової активності дитини, задоволення її потреби в русі можна забезпечити правильною організацією рухового режиму в ЗДО і сім'ї.

В умовах сім'ї такий руховий режим забезпечується правильним розпорядком дня, в якому повинен передбачатися час для різних видів активностей для розвитку рухової сфери дітей. Надаючи особливого значення ролі рухової активності в зміцненні здоров'я дітей дошкільного віку, можна визначити пріоритети в режимі дня.

З метою оптимізації рухової активності та загартовування дітей в сім'ї необхідно впроваджувати додаткові види рухової діяльності, пов'язані з комплексом заходів загартовування:

- прогулянки на повітрі;
- прогулянки по масажних доріжках, при наявності їх вдома;
- гімнастика після денного сну;
- рухові розминки;
- прогулянки ввечері;
- загартовування під час літнього часу;
- обтирання вологим рушником;
- заняття з фізичної культури.

Навчальні заняття як основна форма розвитку моторики та рухової активності дітей. Заняття можуть проводитися вдома і на вулиці, використовуючи різне підручне приладдя.

Самостійна діяльність є важливим джерелом активності та саморозвитку дитини. Важливе значення приділяється активному відпочинку:

- рухливі ігри з однолітками різної інтенсивності;
- фізкультурне дозвілля;
- фізкультурно-спортивні свята, які проводяться в місті;
- ігри-змагання.

Таким чином, запропоновані види рухової діяльності доповнюють і збагачують один одного. Для реалізації рухової активності дітей у сім'ї використовується обладнання та інвентар, який є вдома, спортивних майданчиків відповідно до віку [2].

Перед батьками стоїть завдання створити умови для максимального ефекту у формуванні навичок здорового способу життя, розвитку фізичних якостей але дуже важливе спілкування та комунікація з педагогами.

Педагоги, мають будувати свою роботу на принципі єдності з родиною з урахуванням індивідуальних особливих потреб [8].

Найефективнішими формами та методами взаємодії з родинами вихованців є: колективна, індивідуальна, наочно-інформаційна тощо.

До традиційних форм взаємодії з родинами вихованців належать:

- бесіди (індивідуальні та групові) – обговорюються характерні особливості фізичного розвитку дитини, можливі форми організації спільної рухової діяльності вдома, на вулиці, а також рекомендована література з розвитку рухів у дітей;
- відкриті фізкультурні заняття для батьків дають можливість наочно продемонструвати стан фізичного розвитку дітей та їхню фізичну підготовленість;
- фізкультурні свята та розваги, дозвілля – сприяють залученню дітей і батьків до занять фізичною культурою і спортом, вдосконалюють рухи, виховують у дітей дисциплінованість, відповідальність, дружбу;
- спільна рухова діяльність сприяє створенню позитивних емоцій, бадьорого настрою, що є важливою умовою активного відпочинку;
- консультації - сприяють засвоєнню батьками певних знань і навичок, допомагають їм у вирішенні проблемних питань;
- оформлення стендової інформації – дозволяє ознайомити батьків із завданнями фізичного виховання, з питаннями, пов'язаними зі здоровим способом життя, правильним харчуванням, організацією режиму, загартовуванням, підбором фізкультурного обладнання тощо;

– батьківські збори – дозволяють налагодити більш тісний контакт із родиною вихованців, обговорити питання, що цікавлять, обмінятися думками щодо того чи іншого напрямку роботи дошкільного закладу, намітити плани на майбутнє;

– анкетування – необхідне для виявлення значущості окремих факторів, що передбачає отримання різноманітних даних, інформації та характеристик. Вони дозволяють вивчити культуру здоров'я сім'ї, виявити індивідуальні особливості дітей з метою побудови подальшої роботи з ними та впровадження ефективних програм фізичного виховання та оздоровлення в сім'ї [2; 4; 9].

До нетрадиційних форм взаємодії з родинами вихованців належать:

– видання газет є однією з форм пропаганди здорового способу життя. Дуже важливо, щоб це був продукт колективної творчості дорослих і дітей з використанням елементів казкотерапії, арт-терапії та інших здоров'язбережувальних технологій. Це дозволяє розширити уявлення батьків і дітей про форми сімейного дозвілля; підвищувати інтерес дітей до занять фізичною культурою та суперечками [7];

– збірка альбомів про спортивні досягнення родини. Складання альбомів є формою колективної роботи всіх учасників педагогічного процесу. Підвищувати інтерес дітей до занять фізичною культурою і спортом, виховувати бажання вести здоровий спосіб життя;

– «Майстерня» з виготовлення нетрадиційного інвентарю для спортивно-оздоровчої діяльності – залучення батьків та дітей до виготовлення атрибутів своїми руками. Це зближує дорослих і дітей, виховує у дітей повагу до виготовленого обладнання;

– «проектна діяльність» – розробка та реалізація спільних з батьками проектів дасть змогу зацікавити батьків перспективами нового напрямку у фізичному розвитку дітей та залучити їх до життя закладу дошкільної освіти [2].

Для батьків, можна надати інформацію у вигляді експрес-флаєрів. Листівки різноманітні за змістом, наприклад: «ігри з м'ячем», «граємо всією сім'єю», де батьки можуть дізнатися, які рухи можна вивчати з дитиною, про правила тієї чи іншої гри; Дні здоров'я – сприяють оздоровленню дітей і дорослих, запобігають перевтомі.

З метою реалізації рухової та здоров'язбережувальної компетентності дошкільників в умовах співпраці ЗДО та сім'ї з використанням ефективних форм фізкультурно-оздоровчої роботи вважаємо за необхідне продовжити роботу над:

– створення умов для накопичення у дітей позитивного рухового досвіду в умовах сімейного виховання;

– вивчення та впровадження в практику нових педагогічних та здоров'язберігаючих технологій, що сприяють формуванню раціональної рухової активності дітей;

– підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків у питаннях реабілітації та розвитку фізичних якостей особистості дитини;

– продовжувати роботу щодо зниження захворюваності дітей;

– поповнити куточок усамітнення нестандартним обладнанням: подушками з різними наповнювачами, подушками для збивання, скринькою «Сховай все погане» тощо.

– спільно з батьками створити альбом «Спортивні традиції»;

– оформлення вдома фізкультурно-спортивного куточка;

– проведення спільного фізкультурно-оздоровчого дозвілля;

– щоденне проведення ранкової гімнастики та інших видів рухової активності (спортивні та рухливі ігри, спортивні вправи, гімнастичні вправи на свіжому повітрі, використання різних оздоровчих технологій) [2; 3; 4; 7; 9].

Долучення батьків до формування здоров'язбережувальної та рухової компетентності, згідно БКДО передбачає у дитини сформованість знань, а саме:

- рухова компетентність: «знає назви основних рухів, предметів та спортивних знарядь, усвідомлює роль фізичних вправ у розвитку та зміцненні організму. Здатна до пізнання основ фізичного розвитку [1].

Знає та свідомо дотримується правил у рухливих, спортивних іграх та вправах (зокрема з елементами змагання). Знає про індивідуальний принцип користування гігієнічними засобами» [1].

**Здоров'язбережувальна компетентність:** «усвідомлює цінність здоров'я, його значення для повноцінної життєдіяльності. Володіє уявленнями про основні чинники збереження здоров'я – рухова діяльність, правильне харчування, дотримання питного режиму, безпечна поведінка, догляд за тілом. Орієнтується в основних показниках власного здоров'я (гарне самопочуття, відсутність больових відчуттів) та здоров'я людей, які її оточують. Знає про існування різних захворювань, орієнтується в елементарних видах допомоги людині, яка хворіє. Здатна встановлювати елементарну залежність між здоровим розвитком людського тіла та повноцінним харчуванням. Називає основні групи продуктів харчування, відрізняє корисну їжу від шкідливої. Оперує назвами основних корисних напоїв, знає про їхню роль для розвитку організму. Розуміє виняткове значення питної води для здоров'я, орієнтується в ознаках спраги й голоду» [1].

«Має цілісне уявлення про будову людського тіла. Визначає і правильно називає елементарні функціональні можливості людського організму. Орієнтується у призначенні та дотримується правил дбайливого ставлення до органів чуттів.

Усвідомлює, що людина народжується, проходить різні етапи життєвого шляху – дитинство, юність, зрілість, старість. Має елементарне уявлення про статеву належність, орієнтується в ознаках своєї статевої належності.

Диференціює поняття «безпечне» і «небезпечне», усвідомлює важливість безпеки життєдіяльності (власної та інших людей). Знає правила поведінки з незнайомими людьми, орієнтується у правилах поводження з незнайомими предметами та речовинами; пожежної та електробезпеки; користуванні транспортом; в основних знаках дорожнього руху тощо. Знає правила безпечного перебування вдома, у закладі дошкільної освіти, на вулиці, на воді, льоду, ігровому, спортивному майданчиках. Усвідомлює, до кого можна звернутись за допомогою в різних ситуаціях» [1].

Створення вдома здоров'язбережувального середовища та відповідних умов для самостійної рухової діяльності в умовах сім'ї;

- формування навичок у дітей до особистої та громадської гігієни;
- формування інтересу до родинних традицій здорового способу життя;
- закріплення навичок безпечної поведінки вдома та вулиці [7].

**Висновки.** Для повноцінного формування здоров'язбережувальної та рухової компетентностей дітей дошкільного віку важливе значення відіграє тісна взаємодія різних соціальних інституцій, зокрема сім'ї та працівників ЗДО. Оскільки від якості даної взаємодії залежатиме всебічний і гармонійний розвиток дитини дошкільного віку. Важлива значення в цьому процесі належить руховій та здоров'язбережувальній компетентності дошкільників які реалізуються в діяльності яка є основною генетично обумовленою потребою в даному віковому періоді, так як не тільки формує природні рухові навички, забезпечує повноцінний фізичний розвиток, розвиток фізичних якостей і здібностей, а й формує соціальний, комунікативний, мотиваційний, потребнісний, пізнавальний, діяльнісний, інтелектуальний і мовної потенціал майбутньої особистості.

### Список використаних джерел:

1. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні. (2021). Вилучено з: <https://www.pedrada.com.ua/article/2895-bkdo-2020-prokt-novogo-standartu-d-osvti>.
2. Загородня, Л., Тітаренко, С., & Барсуковська Г. (2015). ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ. Вилучено з: <file:///E:/%D0%97%D0%90%D0%93%D0%A0%D0%A3%D0%97%D0%9A%D0%98/%D0%97%D0%90%D0%93%D0%A0%D0%A3%D0%97%D0%9A%D0%98%20Mozilla/6805600-1.pdf>.

3. Кошель, А., Олексієнко, В., & Дьякова, Н. (2020). ДЕЯКІ АСПЕКТИ СТВОРЕННЯ ПОЗИТИВНОГО ІМІДЖУ ЗДО НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РЕФОРМУВАННЯ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ. *InterConf*, (34). вилучено із <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/interconf/article/view/5525>.
4. Кошель, А., Кошель, В., Калімбет, О., Рябченко, А., & Хаблова, М. (2021). ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я СУЧАСНОГО СУСПІЛЬСТВА. *ГРААЛЬ НАУКИ*, (5), 277-284. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.04.06.2021.050>.
5. Кошель, А., Кошель, В., & Сілка, К. (2021). ДЕЯКІ АСПЕКТИ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ЗГІДНО ОНОВЛЕНОГО БАЗОВОГО КОМПОНЕНТУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ. *Збірник наукових праць ЛОГОС*. <https://doi.org/10.36074/logos-19.03.2021.v3.20>.
6. Кошель, А., Кошель, В., & Мікрюкова, В. (2021). ДЕЯКІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ «PUBLIC RELATIONS» У ФОРМУВАННІ ПОЗИТИВНОГО ІМІДЖУ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ. *InterConf*, (46), 122-131. <https://doi.org/10.51582/interconf.19-20.03.2021.013>.
7. Кошель, А., Кошель, В., Хаблова, М., & Наливайко, Н. (2021). КАЗКОТЕРАПІЯ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ТЕХНОЛОГІЯ У РОБОТІ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ. *InterConf*. вилучено із <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/interconf/article/view/13459>.
8. Кошель, А., & Кошель, В. (2020). НАСТУПНІСТЬ В РОБОТІ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ТА ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ В УМОВАХ ІНТЕГРАЦІЇ ІНКЛЮЗІЇ. *InterConf*, (14). вилучено із <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/interconf/article/view/2025>.
9. Кошель, В., Козлова, В., Пась, К., Скивка, А., & Ушкалов, Л. (2021). ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ВЗАЄМОДІЇ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ І СІМ'Ї. *Збірник наукових праць SCIENTIA*. вилучено із <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/scientia/article/view/13606>.