**СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ**

**ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Здоров’я дітей – головна мета нашого суспільства, бо саме вони визначають майбутнє благополуччя країни.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров’я, здоров’я – це не тільки відсутність хвороб, а й стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя.

Сучасна система освіти має на меті виховання здорової особистості, яка дбає про своє здоров’я та здоров’я оточуючих, прагне вести здоровий спосіб життя і формувати його в молодого покоління. Водночас в останні роки спостерігається значне погіршення стану здоров’я дітей. Більш тривожними стають результати медичних досліджень. Кількість абсолютно здорових дітей знизилась за останнє десятиріччя з 23 % до 15 %, збільшилась кількість дітей з хронічними захворюваннями. Ритм та стиль сучасного життя залишає все менше можливостей для збереження та укріплення здоров’я, тим більше, що в нашій ментальності взагалі не закладене прагнення до збереження та укріплення здоров’я [3].

Погіршення стану здоров’я дітей дошкільного віку в нашій країні стало не тільки медичною, але і серйозною педагогічною проблемою.

Це зумовлює актуальність питань збереження й зміцнення здоров’я дітей, забезпечення повноцінного фізичного розвитку дітей, формування основ здорового способу життя з наймолодшого віку.

Експерти Всесвітньої організації охорони здоров’я стверджують, що здоров'я індивідуума лише на 50% залежить від різних зовнішніх чинників. Зокрема, таких:

* готовності батьків передати здоров'я своїй дитині у внутрішньоутробний період її розвит­ку, а потім формувати здоров'я малюків після народження;
* екологічного середовища;
* здоров'язбережувального простору, у якому врівноважуються вроджені адаптивні здатності дитини та змінне середовище;
* рівня компетенції дорослих щодо формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я дітей.

Інші 50% здорового стану дитини залежить від того, як вона розуміє, що таке здоров'я і здоровий спосіб життя [2].

Спостерігається наростання протиріччя між потребами дітей та виховними засобами, що використовуються в педагогічному процесі, між інтенсифікацією освітнього процесу в закладах освіти, в тім числі дошкільних, з одним із головних обмежувальних чинників – недостатнім фізичним і психологічним здоров’ям вихованців. Заміна розвивальних та оздоровчих напрямів роботи закладу дошкільної освіти навчальними та інформаційними створюють зону ризику для гармонійного розвитку дитини.

Дошкільний вік вважається найбільш важливим періодом у процесі формування особистості дитини. У цьому віці найбільш інтенсивно розвиваються різні здібності, формуються моральні якості, риси характеру. Саме в цьому віковому періоді закладається і зміцнюється фундамент здоров’я і розвитку фізичних якостей, необхідних для ефективної участі дитини в різних формах рухової активності, що у свою чергу створює умови для активного формування і розвитку психічних функцій та інтелектуальних здібностей дошкільника [1].

На сьогодні назріла потреба переходу від етапу поінформованості дітей щодо способів збереження здоров’я до етапу формування у них культури здоров’я та стійкої мотивації щодо здорового способу життя.

На сучасному етапі, крім державної здоров’язбережувальної політики, велику роль в охороні та зміцненні здоров’я людини мають її індивідуальні установки та орієнтири, які закладають­ся ще в дитинстві як батьками, так і педагогами. Тож важливо, щоб особистість навчилася усвідо­млювати саму себе, зрозуміла, що здоров’я насамперед залежить від неї самої. А цьому також треба навчити.

На жаль, у практиці роботи закладів дошкільної освіти спостерігається «забалакування» проблеми здоров’я. Розмов про здоров’я вихованців на педагогічних нарадах, семінарах, консультаціях часом навіть забагато. Майже щороку педагогічні колективи, плануючи свою роботу, визначають методи збереження здоров’я дітей чи запровадження нових здоров’язбережувальних технологій. Проте віднайти струнку і зрозумілу комплексну технологію, спрямовану на творення здоров’я сучасної дитини дошкільного віку, непросто не лише вихователю-початківцю, а й досвідченому керівнику.

Треба чітко усвідомлювати, що насправді зберігаємо, формуємо, розвиваємо, а що випускаємо з уваги.

У педагогіці створюється новий напрям *–* здоров’язбережувальна освіта, в основу якої покладено ідею пріоритетності здоров’я суб’єктів педагогічного процесу як стержневого компоненту особистості, що дозволяє забезпечити оптимальну життєдіяльність педагога та вихованців.

Сучасний підхід щодо формування здоров’язбережувальної компетентності дошкільника включає здоров’язбережувальну, здоров’яформувальну та здоров’ярозвивальну спрямованість освітнього процесу, що допомагає інтегрувати в життєдіяльність дітей ефективні інноваційні технології, проводити фізкультурнооздоровчу діяльність у цікавих різноманітних формах, забезпечувати фізичне, соціально-емоційне, духовне та інтелектуальне благополуччя малюків.

Мають місце на існування такі погляди сучасних науковців щодо термінологій, які використовуються у сучасній – здоров ’язбережувальній освіті.

Почнемо з найбільш широко вживаного як у науковому обігу, так і в мовленні практиків терміна «здоров’язбережувальні технології». На жаль, активне використання призвело до його спрощення, та ще гірше – до неправильного тлумачен­ня. Згідно з українським тлумачним словником «зберігати» означає тримати щось цілим, не давати йому пропасти, зникнути, або тримати що-небудь у певних умовах, оберігаючи від псування, руйнування.

Отже, коли йдеться про збереження здоров’я, маємо на увазі, що воно вже є, але існує необхідність оберігати його від руйнування.

Здоров’язбережувальні технології роблять акцент на зовнішній чинник: створення сприятливих умов для збереження здоров’я дітей, навчання їх різних прийомів і способів його підтримання.

Наступний термін, який нерідко вживається як синонім   
попереднього, – «здоров’яформувальні технології». Проте це не синоніми. Термін «формування» походить від латинського formаге – утворювати. У тлумачному словнику дається таке визначення: «формування – надання певної форми, складання». Педагогіка широко використовує міжнаукове поняття   
«формування» – процес становлення людини як соціальної істоти під впливом усіх без винятку чинників: екологічних, соціальних, економічних, ідеологічних, психологічних тощо. Якщо взяти запропонований термін за робочий, то можна сформулювати визначення технологій, які формують здоров’я [2].

Здоров’яформувальні технології це – комплекс спеціально організованих цілеспрямованих заходів, що впливають на процес формування здоров’я особистості і пов’язані з визначеним періодом часу, тривалість якого залежить від конкретних створених умов [2].

Здоров’яформувальні технологїі акцентують увагу на внутрішньому чиннику: створення умов для розвитку навичок саморегуляції, пробудження внутрішньої потреби бути здоровим, оволодіння методами збільшення внутрішніх ресурсів та потенціалу.

Є ще один термін, який теж варто уточнити.

Здоров’ярозвивальні технології*–* комплекс заходів, який реалізується на основі особистісно розвивальних ситуацій, завдяки яким діти набувають навички спільного життя та ефективної взаємодії [2].

Створені ситуації мають передбачати активну участь самої дитини в освоєнні культури людських відносин, у формуванні досвіду здоров’ятворення, який набувається завдяки поступовому розши­ренню сфери спілкування і діяльності дошкільника, розвитку його саморегуляції, становленню самосвідомості та активної життєвої позиції на основі виховання і самовиховання, формуван­ню відповідальності за своє здоров’я, життя і здоров’я інших людей, доброзичливого ставлен­ня до дітей та людей із фізичними та психічними вадами. Дитина має зрозуміти значення рухової й трудової діяльності у зміцненні здоров’я, подовженні життя людини.

Здоров’ярозвивальні технології роблять акцент і на зовнішній, і на внутрішній чинник: вихователь виступає транслятором знань, умінь і навичок здорового способу життя, форма передачі знань – научіння, практичний досвід.

Науковці пропонують об’єднати ці три види технологій єдиним узагальнювальним поняттям – здоров’яутворювальні технології.

Здоров’яутворювальні технології – складний феномен, що об’єднує здоров’язбережувальні, здоров’яформувальні та здоров’ярозвивальні технології.

Здоров’ятворення – активний процес нескінченного розвитку, вдосконалення і самореалізації [2].

Приклад здоров’яутворювальних технологій в закладах дошкільної освіти:

здоров’язбережувальні технології(профілактичні щеплення, забезпечення рухової активності, фізіотерапевтичні процедури, вітамінізація, організація здорового харчування);

здоров’яформувальні технології (заняття з фізкультури, рухливі ігри та ігри спортивного характеру, усі види гімнастики( пальчикова, дихальна, коригувальна, стретчинг, фітбол тощо), дитячий фітнес, загартування, масаж, релаксація);

здоров’ярозвивальні технології (проведення бесід з культури здоров’я, засвоєння знань про свій організм, про розпорядок дня, активність та відпочинок; дитячий туризм, міні-олімпіади, свята, розваги здоров’я; фестивалі, конкурси тощо; виховання потреби у щоденній руховій активності та турботи про власне здоров’я).

Створенняздоров’язбережувалього середовища для дошкільника є домінантою діяльності кожного закладу. Слід зазначити, що здоров’язбережувальне середовище неможливе без упровадження здоров’ятворювальних технологій – це два взаємопов’язані процеси. До них належать усі педаго­гічні технології які не шкодять здоров’ю та формують культуру здоров’я дитини. Характерними особливостями таких технологій є: створення сприятливих умов розвитку; оптимальна організація освітнього процесу; раціонально організований руховий режим.

Використання в роботі закладів дошкільної освіти здоров’ятворювальних технологій може підвищити результативність освітнього процесу, сформує у педагогів і батьків ціннісні орієнтації, спрямовані на збереження і зміцнення здоров’я дітей.

Педагогам закладів дошкільної освіти рекомендуємо:

* організовувати освітній процес, який сприяє збереженню та зміцненню фізичного, психічного, соціального і духовного здоров’я дитини;
* забезпечувати повноцінний фізичний розвиток дошкільника;
* формувати основи здорового способу життя дітей дошкільного віку;
* використовувати в роботі закладів дошкільної освіти сучасні та ефективні здоров’ятворювальні технології;
* формувати здоров’язбережувальну компетентність дошкільника в умовах сучасних освітніх змін.

Список використаних джерел

1. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні (нова редакція) / наук. кер. А. М. Богуш. *Вихователь-методист дошкільного закладу.* Спецвипуск. Київ, 2012. 64 с.
2. Крутій К. «Педагогіка калабані». *Дошкільне виховання*, 2019. № 6. С. 3-8.
3. Богініч О.Л., Левінець Н.В., Лохвицька Л.В., Сварковська Л.А. Фізичне виховання, основи здоров’я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку: навчально-методичний посібник. Київ: Генеза, 2013.  
   128 с.

Методист з дошкільної освіти

навчально-методичного відділу

координації освітньої діяльності

та професійного розвитку

Сумського ОІППО Л.Б. Міщенко

Підпис наявний в оригіналі