

**Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т.Г. Шевченка**

Факультет дошкільної, початкової освіти та мистецтв

Кафедра дошкільної та початкової освіти

Кваліфікаційна робота

освітнього ступеня: «магістр»

на тему

**« ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ
СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ »**

Виконала:

студентка VI курсу, 63 групи

Спеціальності 012 «Дошкільна освіта»

Пяцьковська Дарія Юріївна

Науковий керівник:

к. пед.н., доцент Конотоп

Олена Сергіївна

Роботу подано до розгляду «___» _____ 2022 року.

Студентка

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Рецензент

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри *дошкільної та початкової освіти* протокол № _____ від «___» _____ 2022 р.

Студентка допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Зав. кафедри

(підпис)

(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДОШКІЛЬНИКІВ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ	10
1.1 Аналіз науково-педагогічної літератури з проблеми формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку у педагогічній теорії та практиці	10
1.2 Основні підходи до процесу формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку у закладах дошкільної освіти	15
1.3 Теоретичні основи використання здоров'язбережувальних технологій в закладах дошкільної освіти для формування здоров'я дітей старшого дошкільного віку	20
Висновки до розділу 1	29
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ	30
2.1 Характеристика методів, критеріїв, показників та рівнів сформованості здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти	30
2.2 Обґрунтування і впровадження педагогічних умов формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти	41
2.3 Аналіз результатів проведеної експериментальної роботи	47
Висновки до розділу 2	57
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	61

ВСТУП

Актуальність дослідження. Однією з фундаментальних і актуальних проблем сучасного українського суспільства є суттєве погіршення стану здоров'я дітей дошкільного віку. Аналіз багатьох досліджень фахівців різних галузей медицини, педагогіки, психології, валеології які займаються проблемами здоров'я засвідчив, що майже 80% дітей народжуються в Україні з діагностованими функціональними відхиленнями в стані здоров'я, і тільки 20% дітей можна віднести до категорії відносно здорових. У структурі захворюваності дітей дошкільного віку науковці фокусують увагу на хвороби органів дихання, органів травлення, серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату, захворювання нервової системи тощо [2; 4].

До переліку найбільш негативних, впливових факторів, які призвели до ситуації, що склалася сьогодні, відносять зниження загального рівня життя, соціальної захищеності населення України, режим і якість харчування, екологічні проблеми, пандемія COVID-19, погіршення стану здоров'я і дефіцит рухової активності дітей, недостатня кваліфікація педагогів і масова некомпетентність батьків у питаннях збереження, зміцнення і формування здоров'я дошкільників.

Зміна ставлення до власного здоров'я майбутніх громадян країни є головним завданням дорослих. Тим паче, що рівень захворюваності дітей нашої держави дедалі зростає. Необхідно виробити свідоме ставлення до життя, усвідомлення пріоритету здоров'я у підростаючого покоління, щоб дитина з дитинства могла піклуватися про своє здоров'я і здоров'я інших. У дітей дошкільного віку виробляється усвідомлене ставлення до власного здоров'я тоді, коли вони засвоюють елементарні знання про свій організм, опановують гігієнічними нормами поведінки, психологією спілкування, гігієною харчування. Ці знання і навички вони будуть поповнювати, а так само вдосконалювати протягом усього свого подальшого життя [3].

До вирішення означеної проблеми прикута увага як вітчизняних так і зарубіжних провідних дослідників (Т. Андрющенко, Т. Бабюк, О. Байер, Р. Бедрань, Г. Беленька, О. Богініч, Е. Вільчковський, В. Горащук, Н. Денисенко, М. Єфіменко, О. Іванашко, М. Комісарик, А. Кошель, О. Курок, Н. Лісневська, Л. Лохвицька, М. Сергєєв, Ю. Шевченко, В. Усаков, М. Рунова, Л. Сущенко, С. Юрочкіна та ін.).

Очевидно, особливого значення у вирішенні існуючих проблем пов'язаних з проблемою збереження здоров'я дітей, належить науковим дослідженням, які розкривають ефективні механізми оздоровлення людей і дітей зокрема.

Усвідомлення державою важливості проблеми формування і збереження здоров'я відобразилось у новій редакції Базового компоненту дошкільної освіти України яким значуще місце в освітньому процесі закладів дошкільної освіти (далі ЗДО) приділяє такому освітньому напрямку як «Особистість дитини» [5].

Оскільки саме дошкільний вік є сензитивним періодом у формуванні основи фізичного і психічного здоров'я. Саме тому так важливо на даному етапі сформувати у дітей обсяг знань і практичних умінь здорового способу життя. Допомогти усвідомити їм необхідність систематично займатися фізичною культурою і спортом. Фундаментом, на якому можна буде вибудувати потребу дитини у здоровому способі життя, є його ставлення до свого здоров'я. Ця потреба формується в процесі усвідомлення дитиною себе як людини і особистості. І ставлення дитини до здоров'я прямо залежить від сформованості в його свідомості цього розуміння [19; 22].

Проте, незважаючи значний інтерес науковців до проблеми збереження і зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку, багато їх наукових пошуків у педагогічній теорії та практиці залишаються недостатньо дослідженими, зокрема процес використання здоров'язбережувальних технологій у формуванні здоров'я старших дошкільників у ЗДО. Наразі в педагогічній практиці наявна низка суперечностей між:

– між соціальним замовленням суспільства на формування гармонійної, фізично та інтелектуально розвиненої здорової особисті дитини з одного боку, і необхідністю активного впровадження інноваційних технологій для реалізації оздоровчих завдань у освітньому процесі ЗДО – з іншого;

– між рівнем науково-обґрунтованого – дидактико-методичного забезпечення організації і реалізації оздоровчого впливу в умовах освітнього процесу ЗДО з одного боку, та недостатнім практичним впровадженням здоров'язберезувальних технологій у практику роботи вихователів дітей старшого дошкільного віку – з іншого.

У зв'язку з цим, з урахуванням гостроти соціальних очікувань, для вирішення даних суперечностей, усвідомлюючи важливість її практичного значення, зумовили вибір теми нашої кваліфікаційної роботи: «Формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку».

Мета дослідження – передбачає теоретичне обґрунтування та експериментальну перевірку педагогічних умов, які забезпечують процес формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти.

Для досягнення поставленої мети дослідження визначено такі основні **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати психолого-педагогічні, науково-методичні, валеологічні, медичні джерела з проблеми формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти.

2. Обґрунтувати сукупність положень, що складають теоретичні передумови, концептуальні аспекти методичного забезпечення процесу формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти.

3. Теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність педагогічних умов формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку.

Об'єкт дослідження – освітній процес у закладі дошкільної освіти.

Предмет дослідження – педагогічні умови формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти.

Теоретичними основами дослідження є наукові роботи дослідників у галузі фізичного виховання дітей дошкільного віку (І. Аршавский, Е. Вільчковський, В. Бальсевич, Н. Денисенко, М. Єфіменко, М. Комісарик, В. Кошель, О. Курок, М.Чуйко та ін.); системної природи здоров'я та здорового способу життя (М. Амосов, Г. Беленька, І. Брехман, Г. Воскобойнікова, Н. Гавриш, В. Горащука, С. Грищенко, А. Кошель, А. Міненко, М. Носко, С. Петренко Л. Сущенко, О. Худолій та ін.); комплексної оцінки і моніторингу фізичного розвитку дітей дошкільного віку (Е. Вільчковський, М. Комісарик, О. Курок, М. Рунова, В. Усаков, М.Чуйко та ін.).

Відповідно до поставлених завдань було використано комплекс **методів дослідження:**

– теоретичні – аналіз, синтез, порівняння та узагальнення джерельної бази дослідження з метою виявлення стану розробленості проблеми формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в психолого-педагогічній, валеологічній, фаховій літературі вітчизняних та зарубіжних авторів;

– емпіричні – спостереження, бесіда, анкетування, педагогічний експеримент, педагогічне спостереження для визначення рівня сформованості здорового способу життя у дітей дошкільного віку.

– методи математичної обробки даних – збір, математична обробка результатів дослідження, кількісний та якісний аналіз емпіричних даних, відображення їх табличних і графічних формах з метою фіксації й демонстрації отриманих результатів внаслідок проведеної дослідно-експериментальної роботи дослідження.

Теоретичне значення одержаних результатів дослідження полягає в тому що:

уточнено:

- сутність основних дефініцій дослідження «Здоров'я» «здоровий спосіб життя», здоров'язбережувальні технології;
- критерії, показники та рівні сформованості здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку;

удосконалено:

- зміст та навчально-методичне забезпечення процесу формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку ЗДО.

Практичне значення отриманих результатів дослідження полягає в розробленні методичних рекомендацій щодо формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку. Зміст методичних рекомендацій буде в нагоді у роботі педагогів ЗВО в процесі фахової підготовки здобувачів зі спеціальності 012 Дошкільна освіта, вихователів, методистів, інструкторів з фізичного виховання дітей дошкільного віку та батьків, для удосконалення процесу формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та висновки дослідження обговорено під час:

Всеукраїнській науково-практичній конференції молодих науковців та студентів « Сучасна освіта: досвід і новаторство ».

Експериментальне дослідження було проведено на базі Корюківського дошкільного навчального закладу №4 «Веселка» еколого-натуралістичного напрямку Корюківської міської ради Чернігівської області

Експериментальна робота здійснювалася в три етапи.

На першому етапі (вересень-листопад 2021 р.) – здійснено аналіз психолого-педагогічної, науково-методичної, валеологічної, фахової літератури вітчизняних та зарубіжних авторів з проблеми формування здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в закладах дошкільної освіти. Розроблено план і алгоритм експериментальної роботи.

На другому етапі (листопад 2021 р. – жовтень 2022 р.) – проведено констатувальний експеримент який передбачав виявлення стану сформованості здорового способу життя у дітей дошкільного віку (проведення педагогічного спостереження, анкетування, інтерв'ювання, бесід). Здійснювався збір емпіричних даних, фіксувались та аналізувалися результати впровадження педагогічних умов формування здорового способу життя у дітей дошкільного віку в закладах дошкільної освіти.

На третьому етапі (жовтень-грудень 2022 р.) – здійснено узагальнення й систематизацію отриманої інформації, розроблено методичні рекомендації в результаті проведеної дослідно-експериментальної роботи.

Публікації. Основні результати дослідження висвітлено в міжнародному науковому виданні та методичні рекомендації.

Структура магістерської роботи зумовлена логікою дослідження та складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та літератури.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДОШКІЛЬНИКІВ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

1.1. Аналіз науково - педагогічної літератури з проблеми формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку у педагогічній теорії та практиці.

Питання виховання дітей давно займають педагогічну думку. Починають з'являтися нові освітні системи. Педагогічні школи, які займалися питанням виховання та формування здорового покоління засновувалися ще в рабовласницьких державах Греції, Риму та Стародавнього Сходу. Греки та римляни мали власні вірування щодо створення способу життя, який веде до здорового покоління. Вони росли своїх дітей в спартанських умовах. З самого народження дитину оглядали старійшини і тільки здорові мали шанс на життя, слабкі та хворі діти одразу знищувалися.

Система спартанської держави мала на меті загартувати та стабілізувати дітей через військову підготовку. Залишених батьками дітей росли годувальниці, які служили рабами. Вони дбали про благополуччя цих дітей, заохочуючи спартанський погляд на життя, загартовували їхні тіла, виховували з них воїнів. Вони не були закутані в ковдри, їх загартовували, вони навчалися самі дбати про їжу, терпіти голод та спрагу, а також переносити будь-які інші труднощі.

Забезпечення навчання дітей в Афінах відрізнялося від Грецького та Римського. Афіняни вважали свої вірування важливішими за спартанські, з метою розвитку всіх аспектів здоров'я, вони прагнули до гармонії поєднання розуму, тіла, духу та естетики.

Раніше освіта поєднувала в собі і науку, і філософію. До цього педагогіка була в центрі уваги сучасних систем освіти. Історія педагогічної

думки багато в чому зобов'язана таким філософам як: Демокрит, Гіппократ, Платон, Арістотель та ін..

Арістотель вважав, що особливу увагу у розвитку організму дитини через харчування, рух і загартовування треба приділяти у віці до семи років.

Філософ вважав, що люди вчаться через досвід, і визначив, що найкращий спосіб вчитися — це робити.

Гіппократ заснував галузь медицини, і він був першим, хто створив колективну теорію збереження. Він провів широкі дослідження щодо місцевостей, повітря, води та здоров'я. Внаслідок цього він написав кілька трактатів про здоровий спосіб життя. Дослідження Давидова 1999 року на цю тему розглядає багато факторів, пов'язаних зі здоров'ям навколишнього середовища.

Протягом століть римляни підтримували традиції виховання молодших дітей у сім'ї. Це спостерігалось і у їхніх дітей дошкільного віку. Значну роль у домашньому вихованні відігравав соціально-економічний статус родини.

Середньовіччя мало інше ставлення до батьківства, ніж феодальна система. Через акцент цієї системи, люди не розуміли, як виховувати дітей. Ідеологія католицької церкви про дитинство підтримувала структуру влади феодальної системи. Від народження кожен успадковує «первородний гріх»; їх слід навчити боятися Бога, щоб подолати це.

В XIV-XVI столітті проголосили, що люди мають право на щасливе життя на землі. Епоха Відродження кардинально змінила освіту. Її уроки зустріли великі зміни в мисленні людей. Педагоги-гуманісти зосереджувалися на вихованні здорової, фізично активної людини.

Я.А. Коменський, філософ і вчений XVI ст., зробив значний вплив на сучасну педагогічну думку завдяки своїм раннім утопічним соціалістичним переконанням. Ці ідеї надихнули на форму прогресивних освітніх теорій і переконання, що дітей слід навчати і виховувати природним шляхом саме у ранньому віці, коли воони є найбільш гнучкими і найлегше приймають форму. Педагог наголошував на розуміння природної рівності людей із спільною

природою. Коменський вважав, що кожна людина потребує інтелектуального і морального розвитку.

Жан-Жак Руссо був послідовником Я.А. Коменського. Він вважав, що люди були створені природою в ідеальній гармонії. Однак суспільство порушило цей баланс, через що люди страждали. Дослідження вченого зосереджувалися лише на одному аспекті розвитку дитини: природа проти суспільства, за допомогою людей і навколишнього середовища. Він стверджував, що на дітей впливають три точки соціалізації: сім'я, суспільство та природне оточення. Він вважав, що поєднання цих впливів призведе до природного розвитку дітей, які потім навчатися на своїх помилках. Крім того, вірив, що такий підхід до освіти надихне на самовдосконалення.

Жан-Жак Руссо вважав, що природне виховання спрямоване на вдосконалення емоційного, соціального та фізичного розвитку дитини. Він приділяв особливу увагу фізичному розвитку, оскільки вважав, що він повинен доповнювати духовний та емоційний саморозвиток. Руссо твердо вірив, що прагнення дитини до самовдосконалення випливає з її вроджених бажань і потреб.

Джон Локк, англійський філософ, педагог і педагог, вважав, що діти від народження мають здоровий духовний і фізичний баланс. Щоб підтримувати цю гармонію, їм потрібна лише допомога вихователів. Він вважає, що діти народжуються вже гармонійні та потребують лише невеликої допомоги дорослих і вчителів. У результаті виховання вони стають добрими чи злими, корисними чи марними, що створює між ними розбіжності в майбутньому .

У працях цього філософа простежується думка про те, що приклад дитини, оточення та середовище є основними засобами виховання. Вчений підкреслив, що особливо важливо з раннього віку привчати дітей до формування стійких позитивних звичок. Найвищий пріоритет у вихованні дитини вчитель ставить на фізичне здоров'я дитини, пояснюючи, що людині потрібна міцна конституція, щоб переносити позбавлення і втому. Вчений звертався не до лікарів, які лікують хворих дітей, а до батьків, які повинні

робити все можливе, щоб зберегти і зміцнити конституцію своїх дітей без допомоги ліків, вказуючи на основні складові фізичного розвитку: гігієна, збалансоване харчування, загартовування.

Отже ці та багато інших вчених та філософів підкреслили педагогічну цінність і велике значення природи у вихованні та зміцненні здоров'я підростаючого покоління.

Українська педагогіка та вітчизняна медицина почали займатися проблемами дітей із середини XVIII ст. Це призвело до багатьох важливих рішень українських експертів та громадських діячів щодо здоров'я дітей та до спроб модернізації системи освіти.

Важливо подбати про здоров'я дітей - це перше питання, до якого звернувся Ломоносов. Він також був першим, хто публічно виступив проти примусових шлюбів серед кріпаків. Його зусилля допомогли створити державну програму вакцинації дітей.

Педагоги минулого століття наголошували на необхідності охорони здоров'я для всіх вікових груп. Щоб зберегти здоров'я підростаючого покоління, вони шукали способи створення нових ігор для використання дітьми як методу лікування або профілактики. Вважалося, що в іграх діти можуть розвиватися як розумово, так і фізично, а також що ігри покращують загальний розвиток як дитини, так і їх батьків.

Використовуючи ігри для розвитку Покровський прийшов до висновку, що по-перше: гра є не особливою формою діяльності, а вираженням потреби організму в діяльності; по - друге, що ігри сприяють розвитку і зміцненню фізичних і розумових сил, є підготовчою школою до практичної діяльності, а також, що їх можна успішно використовувати в навчанні для виконання найрізноманітніших завдань.

В.О.Сухомлинський найвизначнішим вважав потребу навчати дітей моралі. Він зазначав, що вчитель має виховувати учнів біля джерела їхніх думок, які лежать у мозку та природі дитини. Це пов'язано з тим, що дитячий мозок є найчутливішою і найтоншою частиною природи. Найкраще було б

надавати наочні приклади та уроки поза школою. Сухомлинський вважав, що догляд за дітьми потребує підвищеної уваги, особливо батьківської, бо сім'я – це перше знайомство дитини дошкільного віку зі світом дорослості та мудрості. Тому, в елику роль у справі виховання дітей він відводив саме батькам. За його точним зауваженням, якими б прекрасними не були наші дошкільні установи, найголовнішими педагогами, що формують розум, думки малюків, є мати і батько.

Отже, розглянувши педагогічні ідеї системи освіти часів Стародавнього сходу, Греції, Риму, аналіз феодалних ідей, погляди вчителів епохи Відродження можемо сказати, що ідея виховання здорових дітей у гармонії з природою постійно вдосконалюється. Вчені започаткували розробку питання про взаємини людини і навколишнього середовища, відкривши шлях виховання свідомості дітей до правильного сприйняття природи та вміння оцінювати її екологічний стан. Зробили великий внесок у розвиток теорії сімейного виховання та впливу сімейного способу життя на формування здоров'я дітей. Соціально-екологічна трансформація сучасного суспільства та пов'язані з нею зміни в системі освіти породили цивілізовану потребу в індивідуальній освіті для здоров'я та духовного розвитку дитини.

Аналіз літератури показує, що в дошкільнят найбільш тісний і міцний зв'язок з природою, саме на цьому віковому етапі. Кожна людина, з'являючись на світ, володіє природним потенціалом здоров'я, однак, яким би сприятливим не був генетичний код індивіда, в процесі свого розвитку людина постійно взаємодіє з середовищем, яке може сприяти як розвитку і вдосконалення наявних задатків, так і їх пригнічення, що викликає негативні наслідки.

Корисні історичні знання про минуле дозволяють зробити висновок, що багато педагогів і вчених минулого зосереджувались на пошуку методів виховання здорових дітей. Відповідність природі вважалася історично надійним методом навчання, оскільки він наголошував на важливості поваги до процесів природи як способу виховання дітей відповідно до природних

законів природи. Важливість цього підходу підкреслюється при розгляді того, як він пов'язаний із підтриманням здорового способу життя у дітей. Через це важливо розуміти зв'язок між людиною та природою в цій сфері.

1.2. Основні підходи до процесу формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку у закладах дошкільної освіти.

В Україні основні підходи до формування здорового способу життя та зміцнення здоров'я визначені у Законі України «Про охорону дитинства», у Державних національних програмах «Освіта» та „Діти України”, де наголошується, що здоров'я підростаючого покоління – це інтегративний показник суспільного розвитку, могутній фактор впливу на економічний і культурний потенціал країни. У науковій і методичній літературі здоровий спосіб життя визначається як комплекс оздоровчих заходів, що забезпечують гармонійний розвиток та зміцнення здоров'я.

Дошкільнята є найбільш перспективною віковою групою до привчання їх до здорового способу життя. В такому віці діти легше засвоюють великі обсяги нової інформації. В процесі занять діти засвоюють нову для себе інформацію в формі уявлення. Етапи відображення навколишньої дійсності можна представити в такій послідовності: відчуття - сприйняття - уявлення - знання.

Немовлята дізнаються про те, що їх оточує, спочатку вважаючи, що вони знаходяться в одному місці. За допомогою органів чуття вони складають точне відображення об'єктивної природи спостережуваних явищ. Акт сприйняття включає збудження органів чуття, в результаті чого виникають конкретні образи предметів і явищ. Це досягається за допомогою процесу, який називається сприйняттям.

Минуле і сьогодення співіснують у свідомості як протилежні сили. Сприйняття цих сил об'єднується в єдине ціле. Результат поживлення

образів, сприйнятих раніше називається уявленням. На відміну від сприйняття, вони носять більш узагальнений характер. Уявлення завжди індивідуальні і багато в чому залежать від особливостей людини, їх установок і минулого досвіду. (І.Ф. Мягков, 2002).

У дошкільний період діти дуже чутливі, йде процес формування про уявлення здорового способу життя, формування знань, почуттів, переживань, розвиток здібностей та інтересів. Фахівці виділяють у розвитку людини безліч вікових груп, які характеризуються змінами в особистості дитини.

А.В. Запорожець зазначив, що діти старшого віку вже знають не тільки конкретні подробиці. У 5-7 років відбувається перехід від розуміння зв'язку між фактами до розуміння суті речей. Вони хочуть проникнути у внутрішню роботу всього. Розвивається здатність об'єднувати об'єкти за загальними рисами. Повідомляючи думки та роблячи висновки, люди демонструють свою здатність мислити раціонально. За матеріалами досліджень стверджується, що лобові частки людини досягають зрілості до 6-7 років. Ділянки мозку, що швидко розвиваються, асоціюються один з одним для розвитку та зміни мозкових процесів. У дітей віком від 5 до 7 років нервова система більш плавна, ніж у дітей старшого віку. Попередній віковий період являє собою новий когнітивний рівень. Ця зміна у мисленні призводить до підвищеного інтересу і когнітивно - орієнтованих занять.

Важливу роль у виявленні процесів формування знань зіграло вчення відомих фізіологів І.М. Сеченова і І. П. Павлова про закономірності функціонування вищої нервової діяльності. У розумінні Павлова рефлексі - це як фізичні, так і психічні події, викликані нервовими імпульсами в нервовій системі. Відображення дійсності - це тимчасові сенсорні зв'язки в мозку, які призводять до рефлексів та інших нервових явищ. Це пояснюється тим, що подразники, такі як слова чи предмети в реальному світі, викликають зміни в нервовій системі. У той момент, коли новонароджена дитина починає думати, починається її навчання. Це визначає самий початок їх розуміння і

пізнання. Отже, нові зв'язки, що утворюються через тимчасові асоціації, призводять до набуття ідей.

Знову засвоєні знання додаються в уже наявні, утворюючи ланцюг асоціацій, співвідносячись зі знанням з різних галузей. Таким чином, вони 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, впершу чергу, не від об'єктивного змісту засвоюваного матеріалу, а від умов, в яких відбувається це засвоєння. Процеси засвоєння малюками уявлень про спосіб життя людини формуються на прикладі вже наявних уявлень у своїй сім'ї та при спеціально- організованому навчанні в дошкільному закладі. Взаємозв'язок всіх суб'єктів виховно-освітнього процесу дозволяє підвищити ефективність засвоєння дітьми уявлень про здоровий спосіб життя.

Психологами доведено, що найбільш високим ступенем оволодіння поняттями відзначається засвоєння дитиною його змісту і вміння оперувати ними (А.В. Запорожець, 1986).

Розглядаючи розвиток мислення як функцію віку, деякі зарубіжні психологи вважають, що мислення дитини за природою не логічне, а іноді навіть фантастичне. 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. Блонського, А.В. Запорожця, А.А. Люблінської та ін., довели, що конкретна образність мислення дошкільника аж ніяк не виключає деяких форм, узагальнень. Так, А.А. Люблінська зазначає, «що здатність узагальнювати, порівнювати, робити висновки вимагає володіння загальним способом розумової діяльності. Цей процес включає три обов'язкові етапи: Первинний (сприйняття задачі як цілого), аналіз (дроблення задачі на частини, виділення умов, даних); вторинний (рішення, нове розуміння задачі).

Розумовий процес дошкільника, як вказує А.А. Люблінська, рухається від первинного до вторинного синтезу.

Цільове навчання дітей старшого дошкільного віку, яке передбачає вміння формувати спостереження, робити висновки, що дозволяє розвивати логічне мислення. Діти вчаться шукати і встановлювати в предметах і явищах найважливіші ознаки, знаходити між ними важливі взаємозалежності і зв'язки, у них швидко формується справді логічне мислення, удосконалюються особисті розумові операції — порівняння, класифікація, узагальнення.

Можна виділити декілька основних етапів комплексного підходу до процесу формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку у закладах дошкільної освіти:

Перший етап комплексного підходу формування у дітей старшого дошкільного віку здорового способу життя спрямований на ознайомлення і розширення уявлень малюків про здоровий спосіб життя.

Другий етап - передбачає об'єднання форм і методів виховного впливу, формування поглядів і переконань щодо дотримання здорового способу життя, а саме:

- словесні методи (роз'яснення, бесіди, розповіді, казки);
- метод прикладу (позитивний приклад педагогів, батьків, новаторів здорового способу життя);
- методи формування оздоровчої поведінки – педагогічний вплив (порада, вимога, виховні ситуації) та п
- привчання до виконання певних дій (режим дня, вправи);
- методи стимулювання діяльності і поведінки (ігри, спортивні змагання)
- метод заохочення (схвалення).

Така діяльність набуває найбільшої ефективності завдяки застосуванню традиційних і нетрадиційних методів оздоровлення; врахуванню індивідуальних і вікових особливостей дітей дошкільного віку; прищепленню малюкам навичок дотримання основних складових здорового

способу життя, особистої і суспільної гігієни, необхідних у повсякденному житті, навчанні та праці; удосконаленню організації і методики проведення занять з фізичної культури, що забезпечувало розвиток основних фізичних якостей.

Третій підхід до формування у дошкільнят здорового способу життя спрямований на удосконалення організаційно-педагогічних умов шляхом: створення оптимальних гігієнічних умов життя дітей, практичного оволодіння дітьми оздоровчих технологій. Т

Так як як під здоровим способом життя розуміється активна діяльність людини, спрямована на збереження і поліпшення здоров'я, то до цієї активності слід віднести такі компоненти як:

- Рухова активність, прогулянки, рухливі ігри на свіжому повітрі.
- Здорове збалансоване харчування:
- Дотримання режиму дня, чергування періодів активності і сну.
- Загартовування організму.
- Дотримання правил особистої гігієни.
- Збереження стабільного психоемоційного стану.

Саме ці компоненти повинні бути закладені в основу фундаменту здорового способу життя дошкільника. Ці основні підходи до формування у дітей здорового способу життя дають можливість систематизувати і об'єднати педагогічну, медичну, психологічну і родинну взаємодію, своєчасно і всебічно використовувати усі об'єктивні і суб'єктивні можливості збереження здоров'я дітей. Вони містять навчальну роботу, гігієнічне виховання в сім'ї і відповідне самовиховання дошкільнят. Всередині кожного з цих елементів використовуються різні форми і методи педагогічного впливу, що спрямовані на формування у дітей здорового способу життя. Реалізація цих частин змісту освіти має на меті формування здоров'язберезувальної компетенції дитини.

1.3. Теоретичні основи використання здоров'язбережувальних технологій в закладах дошкільної освіти для формування здоров'я дітей старшого дошкільного віку.

Багато останніх досліджень підтверджують серйозну стурбованість здоров'ям дітей. Вони показують, що загальний стан здоров'я та розвиток дитини визначають її особистість. Це свідчить про те, що оптимальне здоров'я дитини має вирішальне значення для її загального розвитку. Стан здоров'я дошкільнят з кожним роком погіршується. Це породжує гостру потребу у формуванні у дітей необхідного здорового способу життя. Різноманітні професіонали з різних дисциплін збираються разом, щоб обговорити, як заохочувати здоровий спосіб життя у дітей молодшого віку. Це включає педагогіку, екологію та соціологію, а також фізіологію та медицину.

Так Амосов довів, що здоров'я людини залежить не тільки від навколишнього середовища та спадковості, а здебільшого залежить від способу життя. Отже, в цілому здоров'я дітей формується під впливом різних факторів. Згідно твердження Всесвітньої організації охорони здоров'я, здоров'я - це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад.

З наукової конотації та ціннісного значення «здоров'я» А. Я. Іванюшкін та Е. М. Казін визначили 3 рівня опису цієї цінності:

- Біологічне, соматичне - первинне здоров'я, яке передбачає досконалість саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів і тим самим максимальну адаптацію.
- Соціальне здоров'я - є мірою соціальної активності і позитивного ставлення окремої людини до світу.
- Особисте, психічне здоров'я – це не відсутність хвороби, а відмова від неї в сенсі подолання хвороби (здоров'я – це не лише стан організму, а й життєва стратегія людини).

Таким чином, соціальні фактори, які постійно впливають на людину, значною мірою визначають стан її здоров'я.

Тому В. П. Озеров виділив наступні чинники впливу:

- на фізичне здоров'я (система харчування, дихання, фізичне навантаження, загартовування, гігієнічні процедури)
- на психічне здоров'я (система стосунків людини з самим собою, оточуючими, життя в цілому; його життєздатність цілі, особистісні характеристики);
- на соціальне здоров'я, яке залежить від особистого та професійного листування, самовизначення, задоволеність соціальним статусом, гнучкі життєві стратегії відповідно до соціокультурної ситуації (мінливі економічні, соціальні та психологічні умови). Розвиток теорії здоров'я людини свідчить про тісний взаємозв'язок і змістовний підхід до понять «здоров'я» і «спосіб життя». З точки зору способу життя, більшість вчених розуміють, що є стійким за певних соціально-економічних умов. Це проявляється в нормах спілкування, поведінки, мислення.

Відповідно до концепції «спосіб життя» Е.Н. Вайнера, життєві обставини визначають спосіб життя людини. З матеріального, культурного та соціального аспектів Вайнер визначив, що люди самі створюють свій спосіб життя. Також він вважав, що кожна людина створює свій власний спосіб життя на основі отриманих знань і життєвих принципів.

Спосіб життя — біосоціальний термін, що охоплює певну сукупність видів діяльності людини. Життя в навколишньому середовищі впливає на розвиток і функціонування людини. Це включає як фізичне розташування, де хто живе, як-от місто чи сільська місцевість, великі чи малі міста. Крім того, це впливає на те, як живе людина — чи живе вона у власному будинку чи у маленькій кімнаті, постійно залишається на одному місці або переїжджає кожні кілька років. Ці фактори не можуть не формувати зовнішність, спосіб життя та думки людини.

Садочки, школи та сім'ї створюють соціальне середовище, яке впливає на розвиток особистості. Ці два фактори відіграють важливу роль у визначенні будь-якої особистості, у формуванні здорового способу життя в інтересах дитини. Отже, має сенс лише включити до свого плану формування регіонального та екологічного здорового способу життя.

Особистісні риси та спосіб життя формують загальний соціально-психологічний стиль життя людини. Ця концепція пов'язана з поведінкою та тим, як вона вписується в життя людини. Психологічний і фізіологічний стан людини з часом змінюється. Життя в рамках певної культури та соціально-економічного класу називається повсякденним життям.

Ю.П. Лісіцин вважає, що здоров'я людини багато в чому залежить від способу життя. Ці звички передаються з покоління в покоління і визначаються традиціями, які закріпилися в суспільній свідомості. Лісіцин додає, що люди з особистими нахилами мають більш індивідуальний спосіб життя, ніж ті, хто не має особливих уподобань.

Здоровий спосіб життя передбачає збереження та зміцнення свого здоров'я шляхом регулярних фізичних вправ. Доцільно починати з роз'яснення дітям принципів здорового способу життя в сім'ї та дошкільному закладі. Багато людей вважають, що запровадження медико-санітарної освіти в дошкільних закладах спричиняє надто великий стрес для і без того перевантаженої освітньої системи сучасних дошкільних закладів. Це тому, що вони хвилюються, що цей крок буде надто складним для дітей. Проте є деякі, хто вважає, що освіта у сфері здоров'я може допомогти дітям вирости здоровими дорослими. Дбаючи про фізичне, психічне та соціальне благополуччя, ці заняття навчають дітей внутрішній анатомії тіла та його основним системам. Вони також навчають їх про їхній зв'язок із навколишнім природним середовищем і про те, як це впливає на їхнє здоров'я.

Крім того, навчання самопізнанню та навколишньому світу допомагає дітям розвивати навички критичного мислення. Крім розуміння тонкощів свого тіла, вони розуміють навички, необхідні для догляду за своїм тілом і керування будь-якими психосоматичними захворюваннями, які вони можуть мати. Вони також вчаться спілкуватися, саморегулювати та передбачати свою поведінку та стан.

Розробляючи освітні програми для дітей, часто поєднують інформацію про здоровий спосіб життя з заходами на природі, такими як ігри, подорожі, тренінги, бесіди. Крім того, вони включають позакласні заходи, такі як оздоровчі розваги, фізична культура та культурна освіта. Дошкільнятам потрібні відповідні освітні програмні засоби, які дозволяють формувати уявлення про здоровий спосіб життя відповідно до їхніх інтересів. Це програмне забезпечення має враховувати науково-теоретичні розробки при розробці ідей щодо здорового способу життя.

Збереження здоров'я дитини забезпечується використанням медичних виробів та стандартів, яких дотримується медичний персонал. Ці засоби допомагають організувати і контролювати харчування дитини, а також загартовувати її організм. Крім того, вони допомагають підтримувати здорове довкілля за допомогою профілактичних і лікувальних технологій. Здоров'я і фізичний розвиток дитини є головною проблемою багатьох оздоровчих технологій і фізичної культури. Ці сфери зосереджені на розвитку моторики дитини, розвитку серцево-судинної системи, щільності кісткової тканини та м'язової сили. Також підтримують самомасаж, прийоми масажу, рухливі вправи та дихальну гімнастику. Технології, які використовує психолог і педагог, допомагають дитині підтримувати здоровий психологічний стан, зберігаючи позитивне емоційне благополуччя через спілкування з однолітками та дорослими. Ці системи сприяють переходу дитини до спілкування в родинному та дошкільному середовищі.

Здоров'язберігаюча педагогіка не повинна представлятися як певна освітня технологія. І все ж поняття здоров'язберігаючі технології об'єднує всі аспекти діяльності навчального закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей. Вчителі, медики, психологи, соціологи та батьки співпрацюють, щоб надати дошкільнятам знання, уміння та життєві навички, необхідні для здорового способу життя. Цієї мети можна досягти лише шляхом комплексного, обережного та організованого процесу.

У багатьох сучасних науково-методичних роботах здоров'язберігаючі технології класифікуються на декілька груп. Однією з найважливіших особливостей будь-якої з цих технологій є те, як вони зберігають здоров'я учнів. За цим визначенням будь-яка технологія, яка впроваджується в освітньому закладі, повинна бути здоров'язберігаючою. Це пояснюється тим, що сучасні дослідники припускають, що при складанні цих класифікацій використовують кілька різних підходів, методів і форм роботи: медико-гігієнічні, фізкультурно-оздоровчі, еколого-оздоровчі технології та технології безпеки життєдіяльності.

Технологічний прогрес у сферах медицини та гігієни забезпечує підтримку для вирішення загальних проблем зі здоров'ям, а також для конкретних проблем. Ці досягнення зосереджені на підтримці здорових стандартів життя, шляхом сприяння ранньому виявленню потенційних загроз і розширення доступу до варіантів профілактичного лікування. На уроках

Є кілька причин, чому дітям необхідно покращувати своє здоров'я в ЗДО. Ці завдання та процедури допомагають у цьому. Для профілактики захворювань спини застосовуються спеціальні вправи, які зміцнюють корсет мускулатури хребта. Щоб запобігти травмам, треба навчати правильної форми фізичних вправ та правил і вказівок щодо безпечних вправ. Крім зміцнення імунітету регулярними фізичними вправами, хворим на застуду корисні водні процедури та фізкультура. Навчання тому, як рухати тіло за допомогою рухових функцій, забезпечує фундаментальні навички безпеки життя. Ці знання дають дітям змогу використовувати набуті знання та досвід у реальному житті.

Основними ознаками педагогічної методики є здоров'язберігаючі освітні технології. Вони використовуються в будь-якому навчальному методі, який передбачає участь дітей або предметів. Ці технології навчають малюків таким життєвим навичкам, як вирішення конфліктів, управління емоціями та профілактика зловживання психоактивними речовинами. Вони

також розглядають такі освітні теми, як статеve виховання та запобігання травматизму. Ці навчальні практики дуже корисні, оскільки вони зберігають здоров'я учнів, водночас забезпечуючи їм додаткову освіту.

Перед педагогами дошкільних закладів стоїть завдання збереження психічного і фізичного здоров'я кожної дитини і в цьому питанні вони повинні застосовувати найбільш ефективні та оптимальні здоров'я забезпечувальні технології та методики. Їх можна поділити на:

- Медико-профілактичні технології
- Фізкультурно-оздоровчі технології
- Технології забезпечення соціально-психологічного здоров'я.

Реалізація здоров'збережувальних технологій передбачає:

- Організацію освітнього середовища за вимогами особистісно-орієнтованого підходу.

Тобто, у дошкільному закладі має бути організоване гігієнічно соціальне перебування дитини, створені всі необхідні умови для перебування дітей, мікросередовище дошкільного відділення має відповідати санітарно-гігієнічним вимогам, вимогам гігієни нервової системи, психологічної безпеки, створено навчально-виховне середовище.

- Моніторинг рівня здоров'я дітей та реалізація діагностичних, корекційних і реабілітаційних заходів з дітьми залежно від групи здоров'я.

За результатами обстеження дітей медиками і даними антропометричних вимірювань у кожній віковій групі має заповнюватися листок здоров'я, завдяки цій інформації здійснюється індивідуальний підхід до кожної дитини під час фізкультурно-оздоровчої роботи впродовж дня.

- Вибір оптимальних технологій виховання і навчання з урахуванням віку, статі, індивідуальних особливостей розвитку дитини.

Так, у Корюківському садочку №4 «Веселка», на базі якого мною проводилося дослідження, здійснюється цілий комплекс таких здоров'язбережувальних технологій:

1. Технології збереження та стимулювання здоров'я - спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я дітей (фізична підготовка, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, аромотерапія, музична терапія та ін..).

- Ранкова гімнастика - сприяє розвитку та формуванню правильної постави, тренує і посилює діяльність серцево-судинної, дихальної, нервової систем; готує організм дитини до тих навантажень, які йому належить подолати протягом дня.
- Пальчикова гімнастика (для очей, дихальна та ін) - тренує дрібну моторику, стимулює мову, просторове мислення, увагу, уяву, швидкість реакції.
- Ігровий масаж. (точковий самомасаж, масаж вух і т.д) - сприяє розслабленню м'язів і зняттю емоційної напруги, підвищує функціональну діяльність головного мозку, тонізує весь організм. стимулює біологічно активні точки.
- Загартувальне дихання - зміцнює весь дихальний тракт.
- Фізкультхвилинки і динамічні паузи - на малорухомих заняттях сприяють активному відпочинку.
- Фізкультурні заняття - формують навички основних рухів, елементи самоконтролю під час різноманітної рухової діяльності; розуміння того, як впливають фізичні вправи на організм людини, його самопочуття.
- Дні здоров'я, спортивні дозвілля, розваги, свята (1 раз місяць).

- Рухливі і спортивні ігри - сприяють загартовуванню організму дитини, підвищенню його працездатності і зниження захворюваності і є обов'язковими.
- Гімнастика пробудження - після денного сну дозволяє пробудити організм, зняти сонливість, нормалізувати кровообіг, швидше прийти в бадьорий стан.
- ходьба з використанням нестандартного фізкультурного обладнання , ходьба по масажному килимку - профілактика плоскостопності.

2. Технології навчання здоров'ю– гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (вміння керувати свої емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму, статеве виховання.

Під час проведення гігієнічних діти вчаться заковувати рукава, добре намилювати руки милом, ретельно обполіскувати їх, мити обличчя, насухо витирати особистим рушником, користуватися носовою хусткою і ін. Потреба в здоров'ї і здоровому способі життя у дитини формується також на основі уявлень про самого себе, своїх фізичних і особистісних можливостей, про те, що для здоров'я шкідливо, а що корисно. Ці знання діти набувають на спеціальних заняттях.

- Заняття по ознайомленню дітей з соціумом валеологічного змісту та під час проведення д/ігор вчимо дітей - вчить визначати свій стан і емоції; розуміти необхідність і роль рухів у фізичному розвитку; виконувати гігієнічні вимоги до тіла, одягу; використовувати знання про те, що корисно і що шкідливо для організму.

На занятті «Мікроби і бактерії», на якому діти розглядали під мікроскопом брудну воду, потім вони дуже відповідально почали підходити до миття рук.; заняття «Вітаміни в нашій їжі» сприяють тому, що діти по іншому починають ставитися до їжі, особливо в старшому дошкільному віці: тепер вони намагаються з'їдати салати, фрукти, овочі, пити молоко; під час

бесід з валеології діти дізнаються про значення профілактики захворювань: різних видах загартовування, дихальної гімнастики, повітряних і сонячних ваннах, вітамінна фіто- і фізіотерапії.

- Заняття з ОБЖ. (основ безпеки життєдіяльності) – вчить правильно поводитися в ситуаціях, що загрожують життю і здоров'ю та запобігати їм.

Розглядаються такі теми: - «Небезпечні люди, і хто захищає нас від них», «Контакти з незнайомими людьми і правила поведінки з ними», «Машини нашого села» «Де повинні грати діти» та ін.

Як показує практика, діти знайомляться з правилами здорового способу життя найбільш ефективно завдяки цілеспрямованій організації їх сенсомоторної ігрової активності з включенням ігор: настільно-друкованих, сюжетно-рольових, ігор-драматизацій, ігор-імітації, в яких вони реалізують набуті знання і мають змогу самостійно вирішувати проблемно-творчі фантазії.

3. Інноваційні оздоровчі технології

- Фітболгімнастика - включає виконання вправ на великих надувних еластичних м'ячах різного розміру . Починаємо проводити з середньої групи в груповій кімнаті.
 - Казкотерапія - використовується для психологічної терапевтичної та розвиваючої роботи.
 - Психогімнастика
 - Фонетична ритмика - логоритміка
 - ОРФ-заняття з музики - використання креативної музики для розвитку чуття ритму, розвитку у дітей вміння співвідносити слово з ритмом у музиці.

4. Профілактично-лікувальні технології:

- Фітотерапія, ароматерапія, вітамінотерапія та ін..

Таким чином, використання теоретичних основ і застосування практичних здоров'язбережувальних технологій, форм і методів в закладах дошкільної освіти сприяє, формуванню здоров'язбережувальної компетенції, створенню у дітей мотивації на здоровий спосіб життя. А отже, вихователям ЗДО необхідно удосконалити загальний зміст освіти з метою створення предметних галузей навчання, які навчають учнів ключових компетентностей. Це включає освіту з питань охорони здоров'я. Для педагогів пропонується пошук інноваційних шляхів модернізації навчальної програми в класі та продовження вдосконалення власних професійних навичок.

ВИСНОВКИ ДО 1 РОЗДІЛУ

Зусилля, спрямовані на розуміння процесу висування нових ідей, призвели до створення цієї навчальної літератури. Було вивчено як філософські, так і педагогічні джерела для їхнього розуміння формування ідей. Вивчення педагогічних коренів освітньої системи дає розуміння вибору здорового способу життя. Освіта ґрунтується на принципі природи, яку здорові діти вивчають через своє навчання, що природа і розвиток дитини вимагають належного обліку. Крім того, це свідчить про важливість цих речей.

Розуміння значення культури відносин природи до людського суспільства, містить біологічну, соціальну та психологічну інформацію. Забезпечуючи поєднання цих трьох аспектів, це допомагає створити здорове покоління. Ідеї повинні збалансувати екологічні потреби як природи, так і людства через переконання, що здоров'я пов'язане з балансом обох. Дослідження показали, що людей слід розглядати з одного боку як природне явище, а з іншого як частину суспільства.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

2.1. Характеристика методів, критеріїв, показників та рівнів сформованості здорового способу життя у дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти

Проблема людини та її здоров'я – одвічна. Ще стародавні мислителі писали про здоров'я і чинники, що зміцнюють його: режим дня, харчування, фізичні вправи, знання. Тому подальшою метою цієї дослідницької роботи є характеристика основних критеріїв, показників, методів та рівнів педагогічного впливу на дітей дошкільного віку щодо формування здорового способу життя, культури здоров'я, підвищення їх виховних можливостей. Дослідження передбачає використання критеріїв і показників. Для отримання надійних результатів важливо приділити час як якісному, так і кількісному дослідженню. Ці цифри дають нам зрозуміти поточний стан педагогічних умов формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти.

Найвище місце в педагогічній практиці займають батьки та вихователі дошкільних закладів. Батьки та вчителі виступають головними освітніми центрами. Їхнє розуміння проблем дітей створює основу для майбутнього навчання. Здоровий спосіб життя потребує розуміння важливості здоров'я, а також особистого прикладу, яким слід керуватися дітям.

Тому експериментальна перевірка умов формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти розпочався саме з встановлення, шляхом дослідження

знань, якими володіють вихователі дошкільних закладів та батьки. Експеримент включав у себе три етапи:

1 етап : експерименту ставив завдання з'ясувати, як на практиці працює дитячий садок над питанням формування здорового способу життя, визначити педагогічні позиції керівників дошкільних закладів, методистів та вихователів. Для вирішення поставлених завдань використовувалися педагогічні методи дослідження: бесіди, анкетування вихователів та вивчення навчально-методичних документів.

2 етап : передбачав вирішення наступних завдань: вивчити наявні знання про особливості суспільства, в якому живе дитина, сімейний та здоровий спосіб життя батьків, зрозуміти ставлення батьків до процесу формування здорового способу життя у дитини. Для відповіді на ці питання використовувалися анкети.

3 етап : досліджували наявність у дітей старшого дошкільного віку когнітивного та поведінкового компонентів здорового способу життя. Методи, які використовуються в діяльності: індивідуальні діалоги, аналіз дитячих малюнків, розповіді про здоров'я для дошкільнят, ігри.

Дослідження проводилися на базі Корюківського ДНЗ № 4 «Веселка» Корюківської міської ради Чернігівської області. У ньому взяло участь 32 старших дошкільника, розподілених на ЕГ та КГ, 8 вихователів садочка, методист, завідувач, медичний працівник та батьки.

Для визначення рівнів сформованості у дітей старшого

); знання чинників негативного впливу на здоров'я та безпеку.

З тим, щоб здійснити перевірку даного критерію, було дібрано такі методики діагностування, як бесіда та гра.

Емоційно-мотиваційний критерій спрямований на визначення ставлення дитини до проблеми підтримки здоров'я. Сприятливий емоційний

розвиток дитини лежить в основі її власного міцного здоров'я, а також позитивно впливає на емоційну налаштованість до спілкування, взаємодії з іншими (однолітками, батьками, іншими дорослими), сприяє прояву самоконтролю та вольових зусиль.

Показники емоційно-мотиваційного критерію: наявність мотивації на здоровий спосіб життя та ініціативність щодо цього; емоційне ставлення до проблем здоров'я та хвороби.

Діяльнісно-поведінковий критерій обумовлений активністю, самостійністю дитини, її готовності до взаємодії. Важливу роль щодо цього визначають сформовані уміння ігрової діяльності, що надає малюкові можливість втілити в іграх знання про засади ЗСЖ. Це стосується як сюжетно-рольових ігор, так і рухливих, у яких діти визначають можливості фізичного здоров'я, розвиненості рухових якостей, умінь командних дій із збереженням емоційного комфорту тощо.

Показники діяльнісно-поведінкового критерію: уміння визначати знання про ЗЖС в іграх; уміння використовувати знання про здоровий спосіб життя у поведінці; самостійність та ініціативність щодо визначення основ ЗСЖ в ігровій діяльності.

Таким чином, організація експерименту у напрямі роботи зі старшими дошкільниками зумовила розробку критеріїв та показників сформованості основ здорового способу життя в дітей старшого дошкільного віку засобами ігрової діяльності.

Вивчення стану роботи з охорони здоров'я в дитячому закладі проводилися через співбесіди з завідувачкою, методистом та медичним персоналом. Питання просувалися закономірно у напрямку виявлення педагогічної позиції персоналу. Головною турботою працівники дошкільного закладу, вважають питання формування у дітей здорового способу життя. Методист і завідувача ЗДО при співбесіді зійшлися майже у всьому. У дітей

дошкільного віку необхідно виробити звичку до здорового способу життя. Завідуюча та методист зазначили, що для формування здорового способу життя в закладі створені всі умови, на це спрямований весь навчально-виховний процес, установлений режим дня. Діти вчасно харчуються, гуляють, відпочивають, займаються фізичною культурою, їм прищеплюються культурно-гігієнічні навички. За станом здоров'я дітей стежить медичний працівник.

У закладі проводилися педагогічні наради, на які було винесено питання стану здоров'я дітей, і які заходи були проведені медичним працівником, щодо сформованості здорового способу життя дітей у ЗДО. На педраді медпрацівником були надані дані про стан здоров'я дітей за поточний рік, так як він безпосередньо стежить за станом здоров'я дітей і процедурами профілактики захворювань. В куточках для батьків він розміщує інформації про актуальність різних захворювань дітей, які виникають в той чи інший час. Медичний працівник часто виступає на батьківських зборах або проводить просвітницько-інформаційну діяльність у батьківських чатах. На заняттях із фізичної культури забезпечують активну рухливість дітей, проводять спортивні змагання, долучають до самогігієни та до актиного способу життя, але основну стартову роль у привчанні дітей до здорового образу життя вони все ж таки покладають на батьків.

Для того, щоб оцінити позиції вихователів на проблему формування здорового способу життя у дітей і виявити наявні у них знання в цьому питанні, було проведено анкетування серед вихователів.

Перше питання полягало в тому, наскільки вихователі дотримуються методичних рекомендацій, щодо фізичного виховання дітей.

Другим питанням анкети було оцінити стан дітей у своїх групах, на що було отримано такі відповіді: "Добре"- відповіді 42,6 % опитуваних, "Задовільний" стан здоров'я оцінило - 55,6 % вихователів. "Незадовільний"

стан вихователі оцінили в 1,8 %, мотивуючи це тим, що в групі є кілька дітей із серйозними хронічними захворюваннями, всі інші діти з їхньої точки зору мають задовільний стан, так як їхні захворювання простудного характеру, особливо в осінньо-зимовий період.

В третьому питанні педагоги мали назвати причини захворювання дітей своєї групи. 34,7 % вихователів, основною причиною вважають байдужість батьків до стану здоров'я своїх малюків. 44,3 % вказали на екологічний стан та неправильне харчування, 21%-вагалися у своїх відповідях, або називали декілька.

Наступним питанням було оцінити роботу ЗДО по формуванню ЗСЖ дітей, на що 59,5 % опитуваних оцінили свою роботу і роботу своїх колег «добре», 38 % - на «задовільно», 2,5 % - вагалися з оцінкою. З цього можна зробити висновки, що вихователі не максимально приділяють увагу даному питанню.

П'яте питання мало на меті виявити навчальні інтереси вихователів, щоб правильно виховувати дітей. Кропітка робота ЗДО повинна торкатися певних тем. Вчителі хочуть більше дізнатися про здоровий спосіб життя. 33,2% учителів хочуть покращити своє розуміння, з метою кращого розуміння створення умов здорового способу життя дітей. Деякі вихователі дошкільних закладів вважають, що для того, щоб правильно висвітлити тему, необхідно включити в плани занять спілкування з сім'єю. Зміцнення здоров'я дітей здійснюється завдяки тісній співпраці з вихователями та сім'ї. Вони збираються, щоб обговорити майбутні події та провести дозвілля разом зі своїми дітьми. Ці клуби також заохочують здорові розмови між батьками та дітьми. Важливо заохочувати дітей до здорового способу життя.

Для дітей було використано індивідуальні діалоги, аналіз дитячих малюнків, розповіді про здоров'я дошкільнят, проведено діагностичні ігри та проведено спостереження.

Отже, за результатами індивідуальних бесід з дітьми встановлено, що діти в основному логічні. Однак слово «здоров'я», у дітей асоціюється лише з відсутністю хвороб. 58% респондентів ЕГ та 42% дітей КГ вважають себе нездоровими через те, що часто застуджуються та не ходять у дитячий садок. Найбільша складність для дітей виникає на запитання щодо визначення своїх корисних звичок. Самостійно відповіли лише 35% респондентів ЕГ та 42% респондентів КГ, за допомогою дорослих 65% дітей ЕГ та 58% дітей КГ. Виявилось, що більшість шкідливих звичок, які згадували старші дошкільники, пов'язані зі способом життя дорослих (куріння, бійки, пияцтво). Розказати про свої погані звички, змогли 75% респондентів ЕГ та 80% дітей КГ. Усі респонденти погодилися з необхідністю ЗСЖ, але лише 45% ЕГ та 50% КГ обґрунтували це для себе.

Для аналізу ефекту експериментів обох груп використовувався метод гри-дискусії «Корисно-Шкідливо». Це зумовило те, що діти пов'язували своє здоров'я з вітамінами та їжею, яка допоможе їм бути здоровими. Вони також пов'язували ранкову гімнастику зі своїм здоров'ям. Багато респондентів не змогли самостійно пояснити, як працює алгоритм, або підтвердити його працездатність.

Ілюстраційний тест підтвердив результати бесіди. У дитячих малюнках зображення здоров'я і хвороби здебільшого статичні. Це або портрети усміхнених (не усміхнених) людей, які нічого не роблять, або символічні об'єкти (сонце, зелень, дощ, хмари). Слід звернути увагу на невдалу колірну гамму малюнків, яка також дозволяє судити про характер емоційного ставлення до проблем зі здоров'ям. Колір зазвичай домінуючий - чорний, коричневий, фіолетовий.

Завдяки дослідженню, у дітей виявлено їх емоційну та фізичну активність через різноманітні ігри ЗСЖ. Наші висновки показали, що участь у цих заходах дала цим дітям значущу можливість. Для залучення дітей до базової фізичної культури практикуючі фахівці зазвичай використовують

рольові та рухливі ігри. Діти частіше досліджують ідеї, пов'язані з аптекою, лікарнею, сім'єю та ін., через сюжетно-рольові ігри. У результаті цих наступних досліджень поточне дослідження спирається на початкові висновки, що у 45% дітей КГ і 38% ЕГ наявний певний обсяг знань, що стосується їхнього здоров'я.

Під час самостійної діяльності діти використовують знайомі рухливі ігри середньої та малої рухливості, люблять грати в народні рухливі ігри, однак для їх виконання потрібно більше часу. Вони із задоволенням грають в дидактичні ігри, але в основному діти використовують гру «Неїстівне», «Одягни ляльку», «Лікарня», тощо.

Отже, результати опитування вихователів, батьків та деякі експериментальні дані свідчать про те, що у дітей дошкільного віку є необхідні передумови для формування знань, умінь і навичок здорового способу життя. Вони розуміють цінність власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Тому особливо важливий цілеспрямований вплив на особистість.

Аналізуючи вищевказане, можна сказати, що більшість вчителів не задоволені існуючим станом роботи дошкільного закладу, розкривають недоліки в організації педагогічного процесу. Вони готові до змін, для досягнення ефективності та покращення методів у своїй роботі. Великі надії у цьому питанні вони покладають на плідну співпрацю з батьками.

У створенні здорового способу життя було заплановано створення двох заходів для батьків. Була запланована консультація з батьками на тему здоров'я дітей та як залучати дітей до культурних і гігієнічних навичок. Це пов'язано з тим, що діти повинні зміцнювати своє здоров'я для подальшого благополуччя. У кожному навчальному плані було зазначено про це.

Декілька навчальних планів включають фізкультурно-оздоровчі заходи протягом одного тижня. Це допомагає учням взаємодіяти зі своїми батьками, влаштовуючи такі заходи, як «Мама, тато і я - спортивні» або «Веселі

старти». З сім'ями в кожній групі проводяться заходи, заплановані з дітьми та їх батьками. Вивчення педагогічних документів дозволяє зробити висновок, що заохочення дітей до здоров'я сприяє формуванню у них позитивних звичок на все життя.

Концепції здорового способу життя спадають на думку, якщо батьки зацікавлені у вирішенні цієї проблеми. У «Концепції дошкільного виховання» наголошується на важливості родинних стосунків і дошкільного закладу, фактично це називається особистим прикладом. Необхідність продовження виховання та навчання здоров'я дітей спонукає до використання лінійної наступності.

Фізичні та соціальні умови країни, якість освіти, охорони здоров'я та загальний розвиток впливають на їхній статус. Те, як батьки піклуються про здоров'я та благополуччя своїх дітей, доповнює загальну ситуацію в країні. На здоров'я дитини впливають і умови проживання сім'ї. Дошкільні заклади формують у дітей здорові уявлення про соціальну структуру.

Ми зібрали 100 батьківських інтерв'ю за допомогою анкети. Діти виховуються у родинях, де у багатьох батьки є медичні та педагогічні працівники. Це свідчить про те, що дітей виховують батьки, які дотримуються принципів здорового способу життя та піклуються про загальне здоров'я дитини. Ми хотіли з'ясувати, що розуміють батьки під здоровим способом життя. Багато батьків вважають, що повноцінне харчування та регулярні заняття спортом є найкращим засобом збереження здоров'я та здорового способу життя. Деяким батькам це питання здалося складним і вони вирішили не відповідати на нього, не розуміючи значущості концепції, яку потрібно втілити в життя.

Вибираючи відповідь, батьки повинні були використати лише одну відповідь і пояснити свій вибір. 20% не пояснили свій вибір, а 10% батьків заявили, що вважають свій спосіб життя здоровим, причини назвали так:

«батьки стверджують, що шкідливих звичок немає». Оскільки ми прагнемо дотримуватися розпорядку дня, ми підтримуємо звички здорового харчування.

Крім того, у вихідні ми займаємося спортом. Багато батьків вирішили виховувати своїх дітей без пояснення причин. Вони просто заявили, що не вважають свій спосіб життя здоровим. Через причини, які вони самі визнали, наприклад, неправильне харчування та відсутність фізичних вправ, лише 9% батьків вирішили виховувати своїх дітей вегетаріанцям та спортивними. Більшість відповідей не дали відповіді на запитання. Неповне розуміння батьками здорового способу життя обмежує їхній вплив на здоров'я дітей.

Наступне запитання анкети спрямоване на визначення основних соціальних факторів, які заважають батькам вести здоровий спосіб життя спосіб життя. Батьки повинні вибрати одну або кілька найбільш вагомих причин із запропонованих варіантів. Видно, що основною причиною нездорового життя батьків є брак часу, на це запитання відповіли 75% батьків.

Інша група батьків, яких 6%, назвала інші причини - лінь, недисциплінованість, відсутність сили волі. Тому більшість батьків вважають головною умовою ведення здорового способу життя наявність вільного часу, однак, не усвідомлювали, що повсякденна діяльність, поведінка також значною мірою сприяють збереженню, зміцненню і відновленню здоров'ю.

Опитування мало показати прогулянки, куди їздять батьки зі своїми дітьми. Понад 50% батьків гуляють зі своїми дітьми на вулиці, 40% батьків гуляють з дітьми на дитячому майданчику. Крім того, 9% батьків заявили, що гуляють з дитиною в парку. 1 % відвідують спортивний майданчик, який називається спортивним стадіоном. Така відповідь батьків здебільшого зумовлена місцем проживання і близькістю до того чи іншого об'єкта.

У багатьох батьків не вистачає часу відвідувати різні цікаві місця родиною, тому вони просто відпускають гратися їх на двір. Проаналізувавши запитання батьків в анкеті «Як часто ви берете дитину на природу?», ми отримали нову інформацію. Багато батьків рідко залишали місто, щоб дослідити природу. Крім того, майже 23% батьків поєднували дослідження природи з доглядом за дітьми. Серед опитування ніхто з батьків не вказав ліс, обгрунтовуючи це тим, що там водяться кліщі.

Щоб отримати знання про природні методи відновлення, респондентам було запропоновано відповісти на такі запитання: «Ви використовуєте природні засоби? Які саме?» За результатами відповідей батьки були розділені на дві групи. Деякі відповіли, що використовують натуральні засоби, до яких належать трав'яні збори, вітамінні чаї, мінеральна вода, не забули і про мед, прополіс. Ніхто з батьків не сказав нічого про сонячні та повітряні ванни, які є природним способом загартовування.

Наступним питанням було, як батьки оцінюють стан здоров'я своїх дітлахів. Перша половина батьків - 15 % відповіла, що задоволені станом здоров'я і оцінку поставили «хороший», 85 % відповіли, що «задовільний».

Після опитування серед батьків, їм було запропоновано додати будь-які додаткові ідеї під час заповнення останньої сторінки анкети, щодо покращення роботи по формуванню здорового способу життя. Вони запропонували додати дітям більше часу на прогулянку.

Деякі батьки пропонували поєднувати заняття з прогулянками. Це була найпопулярніша комбінація, її обрали 60% батьків. Батьки роз'яснили, за чим потрібно стежити, вносячи пропозиції, що на прогулянці потрібно стежити за тим, чи зав'язаний шарф, як діти одягнені, тощо. Понад 25% респондентів хочуть, щоб у позашкільному закладі був спеціальний кабінет, присвячений оздоровленню, щоб могло допомогти дітям відновити правильну поставу та техніку дихання. Також в переліку пропозицій були масажі, дихальні

гімнастики та ін. Було запропоновано проводити більше свят, пов'язані зі спортом, покращення фізичного стану.

Отже, на основі аналізу даних, отриманих від опитаних батьків, можна зробити такі висновки: батьки недооцінюють формування здорового способу життя дітей. Значна кількість 85 % батьків незадоволені станом здоров'я своїх дітей. Батьки зацікавлені у покращенні роботи ЗДО, про що свідчить їхня активна позиція у внесенні пропозицій щодо створення ЗДО. Основними причинами дитячих захворювань є несприятливі екологічні умови. Батьки не враховують, що здоров'я дитини значною мірою залежить від способу життя сім'ї. Частка здорового способу життя в дитячих закладах, з яких 11% батьків сказали, що дитячі заклади та сім'ї повинні працювати разом.

Таким чином, до основних складових здорового способу життя дослідники відносять: рівень культури суспільства й особи, місце здоров'я серед інших потреб людини, мотивацію на збереження і зміцнення здоров'я. У забезпеченні здоров'я дітей провідну роль відіграє спосіб життя. Під ним розуміють стійкий уклад життєдіяльності людей, що склався за певних соціально-економічних умов і проявляється в їхній діяльності, праці, побуті, дозвіллі, нормах моральної поведінки, спілкуванні.

2.2. Обґрунтування і впровадження педагогічних умов формування здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку в закладі дошкільної освіти

Забезпечення максимально точної інформації є життєво важливим у сучасних мінливих тенденціях освіти та виховання, розуміння сутності та ефективності дошкільних освітніх програм. Діагностика дозволяє визначити критерії та показники нових ідей, призначених для пропаганди здорового способу життя. Різні заклади розглядають питання про те, як об'єктивно виміряти ефективність і якість.

Освіта вимагає певних передумов для відбору та обґрунтування, ці вимоги допомагають визначити навчальну діяльність. Критерії та показники використовуються для судження про розвиток і прогрес конкретного предмета, який вимірюють та оцінюють.

У зв'язку з цим необхідно обґрунтувати показники якимись якісними ознаками, за якими вони себе ведуть. Показник більш-менш виразний. Психологи (Л.А. Венгер, В.В. Зінківський, Д.Ф. Петяєва) виділили властивості репрезентативних уявлень: повноту, стабільність, обізнаність, принциповість.

Н. Н. Кондратьєва, Л. М. Маневцова, П. Г. Саморукова і В. І. Логінова виділили такі показники знань у дошкільнят:

- обсяг знань - різноманітність об'єктів і аспектів об'єктів пізнання;
- сутність знання - сутність в обраному об'єкті;
- узагальнення знань - розкриває сутність цілого класу об'єктів, об'єктивні зв'язки всередині класу (відображені в загальна ідея, основна концепція);
- систематизація знань - сукупність об'єктивно пов'язаних знань;
 - комплексний розгляд об'єктів і про їх концептуальну структуру.

Психологи роблять висновки зі своїх досліджень. З метою формування у дошкільників здорових звичок, розроблено критерії та показники уявлень про здоровий спосіб життя. Діти інстинктивно розуміють поняття «здоров'я» як стан організму з природними засобами для відновлення.

Здоров'я - це ступінь задоволення потреб організму в навколишньому середовищі. Це називається усвідомленням, розуміти вплив природного середовища на здоров'я як природного, так і соціального середовища. Вивчення загальних тенденцій і концепцій, називають узагальненням. Люди з вищим рівнем узагальнення здатні легше ідентифікувати ключові аспекти

багатьох різних суб'єктів, видів діяльності, об'єктів і явищ, що їх оточують. Щоб досягти вищого рівня спілкування та розуміння, важливо враховувати навколишні реалії, такі як середовище та суспільство. Це називається системністю і вимагає великої обережності. Здоровий спосіб життя та міцне здоров'я представляють стан благополуччя людини.

Діагностичні дослідження були проведені з кожною дитиною окремо.

Запропонована діагностика поведінкового компоненту уявлень дітей старшого дошкільного віку про здоровий спосіб життя, спрямована на підтримку та підвищення рівня незалежності та ініціативи у здоровій діяльності, тобто проводити культурно-гігієнічні заходи, щоб діти проявляли ініціативу та самостійність.

Ініціативу і самостійність у цій ситуації не досліджувалась, бо такі види діяльності, як фізичні вправи та загартовування, виконуються завжди під наглядом вчителя.

Здорове середовище для дитини – це насамперед світ спілкування, у всіх стосунках між дитиною та дорослим. Дошкільний вік не завжди сприяє їх розвитку. Поняття «середовище» розуміється як сукупність елементів, які взаємопов'язані складають «простір і умови, в яких живе людина».

Отже, поняття «середовище» охоплює соціальні та повсякденні умови, що оточують дитину, а також групу людей, об'єднаних спільністю цих умов. Правомірно стверджувати, що соціальне оточення дитини — це не тільки її оточення, а й виховання, інтереси та ставлення тих, з ким вона живе, що в сукупності створює сімейний мікроклімат.

Освітній досвід українських діячів сприяв створенню здорового шкільного середовища. Це визначається наступним:

- заняття та перерви організовує, як правило, навчальний заклад;

- психолог визначає, які методи і формати навчання використовувати, створюючи сприятливий психологічний мікроклімат;
- забезпечення здорового та чистого житлового простору передбачає підтримку належної вентиляції, регулювання температури та інших санітарних практик.
- забезпечення раціонального харчування також є частиною роботи.

Нові медичні процедури та методи нагляду були запроваджені разом із покращенням результатів здоров'я. Формування культури спілкування дошкільників потребує організації відповідної виховної роботи.

Проведені спостереження показали, що лише у незначній частині старших дошкільнят (27%) виявлялися самостійність. Однак переважає незалежність репродуктивного характеру, яка спостерігається у дітей старшого віку. Шляхом спостереження вдалося виділити групу дітей старшого дошкільного віку 22 %, у яких були присутні культурно-гігієнічні навички.

Уроки вчителя постійно пов'язані через один і той же процес. Це робить їх легкими для розуміння. Більшість людей не розуміють незалежні та активні зусилля як цілісні та впорядковані. Натомість вони сприймають ці зусилля як випадкові та непослідовні. Якщо систематизувати наші уявлення про здоровий спосіб життя, можна досягти більш ефективного стимулювання розвитку самостійності старших дошкільників.

Діагностичне дослідження формування уявлень про здоровий спосіб життя у дітей дошкільного віку вираховується за певними показниками і критеріями.

Остаточна оцінка запитання розмови визначається кількома критеріями. До них відноситься загальна повнота і усвідомленість відповіді,

що підвищує шанси на отримання максимальної кількості балів. Низький бал отримують відповіді, які вважаються неповними або невідомими, тоді як високий бал надають повним або обізнаним відповідям.

Далі оцінюються відповіді за чотирма критеріями: послідовність усвідомлення, системність мислення та застосування знань, узагальненість відповіді. Нарешті, діагностичні завдання, які виконуються під час бесіди, вносять свій внесок у загальний бал. У дошкільників на основі особистої оцінки сформовано 3 рівні уявлень про здоров'я та здоровий спосіб життя. Ці рівні, виходячи з критеріїв і показників, визначаються індивідуальним діагнозом.

Перший рівень – діти, які мають від 24 до 30 балів; вважається, що він веде «нормальний» спосіб життя без ознак захворювання. Другий рівень – для дітей від 31 до 45 балів; вони вважаються такими, що ведуть «здоровий спосіб життя», який включає діяльність, яка зміцнює та підтримує здоров'я. Нарешті, третій рівень для дітей з 46 до 60 балів. Кажуть, що ця група має «глибоко здоровий спосіб життя», де вживаються заходи для запобігання захворюванням.

Діти сприймають збереження свого здоров'я як необхідність для подальшого зростання та зміцнення. Дошкільники розуміють поняття свого здоров'я та охорони здоров'я. Це стосується загального стану їхнього самопочуття.

Малюки ще не мають належного розуміння причин захворювань, які намагаються вилікувати шляхом профілактики, про важливість культурно-гігієнічних прийомів і харчування, самовдосконалення з питань фізичної культури та загартовування, а також інші суміжні теми. Діти дошкільного віку розуміють, що здоров'я залежить від способу життя.

Отже, нездорові рішення негативно впливають на їхнє здоров'я та якість життя. Діти усвідомлюють значення природи для їх здоров'я,

спостерігаючи за станом навколишнього середовища, сутність різних видів діяльності, предметів та явищ.

Дошкільнята розуміють, що для збереження здоров'я необхідний здоровий спосіб життя. Однак вони не усвідомлюють, що погане здоров'я є результатом вибору способу життя. Розуміння значення природи для зміцнення здоров'я залежить від стану навколишнього середовища.

Діти можуть сприймати основну природу різних людських зусиль і неживих об'єктів навколо них. Для формування здорового способу життя їм необхідно розуміти як природні, так і соціальні явища.

Здоровий спосіб життя і здоров'я не важливі для дошкільнят, коли вони розглядають реальність людини. 37% дітей зафіксували цей рівень у категорії «природне та соціальне середовище». Аналіз результатів експерименту з виявлення здорових звичок виявив високий ступінь сформованості уявлень про здоров'я. Старші дошкільнята зазвичай мають низьку планку здоров'я через навколишнє середовище.

Розкриття теорій для дошкільнят про зв'язок між навколишнім середовищем і здоров'ям має бути включено в останній розділ звіту. Здоровий спосіб життя вимагає екологічного та соціального середовища з обмеженими елементами. Зараз дуже мало дітей мають ці захворювання. Результати експерименту, які розкривають інформацію про суб'єкта, підтверджені як точні. Усвідомлюючи проблему створення ідей здорового способу життя для маленьких дітей, батьки і вчителі знайшли рішення.

Зв'язок із дітьми та їхніми родинами на самому початку має вирішальне значення для успіху цього починання. Батьки та вчителі поділяють почуття довіри та співпраці. Важливо збирати дані про розумовий розвиток дітей шляхом вивчення та презентацій їхніх вихователів і вчителів.

Навчальні заходи, які проводяться в ЗДО, передбачають бесіди, консультації та збір інформації. Цей процес у виховній формі розкриває

поточний стан між здоров'ям людини та навколишнім середовищем, а також важливість природи для загального здоров'я.

Відсутність розуміння зв'язку між навколишнім середовищем і здоров'ям пояснюється поганою роботою. Сформований у ЗДО здоровий спосіб життя підтримується залученням дітей до занять фізичною культурою. У культурних практиках часто спостерігається недостатнє використання екологічних, соціальних і біологічних знань. Здоровий спосіб життя, у який діти починають вірити, формується різними складовими. Ми віримо, що навчання дітей про людське тіло створює уявлення про здоров'я.

Крім того, ми вважаємо, що формування уявлень про здорові методи збереження та відтворення допомагає дітям підготуватися до дорослого життя. Розуміння впливу оточення на загальний стан здоров'я. Це стосується і дошкільнят. Залучення дітей до світу природи через включення екологічних і соціальних взаємодій, регулярна участь в організованих заходах допомагає дітям зрозуміти важливість здорового способу життя та творчих ідей. Ідеї про здоровий спосіб життя втілюються в життя.

При створенні здоров'язберігаючого середовища важливо розуміти спосіб життя і здоров'я вихованців дошкільного закладу. Це перевірка їх трудових звичок, загального стану здоров'я, робота з оздоровлення та розвитку, відповідність фізичним показникам, використання педагогічних технологій оздоровлення, дотримання режиму академічного відпочинку, організація оздоровлення та соціального захисту.

Серед інших завдань – санітарно-гігієнічна робота, формування психологічного мікроклімату та формування здорового способу життя, дотримання режиму роботи школи, забезпечення здоров'я учнів та організація педагогічних прийомів для підвищення рівня фізичної підготовки дітей.

Ми вважаємо, що культура навчального закладу має бути в здоровому балансі. Це стосується якості матеріалів і житлових приміщень, а також співпраці між вчителями, батьками та дошкільнятами.

2.3. Аналіз результатів проведеної експериментальної роботи

Метою наших методик є формування у старших дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя.

Цілі досягаються шляхом організації наступних заходів:

1. Методична організація системи навчальних програм з формування уявлень про здоровий спосіб життя у дітей старшого дошкільного віку. Його основу становить поєднання біологічної, соціальної та екологічної складових.

2. Організувати цикл діалогів, дослідів, спостережень, екскурсій, ігор, проблемних ситуацій для формування та закріплення уявлення про здоровий спосіб життя.

3. Організувати методичну роботу з педагогами та батьками.

Головна особливість технології полягає в тому, що вона використовує поняття врахування таких факторів, як соціальні та екологічні проблеми навколишнього середовища, які впливають на добробут людини. Творець використав цю ідею для відбору біологічних, соціальних та екологічних уявлень старших дошкільнят про здоровий спосіб життя.

Це призвело до створення технологічного контенту, зосередженого на деяких соціальних і екологічних проблемах, які впливають на здоров'я та спосіб життя. Це включає шкідливий вплив фабрик, автотранспорту, промислових сміттєвих звалищ та інших джерел на добробут людини. Це доступно старшим дошкільнятам завдяки їхньому віку та розумовому розвитку.

Формування уявлень про здоровий спосіб життя починається з розуміння термінів «здоров'я» і «спосіб життя людини». Це веде до розуміння того, що для підтримки доброго здоров'я необхідні екологічні фактори, такі як чисте повітря, сонячне світло та вода. Пізніше формування уявлень про здоровий спосіб життя передбачає знання того, що такий спосіб життя може призвести до довгострокового здоров'я та сили. Це тому, що це забезпечує стабільну основу для того, ким ми є і як ми живемо.

Досягнення цієї мети значною мірою залежить від ефективного спілкування вчителів і батьків з дитиною. Більшу частину часу діти проводять у дошкільному закладі. Тут організація та виконання спільної роботи між сім'єю та закладом може сприяти формуванню здорового способу життя. Це досягається не лише шляхом цілеспрямованих зусиль на рівні ЗДО, а й через спонтанну взаємодію з ширшим соціальним і природним середовищем.

Дошкільні програми можуть сприяти досягненню дітьми здорового способу життя шляхом створення нових уявлень про спосіб життя шляхом цілеспрямованого впливу на систему освіти, а також природного впливу на спосіб життя дітей.

Наша технологія розроблена на основі цих рекомендацій:

- дошкільнятам потрібна інформація, заснована на реальних наукових фактах;
- діти дошкільного віку потребують доступної наукової інформації, логічно оформленої з чітким усвідомленням мети. Застосування яскравих деталей, прикладів і навчального матеріалу, використання художнього слова і фрази робить матеріал цікавішим для дітей.
- додавання художнього слова та афоризмів відомих людей посилює суспільний інтерес. Цікавість до світу, до народних прислів'їв і приказок підвищує виховну ефективність. Класи слідує за певним

прогресом, який формує досвід і освітні цілі. Особистість вимагає діяльності.

- у рамках суб'єкт-суб'єктної моделі існує самостійна та регульована діяльність між дитиною та її вчителем або дитиною та її батьком.

Розуміння молодших дітей правильного вибору способу життя враховується при створенні педагогічного мистецтва. У старшому віці діти дошкільного віку використовують свої когнітивні здібності для створення ідей.

Педагогічне дослідження було спрямоване на формування у дітей позитивних уявлень про здоровий спосіб життя. Діти дошкільного віку потребують комплексних освітніх методів для формування здорового способу життя та узгодження зв'язку між здоровим способом життя та навколишнім середовищем та соціальними умовами. Це стосується їхньої розробки матеріалів, які містять зміст, а також методи, за допомогою яких вони представлені.

Дозволяє процесу формування бути ефективним за певних необхідних умов, включає різні методи виховання і навчання - це система праці, яку називають здоровим способом життя, формується взаємодією соціальної, екологічної та біологічної складових. Вікове сприйняття і мислення дітей молодшого дошкільного віку, їх здатність до узагальнення і систематизації отриманих уявлень, усвідомлення цілеспрямованості у формуванні уявлень – все це аспекти, що обумовлюють уявлення про здоровий спосіб життя.

Дошкільники застосовували різноманітні методи праці у своєму способі життя. Ці заняття навчали дітей основним системам і органам організму, а також зв'язку між здоров'ям їхнього соціального та природного оточення та свого тіла. Це допомогло дітям дошкільного віку краще зрозуміти своє здоров'я, що призвело до того, що вони відчули більше миру з навколишнім світом, розуміння себе і світу через пізнавальні потреби.

Необхідну інформацію про організм дошкільники отримували на заняттях, де використовувалися декілька методів. Ці техніки включали ігри, проекти, пісні, мистецтво та ремесла, наукові експерименти, ляльки тощо.

Ці уроки допомогли дітям розвинути уявлення про здоровий спосіб життя та закріпити вивчені поняття. Також ці заходи допомогли дітям дізнатися про те, як навколишнє середовище впливає на їхнє здоров'я та як здоров'я інших людей впливає на природне середовище.

Такі заняття, як еколого-пізнавальні, покликані донести до дітей інформацію про здоровий спосіб життя. Ця інформація збирається шляхом спостережень, бесід, ігор, прогулянок і проблемних ситуацій. Крім того, дітям надавали достовірну, доступну, цікаву та наочну інформацію, яка була системною та застосовною до їхнього життя, пізнати себе як природну частину через самопізнання.

Ми вважали, що ця методологія допоможе учням досягти розуміння. Дошкільнята повинні розуміти, що на їхній вибір у майбутньому впливатимуть уявлення про здоровий спосіб життя. Це тому, що генерування цих ідей призводить до розвитку у них почуття самовизначення.

Зрештою, пізнавальний розвиток має відповідати освітнім рекомендаціям. Саме тому вчителі повинні впроваджувати педагогічні принципи у свої уроки. Зокрема, це означає використання таких принципів, як конструктивна критика, щоб дати дітям краще зрозуміти навколишній світ.

Ми застосували науковий підхід до наших ідей, інтегрувавши екскурсії в наш процес. Наш перший крок полягав у дослідженні світу природи, що ми робили під час уроків як на вулиці, так і в приміщенні. Діти дізналися про бруд, вихлопні гази автомобілів та інші чинники навколишнього середовища завдяки нашій прозорій методиці. Уявлення про те, як автомобілі впливають

на природне середовище і людей, сформувалися в результаті забруднення рослин живоплотами, кущами і травою.

Крім виконання навчальної програми з фізичного виховання, регулярні прогулянки та екскурсії включали уроки екології та здоров'я. Ці уроки були зосереджені на важливості здорового способу життя, особливо серед дітей, які спостерігали за лижниками, бігунами чи іншими спортсменами.

Спостереження за рослинами та природний життєвий цикл протягом сезонів дає дітям можливість виконувати пов'язані зі здоров'ям дії, такі як фізичні вправи та дихальні техніки. Ці заходи допомагають вести здоровий спосіб життя, дізнаючись про користь природи для їхнього здоров'я. Ці переваги завдяки деяким рослинам, які мають протизапальні властивості або вітаміни, можуть допомогти підтримувати здоровий спосіб життя. Формування знань про здоровий спосіб життя у молодших дошкільнят через гру. Це відбувається через різні природні мотиви, такі як фізичні вправи та чисте повітря та вода. Крім того, діти старшого дошкільного віку використовують ці ідеї, граючи в багато ігор.

У дітей дошкільного віку закономірно формуються здорові уявлення через провідні види діяльності. Це тому, що це найпоширеніша діяльність для цієї вікової групи. Під час дошкільного дитинства діти навчаються та практикують нові навички, граючи в ігри, які навчають їх здоров'ю та здоровому способу життя.

Ці ігри допомагають їм опанувати інформацію, покращити моторику та розвинути загальні пізнавальні здібності. Вони грали в такі ігри, як «назви здорову їжу» з використанням м'яча та інші розваги. Уроки познайомили учнів із тваринами, казковими героями та навколишнім середовищем, яке негативно впливало на їхнє здоров'я та заважає вести нормальний спосіб життя.

Заклади освіти заохочують дослідження світу, включаючи заняття на такі теми, як систематизація, узагальнення та консолідація. Дослідження природи відбуваються шляхом довготривалих і короткочасних дослідів і спостережень. Крім того, садочки організують екскурсії для спостереження за природою та спілкування з людьми.

Вивчення впливу навколишнього природного та соціального середовища на здоров'я людини дозволило зрозуміти роль цих факторів у житті дітей. Це, у свою чергу, призвело до більш точного розуміння впливу цих факторів на природу — зокрема те, як діти спостерігали за цим, призвело до цього відкриття. Розуміння природи та впливу природного та соціального середовища сприяє пізнавальному розвитку дитини. Це тому, що діти займаються спостереженнями, гостротою розуму та висновками. Роблячи це, вони виявляють причину спостережуваного явища та роблять висновки щодо своїх ідей.

Щоб допомогти дітям зрозуміти важливість здорового способу життя, ми впровадили в систему навчання проблемно-орієнтовані методи навчання. Це постановка ситуативних завдань, використання питань для формування інтересів дитини та формування здоров'язбережувальних рішень через проблемні ситуації.

Це допомогло стимулювати пізнавальну діяльність, виховати здорове мислення та створити позитивний довгостроковий вплив на їхнє життя. Методичним підходом до ситуаційних завдань є створення ситуацій на основі концепцій здорового способу життя.

Цей метод спонукає дітей до самостійного створення сценаріїв, наприклад «Чим зайнятися на канікулах?». Це також заохочує їх відповідати на такі запитання, як «Чому собаки гавкають?» коли запитуєте про конкретний вибір, наприклад, вибір предмета або рішення, «Куди піти відпочити?».

Щоб зрозуміти плюси та мінуси різних ідей, викладачі та студенти збираються разом, щоб провести спільний аналіз та оцінку. Це було досягнуто шляхом обговорень у класі та різноманітних інших освітніх заходів, таких як прогулянки в лісі для сприяння екологічній обізнаності.

Крім того, на заняттях вчителі включали демонстрації прийомів дій та ілюстрації природних і суспільних явищ. За допомогою бесід дошкільники усвідомлювали переваги здорового способу життя, краще розуміли один одного, систематизували свої уявлення.

Молоді читачі починають розуміти здоров'я та благополуччя через такі історії, як дитяча фантастика.

У дошкільному віці бурхливо розвивається дитяча уява. Це особливо помітно під час перегляду творів мистецтва або під час ігор. Художні роботи дітей не тільки стимулюють їхню допитливість, уяву та творчі здібності, а й виховують та прищеплюють почуття стійкості у переконаннях. Художня творчість дітей не тільки відображає їхні інтереси, уяву та фантазії, а й виховує їх словами, прислів'ями, приказками та приказками мудрих людей.

Ці твори демонструють спосіб життя багатьох поколінь і узагальнюють життєвий досвід у всіх його аспектах. Спостереження людей щодо здорових звичок та інші важливі уроки допомагають їм створювати нові філософії. Ці фрази стають ще більш впливовими через їх відвертий характер. Постійна участь вчителя разом з дітьми в рутинних заходах, таких як гра, сприяє їхній спільній діяльності.

Методом закріплення та повторення дошкільники діляться відомою інформацією з дорослими, яким довіряють. Цей спосіб функціонує завдяки їх природному бажанню завоювати увагу оточуючих. Діти покладаються на такий підхід до навчання, який включає в себе обмін досвідом із близькими, розповідання історій про невідомих людей і пропонування рішень для їхнього листа. Завдяки аналізу педагогічної технології ми визнаємо, що

класифікація безлічі методів і форматів створює концепції здорового способу життя через суворий процес. У цьому процесі складаються реальні обставини, що сприяють формуванню уявлень про здоровий спосіб життя. Для того, щоб дослідити створення ідей здорового способу життя за допомогою педагогічної машини, нам потрібно розглянути багато методів і форматів. Це веде до формування на ранніх стадіях інтелектуального розвитку.

Формування уявлень про здоровий спосіб життя вимагає у старших дошкільників розуміння теми в такій послідовності: По-перше, вони повинні розуміти такі поняття, як «здоров'я» та «нормальне життя людини», далі вони повинні зрозуміти важливість здорового способу життя для збереження та зміцнення здоров'я. Цей процес здійснюється за допомогою освітніх технологій, які використовують спочатку роботу з дітьми, а потім взаємодію з широким загалом. Метою розділу під назвою «Я, моє тіло, моє здоров'я» є формування уявлень про здоров'я, зокрема, роздуми про те, як функціонує наше тіло та що означають наші органи чуття.

Заняття цього розділу були розроблені з урахуванням конкретних завдань. висувати ідеї щодо збереження здоров'я та пропонувати методи для цього:

- розглянути внутрішні та зовнішні відчуття тіла, серед інших тем;
- оцінка свого здоров'я та навколишнього середовища як частина постійного процесу догляду призводить до позитивних результатів функціонування; скласти уявлення про спосіб життя людини щодо важливості здоров'я.

Перший крок у навчальному процесі вимагає сприятливого середовища. Тому саме цей блок занять є життєво необхідним. Для розуміння людського організму та його здоров'я дошкільникам потрібні лише базові, елементарні знання. Ідея цього спочатку виникла на навчальних заняттях.

Потім вчителі представили цю інформацію через малюнки, розповіді та мистецькі проекти.

На першому занятті через «казку» учні дізналися про цінність здоров'я. Герой казки Гномик розповів їм про найбільшу таємницю людини: як жити здорово. У цьому класі також застосовувалися методи розповіді, які раніше не використовувалися — розповідання казки замість фактів. Гномик навчив їх розпізнавати нездоровий спосіб життя та як виглядає здоровий спосіб життя. Проаналізувавши перелік симптомів, вони визначили, які люди здорові. Після цього вони вивчали людське тіло на наступних уроках.

Люди унікальні, оскільки кожен з них володіє різними рисами. Людське тіло складається з багатьох частин, таких як руки, ноги, спина, голова, живіт і так далі. Те, як ці частини тіла функціонують, залежить від внутрішніх органів та інших частин тіла, які необхідно координувати. Кожен має дві руки, дві ноги і голову; проте деякі люди худі або товсті.

Такі життєво важливі органи, як серце, легені та шлунок, відіграють вирішальну роль у підтримці життя. Наші тіла ростуть, розвиваються і живуть завдяки синергії цих систем органів всередині нас. Ми дихаємо легенями, наше серце перекачує кров по венах, а шлунок розщеплює поживні речовини з їжі. Про причини хвороб дошкільнята дізналися під час бесід «звідки беруться хвороби», «як поводитись, коли хворієш». Вони також зрозуміли незмірну цінність хвороби через спілкування зі своїми опікунами.

Діти зібралися, щоб обговорити, як мікроби впливають на організм і через що люди хворіють. Дитина в кімнаті запитала: «Що ми можемо зробити для боротьби з мікробами?» Це сприяло творчому мисленню підлітків. Про те як необхідно правильно мити руки діти дізналися з бесіди з Гномом.

Потім він продемонстрував, як потрібно правильно мити руки одному з дітей-знавців. Потім ці діти пояснили, коли вони повинні мити руки.

Педагогічні ситуації, які спонукають дітей переживати та розуміти акт здорової соціальної поведінки, життєво важливі для закріплення отриманих ідей. Це пояснюється тим, що дітей вчать усвідомлювати важливість своїх дій як засобу демонстрації суспільно корисної поведінки. Їм також пропонується вирішити, як діяти в кожній конкретній ситуації.

У рамках свого навчання діти дошкільного віку вивчають багато частин тіла та їхнє значення для людини. Вони знайомляться з частинами тіла за допомогою ігор, наприклад «Хто швидше дострибне на одній нозі до стільця?» Це робиться для того, щоб вони зрозуміли важливість почуттів у житті та необхідність дбайливого ставлення до них.

Інші класи знайомили їх із системами слуху, зору, дихання. На цих заняттях вони дізнаються, що ці важливі органи чуття необхідні в повсякденному житті, і до них потрібно ставитися обережно. Яскравим прикладом є те, що стосується підшлункової залози. Завдяки вивченню зору птахів діти дізналися, що орли можуть бачити здобич з великої висоти. Вони також дізналися, що вночі ніхто не бачить краще, ніж сова. Діти знають, що їхні очі є найважливішою частиною їхнього тіла через багаторазовий досвід. Наприклад, дітей попросили закрити очі та визначити, чи є сліпота позитивною рисою.

Без використання зору стає важко, навіть неможливо помічати і розуміти речі. Дітям кажуть, що райдужка — кольорове кільце навколо ока — змінює колір очей. Зіниця — це чорна точка посередині ока. Крім того, вони дізнаються, що в оці є райдужка і що райдужка дає нам різні кольори. Віії та брови служать для захисту очей. Це тому, що учень покладається на нас, щоб розкрити все навколо нього. Щоб подбати про зір та інші пов'язані з ним системи організму, дошкільнят навчали змивати сльози. Їх також навчали виконувати вправи для очей, наприклад гімнастику.

Про будову зору дошкільнята дізналися через конкурсну гру «Корисно-шкідливо». Ця гра навчила їх, які частини їхніх очей є корисними, а які заважають їхньому зору. Були показані фотографії, на яких зображені дії, які негативно впливають на здоров'я очей, наприклад лежання та споглядання поблизу. Як частину процедури очищення, видалення сміття з очей є корисним. Крім того, виконання діяльності при денному світлі допомагає зберегти зір.

Вивчаючи слухові сприйняття тварин і людини, наступне заняття ще більше стимулювало інтерес дітей дошкільного віку до свого предмету. Додавання мистецьких термінів до уроків сприяло розвитку їхньої творчості, водночас заохочуючи їх працювати більше. Дітям було запропоновано подумати, чому двоє людей не можуть зрозуміти один одного. Їх також попросили подумати, чому глуха людина не розуміє того, хто чує.

По-перше, їх заохочували досліджувати світ, прислухаючись до звуків навколо них. Потім їм наказали закрити вуха і помітити, що змінилося, коли вони не слухали. Слух необхідний для розуміння навколишнього світу. Тому діти мали можливість це відчутти, коли їх вперше попросили послухати, чи є навколо них звуки. Завдяки розвитку діти збільшили свій життєвий досвід.

Розуміння важливості слуху у тварин спонукало нас до вивчення органів слуху. Це змусило нас дізнатися про важливість слуху для життя тварин і про те, як вони захищаються від хижаків, уникаючи небезпеки. З іншого боку, вони використовують свій слух, щоб полювати на здобич, щоб вижити.

ВИСНОВКИ ДО 2 РОЗДІЛУ

Старші дошкільники можуть зрозуміти поняття здорового способу життя, коли результати експерименту доведуть ефективність включення соціальної, біологічної та екологічної інформації в їхні думки. Це змушує нас вважати, що уявлення про здоровий спосіб життя доступні всім віковим

групам. Екосоціальний фокус процесу дозволяє інтегрувати методи, форми та медіа з метою створення ідей про здоровий спосіб життя.

Це спонукає маленьких дітей по-іншому думати про те, як їхнє життя впливає на їхнє здоров'я, а також заохочує їх сприймати природний і соціальний світ як найважливіші компоненти людського існування. Працюючи як з природними, так і зі штучними елементами, ці процеси мислення стають легшими та наполегливішими.

Активна взаємодія ЗДО з сім'єю дала експериментальну технологію активного формування уявлень дітей про здоровий спосіб життя. Про це свідчить результативність роботи з батьками та педагогами, про що свідчить контрольний експеримент. Доведено, що уявлення дошкільнят про здоровий спосіб життя формуються шляхом експерименту з технологією.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Таким чином, у ході дослідження ми дійшли до наступних висновків.

У дослідженні проаналізовано формування уявлень старших дошкільників про здоровий спосіб життя. Це призвело до розробки висновків і створення рішень.

Отримані результати довели, що належна методологія веде до точних результатів. Це підтвердження призвело до створення нових теорій і методів. Ідеї здорового способу життя для дітей дошкільного віку повинні враховувати різні компоненти, що представляють їхні стосунки з навколишнім середовищем, а також етику, пов'язану з кожним вибором способу життя.

Розгляд цих концепцій допомагає цій молоді розвивати гармонійний зв'язок із зовнішнім світом. Крім того, вони повинні заохочувати проактивний підхід до підтримки доброго здоров'я.

У ході дослідження було встановлено, що на уявлення дошкільнят про здоровий спосіб життя значною мірою впливає те, як їхні вихователі включають у свої уроки екологічно-оздоровчі прогулянки, експерименти, спостереження в класі та вирішення проблем у класі. Це тому, що це дозволяє педагогам продемонструвати на конкретних прикладах, як здоровий спосіб життя впливає на здоров'я людини, і показує їм необхідність дбати про власне здоров'я. Уявлення дітей про зв'язок між здоров'ям і способом життя зміцнюються, коли вони стикаються з проблемами. При вирішенні цих проблем у дітей формується свідоме розуміння цього зв'язку, яке дає їм рішення для реалізації.

Щоб визначити розуміння дошкільником екобіосоціальних понять, необхідно оцінити його сформовані уявлення за такими показниками, як усвідомленість, узагальненість, організованість і завершеність. Недавнє наукове дослідження підтвердило ефективність інтеграції соціальної,

екологічної та біологічної складових в уявлення дошкільників про здоровий спосіб життя. Вихователі можуть використовувати педагогічну технологію цього дослідження для формування у дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя.

Незважаючи на те, що цей напрямок дослідження лише торкнувся поверхні проблеми формування у дітей дошкільного віку здорового способу життя, це була лише одна з багатьох спроб зрозуміти механізми та умови, які призводять до здоровішого способу життя. Результати цього дослідження є основою для додаткових досліджень на цю тему, які можуть глибше вивчити формування здорового способу життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Андрущенко Н. В. Виховання здоров'язберезувальної поведінки старших дошкільників у взаємодії дошкільних навчальних закладів і сім'ї. 13.00.07. Умань. 2017. <https://nauka.udpu.edu.ua>
2. Андрущенко Т. К. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку: канд. пед. наук: 13.00.08. Переяслав-Хмельницький, 2007. 268 с.
3. Бабюк Т.Й. Характеристика типів здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2011. Вип. 4. С. 17-25.
4. Беленька Г. Експериментально-дослідницька діяльність дітей у природі як технологія пізнавального розвитку. Вихователь-методист дошкільного закладу. 2012. No 11. С. 10-21.
5. Беленька Г. В. Здоров'я дитини - від родини. Київ: Наукова думка, 2006. 220·с.
6. Беленька Г.В. Підготовка вихователя до розвитку особистості дитини в дошкільному віці: монографія / Г.В. Беленька, О.Л. Богініч, З.Н. Борисова та ін. ; за заг. ред. І.І. Загарницької. Київ: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2009. 310 с.
7. Без природи життя неможливе. Дитячий садок. 2004. Липень, число 25-26. С. 6.-7.
8. Білецька Л. Здорова дитина: комплексне розв'язання проблем. Дошкільне виховання. 2002. No 8. С. 26-27.
9. Богініч О. Л. Оздоровчу ідеологію в життя малят. Дошкільне виховання. 2006. No 7. С. 7- 9.

10. Брехман И. И. Валеология - наука о здоровье / изд. 2-е, доп. и перераб. Х.: ФиС, 2007. 205 с.
11. Бутенко В.Г. Підготовка майбутніхвихователів до формування здоров'язберезувальної компетентності дошкільників засобами ігрової діяльності: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Суми, 2018. 23 с.
12. Васильева О. С. Валеология - актуальное направление современной психологии. Психологический вестник РГУ. Ростов н/Д, 1997. Вып. 3. С 420-429.
13. Волошина И. Н. Развитие здоровьесберегающего пространства дошкольного учреждения (методология, теория, практика : автореф. док. пед. наук. : спец. 13.00.01. Х., 2005. 45 с.
14. Волошина Л. Н., Кудаланова Л. П. Представления современного ребёнка-дошкольника о здоровье и здоровом образе жизни. Фундаментальные исследования. 2012. № 3-2. С. 269-272; URL: <http://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=29590> (дата звернення: 27.01.2020).
15. Гаврило О. Ігрові прийоми у процесі формування валеологічної компетентності дітей дошкільного віку. Психологопедагогічні проблеми сільської школи. 2013. Вип. 47. С. 69-73.
16. Гаращенко Л. В. Цінність здоров'я дітей дошкільного віку як чинник гуманного виховання. Педагогічний процес: теорія і практика. 2013. Вип. 2. С. 29-35.
17. Глазырина Л. Д., Черняков Л. И. Концептуальные основания модели формирования у детей старшего дошкольного возраста осознанного отношения к своему здоровью. URL: <http://elib.bspu.by/bitstream/doc/49129/1/%D0%93%D0%BB%D0%B0%D0%B7>

%D1%8B%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0%20%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%86%D0%B5%D0%BF%D1%82.pdf

18. Гогоберидзе А. Г. Предшкольное образование: некоторые итоги размышлений (Концепция образования детей старшего дошкольного возраста). Основы педагогического менеджмента. 2006. No 1. С. 13-15.
19. Гриценко В., Белов В., Котова А., Пустовойт О. Здоров'я людини як багатоаспектна проблема. Вісник НАН України. 2006. No 6. С. 51-57.
20. Грушко В. С. Основы здорового способу життя: навч. посіб. із курсу «Валеологія». Тернопіль: Ватра, 1999. 365 с.
21. Гударёва О. В. Психологические особенности сюжетно-ролевой игры современных дошкольников: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.13. Москва, 2005. 17 с.
22. Державний Базовий компонент дошкільної освіти в Україні (нова редакція): URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennyabazovogo-komponenta-doshkilnoyi-osviti-derzhavnogo-standartu-doshkilnoyi-osviti-nova-redakciya>
23. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. Москва: Педагогическое общество России, 2006. 98 с.
24. Дитина. Освітня програма для дітей від двох до семи років / наук. кер. проекту В. О. Огневюк; автор. кол.: Г. В. Беленька та ін.; наук. ред. Г. В. Беленька, М. А. Машовець; Мін. осв. і науки України, Київ. ун-т ім. Б. Грінченка. Київ: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2016. 304 с.
25. Замрозевич-Шадріна С. Проблеми збереження та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку. Обрії. 2014. Вип. No2 (39). С.12-14.
26. Здоровье молодежи - забота общества: доклад Исследовательской группы ВОЗ по проблемам молодежи в светестратегии достижения здоровья для всех к 2000 году. Женева: ВОЗ, 1987. 128 с. URL: <https://apps.who.int/iris>

27. Змановский Ю. Ф. Воспитание здорового ребенка: физиологический аспект. Москва, 1987. С. 5.
28. Іванашко О. Є. Психологічний аналіз усвідомлення здорового способу життя дітьми дошкільного віку : автореф. дис... канд.псих. наук: 19.00.07; Рівненський державний гуманітарний інститут. Рівне, 2001. 20 ·с.
29. Іващук Л. Ю. Сучасні концептуальні чинники інтегральної характеристики здоров'я особистості і суспільства. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. С. 33-40.
30. Изуткин Д. А., Степанов А. Д. Критерии здорового образа жизни и предпосылки его формирования. Советское здравоохранение. 1981. №5. С. 24-32.
31. Калуська Л. В. Бережи здоров'я змалку: авторська програма. Харків: Ранок-НТ, 2007. 96 с.
32. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві) : навч. посіб. для вищ. навч. закладів. Київ: Освіта, 1998. 255 ·с.
33. Костинецька Д. Д. Розкажу малятам як здоровим стати. Дошкільний навчальний заклад. 2007. №6. С. 3.
34. Красоткіна Н. Р. Здоров'я дитини - це щастя. Розкажіть онуку. №3. 2003. С
35. Кротова В. Ю. Педагогические условия формирования здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста: автореф. 13.00.01. Воронеж, 2018. 24 с.
36. Кудикіна Н. В. Теорія ігрової діяльності дітей: моногр. Київ: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2012. 235 с.

37. Лазурский А. Ф. Классификация личностей. Ленинград: Госиздат, 1924. 288 с.
38. Латыговская О. Диагностика культуры здоровья детей младшего дошкольного возраста. Пралеска. 2017. Вып. 5. С. 8-14.
39. Лисицын Ю. П. Образ жизни и здоровье населения. Москва: Медицина, 1982. 40 с.
40. Лісневська Н. В. Педагогічні умови створення здоров'язберігаючого середовища в дошкільному навчальному закладі: канд. пед. наук; спец. 13.00.08; дошкільна педагогіка. Київ, 2016. 345 с.
41. Лисицын Ю. П., Полунина Н. В. Здоровый образ жизни ребенка. Москва: Изд-во «Знание» РСФСР, 1984. 40 с.
42. Лист МОН від 02.09.2016 № 1/9-456 «Щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах» Офіційний сайт. URL: <https://mon.gov.ua/ua>
43. Лохвицька Л. В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку «Про себе треба знати, про себе треба дбати». Тернопіль: Мандрівець, 2014. 120 с.
44. Лохвицька Л. Психолого-педагогічні засади формування основ здоров'язберезувальної життєдіяльності у дітей дошкільного віку. Формування відповідального ставлення до здоров'я підростаючої особистості: кол. монографія / В. М. Оржеховська (кер. авт. кол. і наук. ред.) та ін. Київ : Міленіум, 2018. С. 151-192.
45. Матвієнко С. І. Методика формування у дошкільників соціальної компетентності: навч. посіб. Ніжин: Вид-во НДУ імені М. Гоголя, 2012. 106 с.
46. Матвієнко С. І. Формування у дітей старшого дошкільного віку основ здорового способу життя засобами ігрових технологій. Інноваційні технології

в дошкільній освіті. Збірник абстрактів Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, м. Переяслав-Хмельницький, 28-29 березня 2018 р. / за заг. ред. Л. О. Калмикової, Н. В. Гавриш. Переяслав-Хмельницький: ДВНЗ

«Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 2018. С. 88-90.

47. Мясищев В. Н. Психология отношений: избранные психологические труды / под ред. А.А. Бодалева. Москва: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1995. 356 с. (Серия «Психологи Отечества»).

48. Нестеренко В.В. Проблема виховання у дошкільників навичок здорового способу життя. Наука і освіта. №9. 2015. С. 138-143.

49. Открытая концепция здоровья / Ю.Г. Антомонов, В.М. Белов, В.И. Гриценко, А.Б. Котова и др. Киев, 1993. НАН Украины. Институт кибернетики им. В.М. Глушкова. 27 с.

50. Ошкина А. А. Формирование основ здорового образа жизни у старших дошкольников. автореф. 13.00.07. Санкт-Петербург, 2009. 26 с.

51. Печка Л. Є. Сучасний стан формування у дітей 6-7 року життя основ ціннісного ставлення до власного здоров'я. Scienceand Education a New Dimension. Pedagogyand Psychology, V (53), Issue: 114, 2017. С. 44-49. URL: www.seanewdim.com

52. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Академвидав, 2006. 456 с.

53. Розвивальні прогулянки в ЗДО / уклад. Ю. М. Черкасова. Харків : Вид. група «Основа», 2011. 223 с.

54. Семчинская Е.И. Оздоровление как проблема управления здоровьем. Кибернетика и вычислительная техника. 2009. Вып. 156. С.10-18.

55. Система профілактично-оздоровчих заходів з підготовки дітей старшого дошкільного віку до навчання у загальноосвітніх навчальних закладах : Методичні рекомендації МОЗ України (62.13/154.13): URL: <http://osvita.kr-admin.gov.ua>
56. Тихомирова О. Б. Формирование валеологической культуры детей старшего дошкольного возраста: авторефдис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Саранск, 2004. 24 с.
57. Токаева Т. Э. Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3-7 лет. ФГОС. Москва: ТЦ Сфера, 2016. 112с.
58. Толстова С. Ю. Валеологическое сопровождение воспитательного процесса в дошкольном образовательном учреждении: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.07. Шуя, 2000. 22 с.
59. Український педагогічний словник / за ред. С. Гончаренка. Київ: Вид-во Либідь, 1997. 373 с.
60. Федько О. Здоровий спосіб життя як цінність: проблеми формування. Наукові записки ІПіЕНД ім. І. Ф. Кураса НАН України. Вип. 43. С. 369-379.
61. Філософський енциклопедичний словник /за ред. В. І. Шинкарука. Київ: Вид-во Інститут філософії імені Г. Сковороди НАН України, 2002. 42 с.
62. Щербань П. Застосування ігрових технологій в освіті: історія і перспективи. Витоки педагогічної майстерності. 2014. Випуск 13. С ·286-291.
63. Эльконин Д. Б. Психология игры в дошкольном возрасте. Вопросы психологии ребенка в дошкольном возрасте. МоскваЛенинград, 1948. С.6-33.
64. Юрочкіна С. О. Педагогічні засади валеологічного виховання дітей старшого дошкільного віку: дис ... канд. пед. наук: 13.00.01; Інститут проблем виховання АПН України. Київ, 1997. 203 с.