

**А. Є. Сіренко**

Інститут проблем виховання НАПН України

## **ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

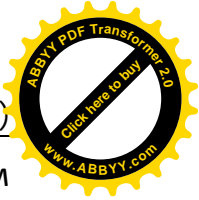
*У статті розкрито теоретичні основи формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку. Уточнено зміст поняття «культура здоров'я», визначено основні принципи організації діяльності дошкільного навчального закладу у контексті формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку.*

**Ключові слова:** здоров'я, культура здоров'я, діти старшого дошкільного віку, принципи, освітній процес.

**Постановка проблеми.** Культура здоров'я особистості є найважливішою якісною характеристикою рівня розвитку суспільства. За даними ВООЗ близько 75% хвороб у дорослому віці є наслідком умов і способу життя в дитинстві та юності. У зв'язку з цим безсумнівною є необхідність формування у дітей дошкільного віку культури здоров'я, що передбачає розробку відповідної системи виховання та навчання. У сучасних програмах розвитку дітей дошкільного віку акцент ставиться на питаннях формування культурно-гігієнічних навичок та безпеки життєдіяльності. Однак, основною метою роботи з дітьми в цьому напрямку є формування у кожної дитини переконання в необхідності бережливого ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих; формування прагнення до адекватного сприйняття знань і навичок з охорони здоров'я, їх втіленню у повсякденне життя, щоб бути активним, динамічним, працездатним і мати змогу розвиватися та самореалізовуватися.

**Аналіз актуальних досліджень.** Проблема дослідження формування у дітей дошкільного віку різних аспектів здоров'я входить до кола наукових інтересів сучасних вчених. Так, вивченням можливостей удосконалення системи фізичного виховання з метою покращення фізичного здоров'я дошкільників займалися у своїх педагогічних дослідженнях О. Богініч, Е. Вільчковський, Л. Волков, Н. Денисенко, О. Дубогай, С. Петренко, О. Потужній, Л. Сварковська, Ю. Шевченко.

Проблема формування і збереження в дітей психічного здоров'я була пріоритетною у наукових пошуках І. Беха, Л. Божович, Д. Ельконіна, О. Запорожця, О. Кононко, В. Котирло, В. Кузьменко, С. Кулачківської, С. Ладивір, С. Максименко, В. Мухіної, Т. Пироженко та ін.

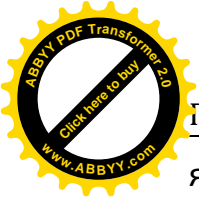


Невелика кількість досліджень присвячена питанню надання дітям знань про власне здоров'я, формування в них ціннісного ставлення до власного здоров'я, починаючи з дошкільного віку (Т. Андрющенко, О. Іванашко, Т. Книш, Н. Левінець, Л. Лохвицька, В. Нестеренко, С. Юрочкіна).

Аналіз наукової літератури дозволяє зробити висновок, що у дисертаційних роботах Л. Безуглої, Г. Капранової, С. Кириленко, Ю. Мельника, С. Свириденко, Л. Соколенко висвітлені питання формування культури здоров'я молодого покоління, забезпечення умов для розкриття творчого потенціалу здорової дитини в сім'ї та у системі безперервного виховання й навчання, але всі вони спрямовані на взаємодію зі школярами та студентами. Питання формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку не достатньо висвітлені в працях українських дослідників. Щодо зарубіжних науковців, то проблема формування культури здоров'я дошкільників у процесі співробітництва педагогів та батьків була досліджена М. Малічевою, педагогічні умови формування культури здоров'я дошкільників – А. Афашаговою. Тому актуальним є дослідження проблеми формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку.

**Мета статті** – обґрунтувати актуальність формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку. Уточнити зміст поняття «культура здоров'я», визначити основні принципи організації діяльності дошкільного навчального закладу щодо формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку.

**Виклад основного матеріалу.** На сучасному етапі розвитку освіти пріоритетними є завдання гармонійного, цілісного розвитку дитини як особистості, здатної в майбутньому до розв'язання соціальних та економічних проблем державотворення. Повною мірою вирішувати ці проблеми зможе лише фізично й психічно здорова людина, яка веде здоровий спосіб життя, розуміє свою значущість, уміє регулювати свою поведінку та діяльність відповідно до вимог суспільства. Саме тому з дошкільного віку необхідно формувати у дітей культуру здоров'я. Про це зазначається в основних державних документах: Законі України «Про дошкільну освіту», Базовому компоненті дошкільної освіти в Україні, Базовій програмі розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі», Державній цільовій програмі розвитку дошкільної освіти до 2017 року, Національній стратегії розвитку освіти в Україні на 2012–2021 рр. та інших документах,



які створюють підґрунтя для взаємодії різних соціальних інститутів та регламентують правові основи соціально-педагогічної діяльності у вирішенні проблеми формування культури здоров'я підростаючого покоління. Теоретична база дослідження з проблеми формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку ґрунтується на уточненні сутності поняття «культура здоров'я», в основі якого лежить феномен «здоров'я». Важливість і необхідність формування культури здоров'я у підростаючого покоління підкреслюється у Концепції формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді. У цьому документі здоровий спосіб життя розглядається у співвідношеннях тріади: здоров'я – здоровий спосіб життя – культура здоров'я. Поняття здоров'я нерозривно пов'язане із здоровим способом життя, як сценарій життєдіяльності, спрямований на збереження та покращення здоров'я людей.

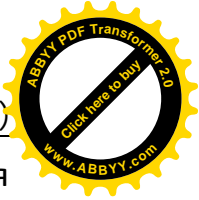
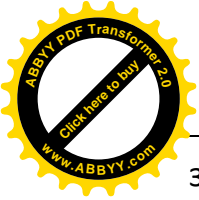
За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я «здоров'я – це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних вад [2, с. 356].

Здоров'я є найважливішою цінністю на лише окремої людини, а й загалом усього суспільства для того, щоб людина мала змогу піклуватися про своє здоров'я, вона повинна ставитися до життя як найважливішого дарунку природи. Тому формувати культуру здоров'я особистості, прищеплювати розуміння пріоритету здорового способу життя, надавати ґрунтовні знання про основи здоров'я потрібно дітям з раннього віку, підкреслено в роботі Т. Андрющенко та Л. Лохвицької [7, с. 7]

О. Кононко зазначає, що «дошкільник, який орієнтується у показниках свого фізичного стану, буде життєздатним, зможе собі допомогти, вчасно звернеться по допомогу, уникатиме того, що є шкідливим і руйнівним для його організму. Елементарна обізнаність стане важливим внеском у формування найпростіших форм самодостатності дитини» [6, с. 167].

Віддаючи пріоритети усвідомленому ставленню до здоров'я, В. Оржеховська зазначала: «Свідома людина ніколи не доводить свого організму до бунтівного стану, а намагається попередньо вжити заходів, що гармонізують організм, настроюють його клітини на любов і радість» [4, с. 21].

Результатом сформованості здорового способу життя є культура здоров'я як «інтегративна якість особистості і показник вихованості, що



забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок формування, відтворення та зміцнення здоров'я і характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я та здоров'я оточуючих» [9, с. 86].

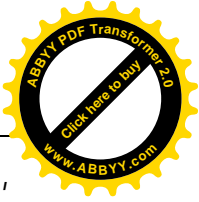
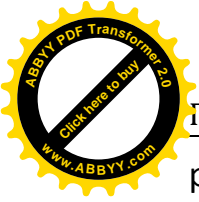
За останні роки, у своїх публікаціях, визначили сутність поняття «культура здоров'я» Л. Безугла, В. Горащук, Г. Капранова, С. Кириленко, С. Свириденко, В. Шахненко. Проблема культури здоров'я відображена у працях вітчизняних і зарубіжних вчених: культурологів (Б. Єрасов, Д. Мацумото, Н. Чавчавадзе), педагогів (Ш. Амонашвілі, А. Дістервег, К. Ушинський), психологів (А. Адлер, А. Маслоу, З. Фройд), медиків (М. Амосов, С. Громбах).

Розглядаючи культуру здоров'я як засіб духовного, психічного й фізичного самовдосконалення, самооздоровлення особистості, В. Горащук вказував, що вона є: «важливий складовий компонент загальної культури особистості, обумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок щодо формування, збереження й зміцнення її здоров'я» [3, с. 22].

Л. Безугла розкриває сутність культури здоров'я через призму свідомої здоров'язбережувальної активності особистості. Дослідниця зазначає, що «у системі заходів щодо формування культури здоров'я індивіда важливою умовою є його власна активність як наслідок усвідомленої потреби до ведення здорового способу життя» [1, с. 3].

Досліджуючи проблему формування культури здоров'я в учнів початкової школи, Ю. Мельник під культурою здоров'я дитини молодшого шкільного віку розумів інтегроване особистісне утворення, сформоване на основі знань, умінь, що характеризується здоров'яформувальною поведінкою, яка відповідає віковим особливостям індивіда, виявляється в цілісності та гармонійному розвитку всіх складових індивідуального здоров'я (фізичного, психічного, соціального, духовного), основних сфер особистості (мотиваційної, когнітивної, афективної, ціннісної, поведінкової), прагненні дитини до самопізнання, самовдосконалення, творчої діяльності» [8, с. 8].

Розкриваючи поняття «культура здоров'я» у контексті інтеграції особистості в соціум, С. Кириленко зазначає, що «культура здоров'я є невід'ємною складовою загальної культури особистості, забезпечує певний



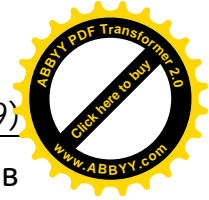
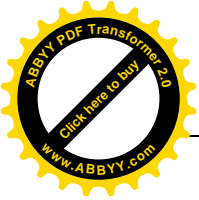
рівень знань, умінь, навичок з питань формування, збереження, відтворення та зміцнення власного здоров'я і характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно здоров'я оточуючих» [5, с. 8]. Отже, сучасна наука та умови розвитку українського суспільства висувають необхідність розглядати культуру здоров'я як особистісну якість людини, що відображає характер зацікавленого особистого ставлення до здоров'я як цінності, до здорового способу життя і безпечного навколишнього середовища, що проявляється в процесі персональної участі в практичній діяльності з пізнання, освоєння й збереження власного здоров'я.

Культура здоров'я складається з фізичної культури, що означає свідомий контроль за руховою діяльністю; фізіологічної культури, тобто усвідомлене ставлення до процесів життєдіяльності; психологічної культури, а саме, координованість дій відчуттів й внутрішніх станів; соціальної культури, що визначає вільну орієнтацію та швидку адаптацію в сфері спілкування та усвідомлення свого «Я» в оточуючому суспільстві; інтелектуальної культури – управління думкою й міркуваннями; моральної культури – усвідомлений вибір дій й учинків, відповідно до ситуації та моральних норм.

Взаємозалежний і взаємообумовлений розвиток усіх якостей і сторін фізично, психічно, морально та інтелектуально здорової особистості відображає основні закони педагогіки – єдність процесів виховання й розвитку та вимагає системного підходу до формування культури здоров'я дошкільників.

Система формування культури здоров'я дошкільника виконує функції:

- прогресивної інтеграції (об'єднує й приводить у відповідність виховний взаємовплив суб'єктів системи, обумовлює єдність й доцільність завдань, форм і методів формування культури здоров'я дітей дошкільного віку);
- самореалізації (надає можливості й засоби для задоволення базових потреб дошкільника в самовираженні, самоствердженні, компетентності під час одержання знань);
- розвитку (забезпечує процес кількісних та якісних змін цієї системи як середовища й фактора розвитку її суб'єктів: педагогів, дітей дошкільного віку та членів їх родин).



Основними принципами організації освітнього процесу в дошкільному навчальному закладі щодо формування культури здоров'я у дітей дошкільників є:

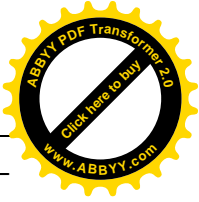
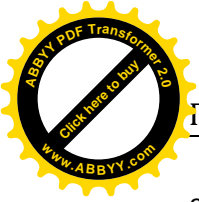
- цілісність: формування внутрішньої єдності особистості та її цілеспрямованої орієнтації на основи здорового способу життя при дотриманні відносної автономності;
- комплексність: сукупна участь усіх основних інститутів соціалізації дитини дошкільного віку в сфері формування навичок здорового способу життя (активна участь дошкільного навчального закладу, родини, будь-якого оточення дитини);
- послідовність: ретельний відбір інформації, що надається дитині, який орієнтований на найближчу зону розвитку дитини дошкільного віку і виключає відомості, які можуть провокувати її інтерес до поведінки, що руйнує здоров'я;
- ампліфікація: максимальне використання можливостей кожного вікового періоду відповідно до змісту в сфері здорового способу життя на основі актуальних потреб і цінностей з урахуванням реальних факторів ризику;
- відповідність соціокультурним нормам: властиві суспільству стандарти і норми поведінки, в тому числі етнографічним пов'язаних зі здоров'ям.

**Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.** Отже, завдання формування культури здоров'я має стати невід'ємною складовою виховання підростаючого покоління, починаючи з дошкільного віку. У дітей має бути розвинене свідоме ставлення до здоров'я, високий рівень культури поведінки щодо власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Подальшого наукового дослідження потребують питання визначення компонентної структури поняття «культура здоров'я», а також критеріїв і показників її сформованості у дітей старшого дошкільного віку.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Безугла Л. І. Організація самостійної роботи з формування культури здоров'я студентів вищих педагогічних навчальних закладів : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Лариса Іванівна Безугла. – Луганськ, 2009. – 22 с.



2. Большая медицинская энциклопедия : [в 30 т.] / ред. Б. Петровский. – 3-е изд. – М. : Сов. энцикл., 1978. – Т. 8. – 528 с.
3. Горащук В. П. Теоретичні і методологічні засади формування культури здоров'я школярів : автореф. дис. ... докт. пед. наук : 13.00.01 / В. П. Горащук. – Х., 2004. – 36 с.
4. Духовність і здоров'я : [навч.-метод. посіб.] / В. М. Оржеховська. – К. : ТОВ ХІК, 2004. – 168 с.
5. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Світлана Володимирівна Кириленко. – К., 2004. – 17 с.
6. Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні : [навч.-метод. посіб.] / наук. ред. О. Л. Кононко. – К. : Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2003. – 243 с.
7. Лохвицька Л. В. Дошкільникам про основи здоров'я : [навч.-метод. посіб.] / Л. В. Лохвицька, Т. К. Андрущенко. – [2-ге вид., оновл.]. – Т.: Мандрівець, 2008. – 192 с.
8. Мельник Ю. Б. Соціально-педагогічні засади формування культури здоров'я в учнів початкової школи : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Юрій Борисович Мельник. – Луганськ, 2010. – 22 с.
9. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу : навч.-метод. посіб. для викл. валеології, основ медичних знань та безпеки життєдіяльності, вчителів основ здоров'я, студентів вищих педагогічних закладів / за ред. Страшка С. В. – [2-е вид., перероб. і доповн.]. – К. : Освіта України, 2006. – 260 с.

## РЕЗЮМЕ

**А. Е. Сиренко.** Теоретические основы формирования культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста.

*В статье раскрываются теоретические основы формирования культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста. Уточнено содержание понятия «культура здоровья», определены основные принципы организации деятельности дошкольного учебного заведения в контексте формирования культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста.*

**Ключевые слова:** здоровье, культура здоровья, дети старшего дошкольного возраста, принципы, образовательный процесс.

## SUMMARY

A. Sirenko. Theoretical principles of formation of health culture in children of the senior preschool age.

*The article examines the theoretical foundations of formation of health culture in children of the senior preschool age. Refines the content of the concept health culture, defines the basic principles of organization activity of preschool establishment in the context of formation of health culture in older preschool children.*

**Key words:** health, health culture, children of the senior preschool age, principles, educational process.