

Дука Т.М.
*кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри теорії та методик дошкільної освіти
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*

РЕАЛІЗАЦІЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ДНЗ

Основи цінісного ставлення до власного здоров'я починають закладатися в період раннього та дошкільного дитинства, тому є пріоритетним завданням соціуму, родини та дошкільного навчального закладу.

Нажаль, на сьогодні, екологічна, економічна та матеріальна ситуації (більшість дітей України проживають у несприятливих соціально-побутових та психологічних умовах), неусвідомлення проблеми батьками згубно позначаються на дитячому здоров'ї.

Під поняттям «здоров'я» розуміємо стан повного фізичного та соціального благополуччя, а не лише відсутність захворювань.

За останні роки в Україні гостро постало питання здоров'я нації через стійку тенденцію до погіршення стану здоров'я дітей дошкільного та шкільного віку: «Із однієї тисячі оглянутих дітей віком від одного до шести років виявлено: розлади психіки і поведінки у 17,6%, хвороби нервової системи у 32,9%, хвороби кістково-м'язової системи у 24,1%. Зростає динаміка дитячого травматизму. А ще в дітей постійно знижується гострота зору і слуху, порушується постава, лікарі фіксують у них сколіоз, бронхіальну астму, травми, отруєння, хвороби ендокринної системи, травлення, системи кровообігу, показники яких за роки незалежності зросли в кілька разів. Порівняно із 2003 роком показник захворюваності збільшився майже на 15%» [2, с.5].

Важливу роль у розв'язанні цієї соціальної проблеми повинні відігравати дошкільні навчальні заклади, які покликані у тісній єдності з родиною з раннього дитинства забезпечити охорону життя, зміцнення здоров'я дітей, їхній всебічний та фізичний розвиток. Сучасні діти потребують індивідуального підходу у сфері фізичного виховання та оздоровчо-профілактичної роботи,

оскільки в окремих освітніх закладах кількість хворих дітей сягає 60-90%. Діти більшу частину свого дитинства проводять у освітніх закладах, тому саме вони повинні забезпечувати значний внесок в оздоровлення дітей.

Як відомо, у дошкільному віці провідною діяльністю є ігрова, у якій значне місце відводиться рухливій грі як засобу і методу різнобічного розвитку і виховання дітей.

У сучасній психолого-педагогічній літературі проблемам збереження здоров'я, формування здорового способу життя дошкільників приділяють увагу О. Богініч, Е. Вільчковський, Н. Денисюк, О. Дубогай, М. Єфименко та ін. Дослідники визначили основне завдання, що стоїть перед вихователями – зробити життєдіяльність дітей дошкільного віку оптимально активною, насиченою різноманітними видами діяльності, а отже цікавою і корисною. Організація навчально-виховного процесу має ґрунтуватися на основній закономірності побудови навчального процесу – нерозривному зв'язку та тісній взаємозалежності між провідними педагогічними категоріями: навчанням, вихованням, розвитком та здоров'ям [3, с. 19].

Тому одним із головних завдань сучасного освітнього простору – створити якнайсприятливіші умови для повноцінного фізичного розвитку дитячого організму, для підвищення його опірності інфекціям та для поступового і систематичного загартування.

У концепції Державної цільової програми розвитку дошкільної освіти на період до 2017 року, де зазначено, що «...поліпшення якості дошкільної освіти є необхідною умовою для розвитку особистості. Основними завданнями дошкільної освіти є збереження та зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я дитини, виховання любові до Батьківщини, шанобливого ставлення до родини, поваги до народних традицій і звичаїв, свідомого ставлення до себе, оточення та навколишнього природного середовища, формування особистості дитини, розвиток її творчих здібностей, набуття нею соціального досвіду тощо» [2, с. 3].

Кожна родина, віддаючи дитину в дошкільний навчальний заклад, насамперед хоче бачити її здоровою, фізично розвиненою, захищеною від усіх

негараздів. Незважаючи на це, важливо, щоб батьки розуміли необхідність формування у дитини навички вести здоровий спосіб життя, в співпраці з педагогами та медиками, що є запорукою зміцнення здоров'я дітей.

Діти дошкільного віку з раннього дитинства оволодівають певним обсягом знань про власне здоров'я, однак частково та недостатньо, тому намагаються дослідити його на своєму рівні. Діти наслідують дорослих, тому батькам потрібно пам'ятами про це і розуміти, що власний приклад може бути як позитивним так і негативним.

Тому постає необхідність інформування дітей про своє здоров'я та здоров'я інших людей, про те, що здоров'я – це основа щастя людини. Інформація повинна бути доступною для сприймання дошкільниками, зорієнтована на формування дбайливого ставлення до свого здоров'я, опираючись на традиції народу щодо збереження та змінення здоров'я [5, с. 127].

Серед серйозних негативних чинників, що зумовлюють погіршення стану здоров'я дітей на сьогодні, є хронічне зменшення рухової активності дітей, через надмірне зацікавлення комп'ютерними технологіями. Нажаль, батьки та педагоги привчають дітей через гру на комп'ютері до посидючості (щоб не заважали), забуваючи, що рухова активність, – біологічну потребу організму. Для кожного віку вона має свої оптимальні межі і необхідні умови для активізації фізкультурно-оздоровчої роботи як в освітньому закладі, так і вдома. Тому педагогам слід уникати нераціональної організації навчально-розвивальної діяльності та функціональної некомпетентності з питань зміцнення здоров'я.

Нині, окрім традиційних форм роботи (гра, ранкова гімнастика, заняття та ін.) існують та розвиваються здоров'язберігаючі технології, які забезпечують формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей. За класифікацією О. Ващенко виокремлює: здоров'язберігаючі, оздоровчі (фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія), технології навчання здоров'ю (гігієнічне навчання, профілактика травматизму, зловживання психоактивними речовинами та ін.);

виховання культури здоров'я (виховання особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формування уявлень про здоров'я та ін.) [1, с. 125].

Провідна діяльність дітей дошкільного віку – гра, у змісті якої вагоме місце відводиться рухливій грі.

У іграх, як у дзеркалі, відображуються побут, традиції і звичаї народу. Кожна рухлива гра має свої специфічні функції і сприяє розвитку як морально-вольових, так і фізичних якостей людини.

Тому, проблема навчання дітей молодшого дошкільного віку основних рухів у процесі ігрової діяльності, на сьогоднішній день є актуальною.

Фізичний розвиток дітей та рухливість залежать від тих умов, в яких вони перебувають та від запропонованого рухового режиму. Якщо в дошкільному закладі він не активний, це зумовлює виникнення явища гіподинамії, яке характеризується відставанням дитини у формуванні фізичних навичок, низьким рівнем її рухових функцій, розладом обмінних процесів, наслідком чого є ожиріння, порушення діяльності серцево-судинної системи, порушення постави у дітей, недосконалий розвиток рухових навичок та ін. [4, с. 14].

Основи здоров'я людини закладаються саме в дошкільний період, тому що діти в цьому віці досить пластичні та сприйнятливі до засобів фізичної культури.

Дошкільники мають біологічну потребу в рухах, вони одержують насолоду від самого процесу виконання фізичних вправ. Позитивні емоції, інтерес та задоволення, які викликають у дітей заняття фізичними вправами, поступово переходять у звичку систематично займатися фізкультурою, брати участь в рухових іграх. Потім ця звичка стає стійкою потребою, яка продовжує зміцнюватися в шкільні роки, тому особливого значення має рухова діяльність як форма активізації рухового режиму.

Отже, оздоровчі завдання фізичного виховання спрямовані на охорону життя та зміцнення здоров'я дитини, всебічний фізичний розвиток, загартування та удосконалення функцій організму дітей, підвищення фізичної та розумової працездатності.

Список використаних джерел:

1. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язберезувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема / Т.К. Андрющенко // Наук. вісн. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки: Пед. Науки. – 2012. – №7. – С. 123–127.
2. Закон України Про охорону дитинства // Відомості Верховної Ради України (ВВР). – 2001. – № 30. – С. 142. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/>.
3. Єфименко М. Сучасне фізкультурне заняття: альтернативний підхід / М. Єфименко // Дошкільне виховання. – 2015. – №11. – С. 10–13.
4. Ковальська В. Оздоровчі технології як засіб оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи в ДНЗ / В. Ковальська // Вісник Інституту розвитку дитини : Збірник наукових праць. – Вип. 4. – Київ, 2009. – С. 32–40.
5. Швайка Л. Організація оздоровчої роботи в ДНЗ / Л. Швайка. – Харків : ТОВ «Видавнича група «Основа»», 2008. – 253 с.