
ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ: ПРЕВЕНТИВНИЙ АСПЕКТ

Калічак Ю. Л.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-497-9-27>

Вступ

Сукупність знань про основні цінності здорового способу життя, шанобливе ставлення до нього, осмислена здоров'язбережувальна поведінка є складовими культури здоров'я і водночас найсуттєвішими критеріями повноцінної реалізації життєвих цілей кожної людини. Усвідомлення проблеми формування культури здоров'я є одним із пріоритетних завдань соціальних інститутів, актуалізує необхідність теоретичного та практичного його опрацювання, потребу проведення наукових досліджень, пошук новітніх організаційних та методичних шляхів збереження та зміцнення здоров'я людини.

Категорія «культура здоров'я» є ключовою у низці численних державних документів, наприклад, Закони України «Про дошкільну освіту», «Про фізичну культуру», а також «Національна доктрина розвитку освіти», «Базовий компонент дошкільної освіти» тощо¹.

Нормативно-правова база регламентує «культуру здоров'я» як цільовий напрям в освітніх та оздоровчих програмах для дітей дошкільного віку в контексті необхідності професійної підготовки «фахівців з культури здоров'я» та створення різноманітних закладів освіти, котрі б сприяли здоров'ю наймолодшого покоління.

Останнім часом охорона і зміцнення здоров'я стали предметом постійної уваги з боку держави та громадськості. Надмірне навчальне навантаження провокує погіршення стану здоров'я дошкільників. Серед найбільш розповсюджених захворювань можна констатувати такі: порушення опорно-рухового апарату, хвороби нервової системи, різного роду алергії, морфо-функціональні патології, хронічні захворювання тощо².

¹ Хомин О., Калічак Ю. Законодавче забезпечення дошкільної освіти. *Сучасні тенденції створення здоров'язбережувального середовища у закладах освіти* : збірник наукових праць / ред. кол. Ю. Калічак (головний редактор) та ін. Дрогобич : РВВ ДДПУ ім. І. Франка, 2024. С. 119–126.

² Kalichak U., Kalichak Yu. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. *Human health:*

До найбільш розповсюджених причин негативних тенденцій погіршення динаміки стану здоров'я дітей дошкільного віку можна зарахувати недостатню матеріально-технічну базу закладів дошкільної освіти, котра провокує недотримання санітарно-гігієнічних норм організації процесу едукції. Низький рівень економічного стану, безвідповідальне ставлення до здоров'я з боку батьків вказують на необхідність вирішення проблеми виховання культури здоров'я у дітей.

Система фізичного виховання у ЗДО не в змозі забезпечити належний рівень рухової активності кожного дошкільника, не спроможна врахувати всі особливості його розвитку, його інтереси і потреби. Цінності здорового способу життя подекуди носять формальний характер, використовуючи традиційні засоби: різні заходи в режимі дня, заняття з фізичної культури, спортивні змагання тощо. Все перелічене не здатне принципово змінити ситуацію. У багатьох дитячих садках здоров'я вихованців перестало бути цільовим результатом здійснення педагогічного процесу. Культура здоров'я доволі рідко сприймається як цінність свідомості, відсутня сформована звичка дотримання принципів здорового способу життя. Культура шанобливого ставлення до власного здоров'я, мотивація та опановані вміння самостійно піклуватися про нього у багатьох дошкільників залишаються на досить низькому рівні. Проблема виховання здорового покоління давно стала не лише медичною, але й питанням національної безпеки, котре можна вирішити також і педагогічними засобами³.

Представники психолого-педагогічної науки, котрі досліджували проблеми виховання культури дітей (Л. С. Виготський, А. С. Макаренко, М. І. Пирогов, В. О. Сухомлинський та інші) доклали чимало зусиль задля доведення розуміння здоров'я особистості як базової цінності та педагогічного пріоритету. У працях сучасних дослідників (Т. К. Андрищенко, О. Л. Богініч, Г. В. Беленька, Е. С. Вільчковський, Н. Г. Денисенко, О. Д. Дубогай, М. М. Єфименко, Л. Ю. Лохвицька, М. А. Машовець) досліджуються важливі складові проблеми формування здоров'я у дітей старшого дошкільного віку: отримання елементарних знань про здоров'я, формування ціннісного ставлення до власного здоров'я, особливості піклування про фізичне здоров'я, забезпечення дотримання принципів здорового способу життя, ціннісні аспекти культури⁴.

realities and prospects. Monographic series. Volume 3. Health and Nutrition, edited by Nadia Skotna. Drohobycz: Posvit, 2018. P. 204–214.

³ Калічак Ю. Л. Підготовка студентів до здоров'язбережувальної діяльності в процесі вивчення курсу «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку». *Педагогічні науки: теорія та практика*, 2022. № 2 (42) С. 38–43.

⁴ Калічак Ю. Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності вихователів внаслідок вивчення курсу «Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей дошкільного віку». *Наукові інновації та передові технології*. 2022. № 1(3). С. 234–243.

1. Основні складові категорії «культура здоров'я»

У дошкільному дитинстві формуються фундаментальні основи загальної культури особистості, важливим компонентом якої вважаємо культуру здоров'я. Складна суспільно-політична та соціально-економічна ситуація в державі очікує від педагога формування абсолютно нового рівня професіоналізму як фахівця із розвитку дитини, пошуку нових інноваційних поглядів на проблему здоров'я та рішучих практичних дій, котрі сприятимуть побудові міцного фундаменту здоров'я дитини дошкільного віку.

Загальновідомо, «що культура здоров'я є важливою складовою частиною загальної культури особистості, котра супроводжує повсякденне життя. Заклади освіти та сім'я сприяють її цілеспрямованому формуванню у соціумі»⁵.

Задля формування культури здоров'я особистості необхідно обов'язково враховувати такі її важливі «складові: усвідомлення здоров'я як цінності, розуміння необхідності особистих зусиль для його збереження, формування та вдосконалення; формування наукового розуміння сутності здорового способу життя, набуття знань, умінь і навичок в цій сфері; створення регулятивної системи у вигляді нових ідеалів і «моди» на здоровий спосіб життя, вироблення особистої відповідальності індивіда і суспільства за збереження здоров'я; вільна творча діяльність щодо формування та вдосконалення особистого здорового способу життя»⁶.

Здатність керувати власним організмом є, на нашу думку, першоосновою формування культури здоров'я, адже культура особистості передбачає спроможність до саморозвитку, а здоров'я зумовлює здатність організму до самозбереження і саморегуляції. Відтак для наймолодшого покоління вважаємо виховання культури здоров'я концептуальною складовою процесу едукації в умовах закладу дошкільної освіти. Її ефективність визначається, на наш погляд, критерієм сформованості культури здоров'я особистості в цілому. Практичний «досвід самоуправління здоров'ям є тим ресурсом, котрий передбачає ставлення до шкідливих звичок і включеність її в активну творчу діяльність, що дорівнює умінню управляти ресурсами свого здоров'я для досягнення високих результатів»⁷.

⁵ Денисенко Н. Ф. Витоки здоров'я дитини: навчально-методичний посібник. Тернопіль, 2010. 160 с.

⁶ Kalichak Yu. L. Training preschool teachers in fundamentals of ecology and valeology. Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. str. 614–647.

⁷ Kalichak Yu. The theoretical aspects of formation of the healthy way of life of preschool age children. Ecology and human health. Edited by Andrzej Krynski, Georges Kamtoh Tebug, Svitlana Voloshanska. Czestochowa: Educator, 2018. P. 201–213.

Вирішенням завдань поліпшення здоров'я займаються різні «науки та їх галузі: гігієна (вивчає вплив факторів зовнішнього середовища на організм); санологія (вчення про методи і засоби боротьби з хворобою і відновлення здоров'я); лікувальна педагогіка (розробляє засоби й методи корекції фізичних і психічних відхилень у розвитку дітей); валеологія (наука про закономірності й механізми формування і зміцнення здоров'я); педагогіка здоров'я (наука про формування потребуючомотиваційної сфери особистості для побудови особистої стратегії здоров'ятворення)»⁸.

На сьогодні в психолого-педагогічній літературі можна спостерігати низку термінів, котрі віддзеркалюють активний характер багатьох процесів, котрі позначаються, як: здоров'ятворча, здоров'язберігаюча, здоров'язбережувальна освіта. Зазначені категорії концентрують увагу на збереженні вже існуючого. Надзвичайно розповсюдженим у системі освіти останнім часом стало поняття здоров'язбережувальні освітні технології. Їх імплементація чи застосування сприятиме переходу здоров'я у край необхідні складові якості освіти. Однак, лише одними освітніми технологіями для вирішення проблеми здоров'я дошкільників не можливо обійтися, бо вони спрямовані тільки на збереження, поліпшення здоров'я та формування уявлення про здоровий спосіб життя. Важливим і одночасно складним є процес виховання культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку⁹.

Формування культури здоров'я як цілеспрямованого педагогічного виховання розкрито в роботах окремих дослідників, котрі переконані, що «формування культури здоров'я – це цілеспрямований процес створення у свідомості моделі здорового способу життя, прищеплення культурних норм і зразків в сфері здоров'я, вивчення наукової літератури по здоров'я, формування традицій і звичаїв у середовищі і активна здоров'ятворча діяльність зі створення індивідуального стилю здорового життя»¹⁰.

Окремі дослідники дотримуються думки про «неможливість навчити культурі здоров'я, наполягаючи на потребі лише виховати, прищепивши потребу в освіті. Не можна змусити дошкільника піклуватися про своє

⁸ Kalichak Yu. Health-Protecting Psychologically Safe Developmental Environment of a Preschool Educational Institution. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 4. Health and Biosensors. Edited By Nadiya Skotna, Svitlana Voloshanska, Taras Kavetsky, Oleh Smutok, Mykhailo Gonchar. Drohobycz : Posvit, 2019. P. 230–237.

⁹ Там само.

¹⁰ Кошель А.П. Формування культури здоров'я майбутнього вихователя дошкільного освітнього закладу в процесі професійної підготовки : дис. ... кандидата пед. наук : 13.00.04 Глухів, 2015. 226 с.

здоров'я, проте можна виховати, сформувати цю потребу»¹¹. Натомість «активізація самосвідомості дітей старшого дошкільного віку, котра вимагає обов'язкової наявності цілей і мотивів, спонукатиме до прояву культури здоров'я у щоденному житті»¹².

Валеологічна самосвідомість орієнтована на ціннісно-сміслові основи здорового способу життя, «формування внутрішньої валеологічної позиції у сфері збереження і зміцнення здоров'я і є стрункою системою уявлень особистості про саму себе як біосоціальну істоту, котра передбачає усвідомлення себе повноцінним суб'єктом валеологічної діяльності, сформовані переконання в цінності здоров'я (власного і навколишніх), абсолютно адекватну самооцінку на різних рівнях (психологічному, фізіологічному і соціальному), а також індивідуальну модель здоров'я у формі ідеального «Образу Я»»¹³.

Отже, важливим критерієм формування культури здоров'я дошкільників вважаємо наявність сприятливих умов розвитку самосвідомості дітей, котрі б спрямовувалися передусім на ціннісне ставлення до здоров'я та здоров'я оточення. Процес виховання культури здоров'я дошкільників можна трактувати, «як процес суб'єкт-суб'єктної взаємодії вихователя й вихованців, при якому вихователь створює умови для повноцінного фізичного, психічного, духовно-морального, соціального розвитку дітей і формування усвідомленого ціннісного ставлення підростаючого покоління до власного здоров'я та здоров'я оточуючих»¹⁴.

2. Здоров'язбережувальне середовище в умовах закладу дошкільної освіти

При створенні здоров'язбережувального середовища у ЗДО увага сконцентровується на тому, що здоров'я треба не лише відновлювати, але й змалку виховувати в кожній людині усталені звички й потребу здорового способу життя.

Стратегічними завданнями сучасної української дошкільної освіти, котрі чітко виписані у Законі України «Про дошкільну освіту», Національній доктрині розвитку освіти України у XXI столітті,

¹¹ Kalichak Yu. Health-Protecting Psychologically Safe Developmental Environment of a Preschool Educational Institution. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 4. Health and Biosensors. Edited By Nadiya Skotna, Svitlana Voloshanska, Taras Kavetsky, Oleh Smutok, Mykhailo Gonchar. Drohobycz : Posvit, 2019. P. 230–237.

¹² Там само.

¹³ Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Валеологічні цінності як засіб формування здоров'язбережувальної компетентності вихователя. 2024. С. 74–75.

¹⁴ Там само.

зазначено не лише збереження й зміцнення здоров'я, але й активне формування основ здорового способу життя в малюків уже з раннього віку. Здійснення цих планів «передбачає впровадження в практичну роботу діяльності сучасного ЗДО здоров'язбережувальних технологій, які є важливою складовою здоров'язбережувального середовища на основі взаємозв'язку та взаємодії всіх факторів освітнього процесу, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я дошкільника на всіх етапах формування її компетентностей»¹⁵.

Детальний теоретичний аналіз психолого-педагогічної й фахової літератури наводить на думку про наявність певних «суперечностей між:

1) об'єктивними потребами суспільства у поліпшенні здоров'я дітей дошкільного віку та відсутністю необхідного систематичного забезпечення процесу створення здоров'язбережувального середовища в умовах сучасного освітнього процесу ЗДО;

2) зростаючим усвідомленням родини та держави у пріоритетності здоров'я для суб'єктів освітнього процесу ЗДО як стрижневого компонента особистості, що дозволяє забезпечити формування здорового наймолодшого покоління та недостатнім методичним забезпеченням педагогічних працівників процесу створення здоров'язбережувального середовища ЗДО;

3) прогресивними тенденціями збільшення розуміння батьками важливості дошкільної освіти в процесі збереження й зміцнення здоров'я дітей та відсутністю необхідної спрямованої діяльності фахівців дошкільної освіти щодо пошуку ефективних технологій»¹⁶.

Інтенсифікація життєдіяльності сучасного суспільства диктує нові вимоги щодо здоров'я громадян. Відчутно збільшується значущість здорового способу життя особистості в контексті формування культури здоров'я нації загалом. Результати різноманітних сучасних медичних та соціологічних досліджень демонструють стабільну тенденцію щодо погіршення стану здоров'я дітей. Їх основні причини: «несприятливі соціально-економічні, побутові умови; відсутність належних умов для активної рухової діяльності особистості як у сім'ї, так і в закладі дошкільної освіти; незбалансоване харчування, формалізований підхід до загартування; порушення норм фізичної та розумової працездатності;

¹⁵ Калічак Ю. Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей: тексти лекцій. Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. І. Франка, 2016. 128 с.

¹⁶ Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Реалізація здоров'язбережувальних технологій в умовах закладу дошкільної освіти. The 3th International scientific and practical conference "Theoretical aspects of education development" (January 24–27, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023. 347–351.

недотримання санітарно-гігієнічного, повітряного, світлового режимів організації життя дитини»¹⁷.

Існує також протиріччя між реальними потребами дітей та виховним інструментарієм, котрий застосовується в освітньому процесі. З метою його подолання створено новий напрям – «здоров'язбережувальна освіта, в основу якої покладено ідею пріоритетності здоров'я суб'єктів педагогічного процесу як стержневого компонента особистості, що дозволяє забезпечити оптимальну життєдіяльність педагога та вихованців. Здоров'я як основа життєдіяльності людини становить складний та багаторівневий феномен, що охоплює фізіологічний, психологічний, соціальний та педагогічний компоненти. Останній розуміємо як формування здорового способу життя особистості з раннього дитинства. Одним із напрямів вирішення цієї проблеми є створення здоров'язбережувального простору в закладі дошкільної освіти»¹⁸.

Категорію «здоров'язбережувальне середовище» трактують по-різному, а «саме: як сукупність управлінських, організаційних, освітніх умов, що спрямовані на збереження, формування та зміцнення всіх видів здоров'я дитини (фізичного, психічного, духовного та соціального); як сукупність соціально-гігієнічних, психолого-педагогічних умов і фізіологічних факторів, які сприяють реалізації адаптивних можливостей індивіда, збереженню та зміцненню фізичного та психічного здоров'я вихованців і гармонійному їх розвитку; як корекційно-розвивальний та реабілітаційний простір з використанням особистісно-орієнтованих технологій»¹⁹ [19; с. 10].

На думку О. Богиніч «здоров'язбережувальне середовище – це середовище, у якому дитині приємно й безпечно знаходитися, що стимулює її розвиток, забезпечує комфортні умови для формування здоров'я і є оптимальним для її зростання, воно передбачає використання різних засобів та методів виховного впливу на дітей з урахуванням їхніх потреб, інтересів, індивідуальних особливостей та потенціалу кожної дитини, з використанням особистісно-орієнтованого підходу»²⁰ [8; с. 193].

¹⁷ Кокун О. М. Психофізіологія. Київ: Центр навчальної літератури, 2006. 184 с. . Чернівці. Книги–XXI, 2013. 484 с.

¹⁸ Кошель А.П. Формування здорового способу життя майбутніх вихователів дітей дошкільного віку: методичний посібник. Чернівці, 2019. 188 с.

¹⁹ Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Реалізація здоров'язбережувальних технологій в умовах закладу дошкільної освіти. The 3th International scientific and practical conference “Theoretical aspects of education development” (January 24–27, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023. 347–351.

²⁰ Богиніч О. Л. Сутність здоров'язберігаючого середовища у життєдіяльності дітей дошкільного віку. *Вісник Прикарпатського університету. Педагогіка. Випуск XVII–XVIII.* Івано-Франківськ, 2008. С. 191–199.

У численних наукових публікаціях Т. Андрющенко знаходимо термін «здоров'язбережувальний освітній простір», котрий передбачає «психолого-педагогічні та оздоровчо-профілактичні умови для формування й зміцнення всіх компонентів їх здоров'я, повинен будуватися в атмосфері комфортного особистісного зростання кожної дитини, її розвитку та ефективної самореалізації»²¹ [19; с. 77].

Цю ж категорію ще визначають «як багаторівневу освітню систему й соціально організоване виховне середовище, у якому пріоритетами виступають здоровий спосіб життя, культура здоров'я, прогнозування здоров'язбережувальної діяльності. Змістовними компонентами здоров'язбережувального простору є соціальний, креативно-діяльнісний і реабілітаційний. Здоров'язбережувальний простір забезпечує усвідомлення його суб'єктами цінності здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, продуктивну активність усіх учасників простору щодо розвитку навичок культури здоров'я й духовно-етичного самовдосконалення»²².

Здоровий спосіб життя дошкільника, на наш погляд, повинен передбачати такі складові: «пріоритет здоров'я над іншими цінностями; здоров'я – найважливіша життєва цінність; валеологічний підхід; принцип здорового способу життя, дотримання режиму; педагогізація довкілля; принцип профілактики здоров'я дітей; принцип природовідповідності; різноманітність форм і методів валеологічного виховання; принцип саморегуляції; відмова від негативних впливів на здоров'я; принцип збережувальної та тренувальної технологій»²³.

З цією метою у здоров'язбережувальному просторі ЗДО визначено основні здоров'язбережувальні чинники: моніторинг позитивних і негативних зміни здоров'я; спроможність створення дієвої програми здоров'язбереження; організація здоров'язбережувального простору; опанування методиками профілактики й здоров'язбереження; засвоєння

²¹ Андрющенко Т. К. Аксиологічний аспект проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку. *Нова педагогічна думка*. Рівне. 2013. № 1. С. 78–81.

²² Лохвицька Л. В. Організація здоров'язберігального середовища в закладах дошкільної освіти. *Вісник Глухівського державного педагогічного університету*. Серія : Педагогічні науки. Випуск 16. Глухів, 2010. С. 124–127.

²³ Kalichak Yu. Health-Protecting Psychologically Safe Developmental Environment of a Preschool Educational Institution. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. *Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 4. Health and Biosensors*. Edited By Nadiya Skotna, Svitlana Voloshanska, Taras Kavetsky, Oleh Smutok, Mykhailo Gonchar. Drohobycz : Posvit, 2019. P. 230–237.

здоров'язбережувальних технологій; формування внутрішніх мотивів реалізації здоров'язбережувальної поведінки²⁴.

Під терміном «здоров'язбережувальні технології» ми розуміємо «сукупність наукових знань, засобів, методів і прийомів, що дозволяють оцінити функціональні та психофізіологічні параметри здоров'я індивіда; на основі оцінки параметрів здоров'я підібрати адекватне тренувальне навантаження, що дозволяє підвищити функціональні можливості організму з метою переходу його на новий рівень функціонування для збереження й зміцнення творчого потенціалу, підвищення рівня працездатності й соціальної активності, вирішення завдань фізичної підготовленості»²⁵.

Їх також поділяють «на: медико-гігієнічні технології; фізкультурно-оздоровлювальні технології; екологічні здоров'язбережувальні технології; технології забезпечення безпеки життєдіяльності; здоров'язбережувальні освітні технології»²⁶.

Основними критеріями добору здоров'язбережувальних технологій вважаємо такі: «програма діяльності ЗДО, пріоритетні освітні завдання, стан здоров'я вихованців, їхні інтереси та вподобання, урахування спрямованості засобів оздоровлення на вдосконалення основних показників фізичного розвитку дітей, кадровий потенціал, матеріально-технічне забезпечення, екологічні фактори, рівень співпраці з батьками вихованців, усвідомлення ними значущості роботи зі збереження та зміцнення здоров'я дітей, можливості ефективного здійснення моніторингу результативності технологій»²⁷.

В арсеналі сучасного ЗДО перебуває величезне розмаїття здоров'язбережувальних технологій (казкотерапія, стретчинг, фітбол-гімнастика, пальчикова гімнастика, психогімнастика, дихальна гімнастика, кінезорефлексотерапія, аромо– та фітотерапія, кисневі напої, кольоротерапія, різновиди масажу, ігровий тренінг тощо).

²⁴ Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Формування ціннісних орієнтацій здоров'язбереження дошкільників. Впровадження сучасних технологій в процесі забезпечення якісної підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти: збірник наукових праць / укладачі: Мисик О.С., Миськова Н.М., Онофрійчук Л.О., Пісоцька Л.С., Розгон В.В.; За заг. ред. проф. Зданевич Л.В. Хмельницький : ХГПА, 2024. С. 256–260.

²⁵ Сократова Н. В. Сучасні технології збереження і зміцнення здоров'я дітей: навчальний посібник. Київ : Просвіта, 2009. 345 с.

²⁶ Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Взаємодія закладу дошкільної освіти та сім'ї щодо валеологічного виховання дітей. Стратегічні пріоритети розвитку науки, освіти, технологій і суспільства: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Полтава, 9 листопада 2023 р.): у 2 ч. Полтава: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 18–20.

²⁷ Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Реалізація здоров'язбережувальних технологій в умовах закладу дошкільної освіти. The 3th International scientific and practical conference "Theoretical aspects of education development" (January 24–27, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023. 347–351.

Задля ефективного функціонування здоров'язбережувального середовища ЗДО потрібно дотримуватися таких «педагогічних умов: розробка та затвердження здоров'язбережувальної концепції; формулювання стратегічних цілей та завдань; здійснення діагностики та моніторингу стану здоров'я дітей; прилучення дітей до основ здорового способу життя; підвищення професійної компетентності педагогічного колективу в контексті здоров'язбережувальної діяльності; змістовна взаємодія всіх суб'єктів педагогічного процесу; визначення посадових обов'язків та відповідальності в реалізації програмних цілей»²⁸.

Основними показниками ефективності діяльності здоров'язбережувального середовища вважаються такі показники: «матеріально-технічна забезпеченість здоров'язбережувального простору; відповідність організації системи харчування чинним санітарним правилам та нормам; міжособистісні взаємини між суб'єктами педагогічного процесу; стан фізичного та психічного здоров'я дітей і вихователів; показники рухової підготовленості дітей, рівень професійної компетентності педагогів, цілісність оздоровлювальних впливів та стабільність результатів»²⁹.

Будь-які здоров'язбережувальні технології використовуються за логарифмами (моделями). Структура такої моделі «передбачає: генеральну мету роботи – забезпечення умов для впровадження технологій оздоровлення дітей; завдання – побудова структури оздоровлення дітей із застосуванням різних технологій у процесі організації фізичного виховання на засадах створення здоров'язбережувального середовища та диференційованого підходу; форми та засоби фізичного виховання дітей у ЗДО; комплекс оздоровчолікувальних заходів у роботі з дітьми; очікувані результати»³⁰.

Засобами формування свідомого ставлення до власного здоров'я є різні види діяльності: народні рухливі, дидактичні, сюжетно-рольові ігри, самостійна праця, пошукова самостійна діяльність дітей, постійний моніторинг стану здоров'я тощо. Оптимізацію цього процесу забезпечують «сучасні інноваційні педагогічні технології (гуманно

²⁸ Лохвицька Л. В., Андрищенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я: навчально-методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2007. 176 с.

²⁹ Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Передумови створення здоров'язбережувального середовища у закладі дошкільної освіти. Сучасні виклики та актуальні проблеми науки, освіти, технологій і суспільства: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Ізмаїл, 6 жовтня 2023 р.): у 2 ч. Ізмаїл: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 16–18.

³⁰ Денисенко Н. Ф. Витоки здоров'я дитини: навчально-методичний посібник. Тернопіль, 2010. 160 с.

орієнтована, педагогічної співпраці та вільного вибору), а також активні методи навчання та виховання дітей»³¹.

Загалом усі вони спрямовані на усвідомлення дитиною того, що зміцненню її здоров'я сприяють: заздалегідь спланована й детально продумана відповідна рухова діяльність; постійне перебування на свіжому повітрі, дотримання загартовувальних процедур та правил особистої гігієни, раціонального харчування, активний відпочинок, повноцінний сон; активне пізнання світу, вияв позитивних емоцій, доброзичливе ставлення до оточення, уміння вести спостереження та узагальнювати його результати; *шанобливе* ставлення до природи, людей, усього живого та неживого; доброзичливі стосунки з людьми; усвідомлення того, що про здоров'я необхідно дбати внаслідок сформованої мотивація, котра передбачає збереження власного здоров'я³².

Уважне ставлення до здоров'я формується завдяки опануванню відповідних навичок: позитивного мислення, доброзичливих взаємостосунків, вихованню культурно-гігієнічних навичок у різноманітних іграх, видах праці та самостійній діяльності дошкільників, а також оптимально підібраного інструментарію едукації дітей.

Важливість усвідомленого відповідального ставлення до власного здоров'я дозволяє сформувати відповідні знання про нього, здоров'язбережувальні схильності, інтереси тощо, тобто всі складові здоров'я (духовне психічне, фізичне та соціальне). Забезпечити їх можливо лише за умови постійного педагогічного впливу. Помилки упродовж формування відповідального ставлення дітей до власного здоров'я здатні призвести до його втрати.

Задля реалізації переліченого вище вихователь повинен засвоїти такі «вміння: детально планувати здоров'язбережувальну діяльність малюків; підбирати різноманітні форми оздоровчих заходів: спеціальні вправи, загартовувальні процедури, масаж, психокорекційну роботу, вітамінотерапію, ароматерапію тощо; організувати самостійну рухову діяльність дітей; правильно добирати відповідний інструментарій; здійснювати просвітницьку та консультативну роботи з батьками; адекватно регулювати фізичне навантаження; застосовувати різноманітні форми загартовувальних процедур; бути спроможним створити сприятливий режим для хворобливих дітей на підставі

³¹ Фроленкова Н. Орієнтуємо змалку на готовність бути здоровим. *Дитячий садок*. 2011. №10 (586). С. 12–13.

³² Калічак Ю. Л., Семкович Х. І. Передумови формування валеологічного світогляду дітей дошкільного віку. The XX International Scientific and Practical Conference «Problems of science and practice, tasks and ways to solve them», May 24 – 27, 2022, Warsaw, Poland. P. 503–509.

врахування особливостей фізичного розвитку, стану здоров'я та рекомендацій медичних працівників»³³.

Отже, валеологічна спрямованість, як стрижень модернізації освітнього процесу в ЗДО, є, на нашу думку, відчутним позитивним зрушенням. У цьому контексті головним завданням фахівця дошкільного профілю вважаємо формування в дошкільників пріоритетів здоров'я, почуття відповідальності за нього та культури здоров'я загалом. Одним зі шляхів його імплементації є створення здоров'язбережувального освітнього простору, спрямованого на забезпечення умов для збереження та зміцнення здоров'я дітей, формування в них знань про здоровий спосіб життя та опанування основними його навичками. Подібний підхід сприятиме пошуку найбільш результативних шляхів збереження та зміцнення здоров'я наймолодших поколінь, відчутно активізує їх творчість, сприятиме процесу їх самовдосконалення.

3. Вимоги щодо здоров'язбережувальної компетентності вихователя

Категорія «здоров'я» тісно переплітається із «*здоровим способом життя*» чи «таким способом організації власного життя людини, який передбачає цілеспрямоване украплення та зміцнення здоров'я людини, удосконалення ресурсів та потенційних можливостей організму людини та дозволяє їй успішно виконувати свої професійні та соціальні функції»³⁴.

Упродовж тривалого часу наукові дослідження у сфері ЗСЖ дітей дошкільного висвітлювали застосування лише фізичної культури, поліпшення здоров'я дітей засобом проведення процедур загартування, здійснення просвітницько-пропагандистської роботи з гігієни та санітарії, формування у дітей культурно-гігієнічних навичок, основ раціонального харчування.

З 1980 року *валеологія як наука, котра системно досліджує проблеми формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я різних вікових груп населення, стала самостійною галуззю освіти*. Одним із масштабних її завдань стала трансформація нових наукових знань про здоров'я людини в інформаційно-виховний напрям стосовно дітей

³³ Калічак Ю. Л., Семкович Х. І. Передумови формування ціннісного ставлення до власного здоров'я дошкільників. Наука, освіта та суспільство в XXI столітті: наукові ідеї та механізми реалізації: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Кропивницький, 19 листопада 2022 р.): у 2 ч. Кропивницький: ЦФЕНД, 2022. Ч. 1. С. 22–25.

³⁴ Горашук В. П. Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів: дис. ... доктора пед. наук. 13.00.01. Харків, 2004. 414 с.

дошкільного віку і школярів із подальшим застосуванням цих знань у щоденному житті.

Сучасна едукція наймолодших здійснюється в умовах складних економічних змін, котрі викликали соціальне розшарування та суттєве погіршення рівня життя. Зараз можна спостерігати тривалу кризу моралі та руйнування усталених морально-етичних норм і традиції родинного виховання, котрі формувалися здавна.

Як наслідок відбувається збільшення форм асоціальної поведінки, поява соціального сирітства тощо. Усе це негативно впливає на погіршення стану здоров'я дітей, адже суттєво збільшується кількість дитячих неврозів, стресових ситуацій, проявів агресії тощо³⁵.

Дитина, як суб'єкт валеологічного виховання у ЗДО, потребує об'єктивної оцінки в ролі активного учасника педагогічного процесу. Основні показники дитини – вихованця ЗДО, котрі зумовлюють ефективність валеологічного процесу: її вік, початковий рівень валеологічних знань та навичок, час перебування в ЗДО, актуальний стан здоров'я.

Практичну валеологію пов'язують, як правило, з гігієною, фізичною культурою, раціональним харчуванням, психотерапією. Проте існує потреба фактичного розширення форм та методів роботи, котрі б охоплювали валеоосвітницьку діяльність, а також демонстрацію елементарних, доступних для дошкільного віку дослідів, що дозволяють з'ясувати загальні принципи дії основних систем організму тощо.

Останнім часом усе частіше зустрічаються терміни «валеопедагогіка» та «педагогічна валеологія» як спеціальні галузі педагогіки, котрі спрямовані на підтримку позитивного світосприйняття людини, визначення реальних можливостей індивіду щодо пізнання ресурсів власного організму, підтримки його життєдіяльності, здійснення вчасної діагностики, профілактики, лікування.

Далеко не в останню чергу згадується необхідність пошуку дієвих шляхів формування внутрішньої мотивації дітей на ведення здорового способу життя, своєчасного формування важливих ціннісних установок збереження та зміцнення здоров'я³⁶.

На думку окремих авторів, сьогодні існує потреба наповнення валеологічним змістом основних напрямів роботи з дошкільниками, необхідність створення функціонального режиму дня дошкільників

³⁵ Воскобойнікова Г.Л. Валеологічні аспекти соціального партнерства освітніх і медичних закладів у здоров'язбережувальній діяльності сучасного педагога. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія № 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. Вип. 24(34). Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015. С. 115–118.

³⁶ Лохвицька Л. В. Виховання здорової дитини в сучасній сім'ї. Сім'я – берегиня здоров'я дитини. Тернопіль, 2010. 228 с.

різного віку, влаштування належних умов задля забезпечення повноцінної рухової діяльності малюків. Потребує суттєвої підтримки робота медичного працівника, оптимізація роботи логопедичного пункту теж на часі, а також є запит на проведення спеціальних форм роботи, котрі б мали на меті підтримку емоційного та психічного здоров'я дошкільників.

Загалом *валеологізація освітнього середовища* в широкому значенні передбачає запровадження в систему дошкільної освіти змісту, котрий би реалізував низку принципів, безпосередньо пов'язаних із людиною, її індивідуальністю, а також створював умови для діагностики рівня здоров'я дитини та застосування заходів корекції та реабілітації³⁷.

Т. Андрющенко обґрунтувала «методику формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників різного віку через найбільш життєво важливі навички, які сприяють підтримці здоров'я: навички раціонального харчування; санітарно-гігієнічні навички; навички рухової активності; дотримання режиму діяльності та відпочинку»³⁸.

Значущим критерієм формування здоров'я дошкільника є необхідність поліпшення духовного та психічного аспектів здоров'я, котрі реалізуються внаслідок прищеплення відповідних «навичок: самоусвідомлення та самооцінки; успішного досягнення мети; самоконтролю; прийняття рішень та аналізу виниклих проблем»³⁹.

Валеологічне виховання дошкільників розглядаємо, як «процес педагогічної взаємодії дітей, педагогічного персоналу садочка та батьків, який здійснюється з метою усвідомлення дітьми необхідності збереження та зміцнення здоров'я, набуття санітарно-гігієнічних навичок, уявлень та знань про здоровий спосіб життя»⁴⁰.

У старшому дошкільному віці виховання дотримання здорового способу життя реалізується завдяки чіткому усвідомленню норм і правил здоров'язбережувальної поведінки, формуванню «переконання в необхідності збереження і зміцнення здоров'я, залежність стану здоров'я від способу життя. Під впливом педагогічних дій діти починають уважніше ставитися до запропонованої інформації про

³⁷ Денисенко Н. Ф. «Будьте здорові, діти!»: програма з валеологічного виховання дошкільнят. *Палітра педагога*. 2000. №2. С. 4–6.

³⁸ Андрющенко Т. К. Аксиологічний аспект проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку. *Нова педагогічна думка*. Рівне. 2013. № 1. С. 78–81.

³⁹ Беленька Г. В., Богініч О. Л., Машовець М. А. Здоров'я дитини – від родини: монографія. Київ : СПД Богданова А. М., 2006. 220 с.

⁴⁰ Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Взаємодія закладу дошкільної освіти та сім'ї щодо валеологічного виховання дітей. Стратегічні пріоритети розвитку науки, освіти, технологій і суспільства: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Полтава, 9 листопада 2023 р.): у 2 ч. Полтава: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 18–20.

здоровий спосіб життя. У цьому віці зростають обсяг і глибина знань, більш ефективно формуються поняття про вплив негативних факторів на організм людини»⁴¹.

Валеологічні цінності відіграють вирішальну роль у формуванні культури здоров'я дитини дошкільного віку. Система дошкільної освіти має не лише тлумачити інформацію здоров'язбережувального характеру, але й на практиці формувати елементарні доступні навички здорового способу життя у дошкільному дитинстві⁴².

Здоров'язбережувальна компетентність дітей дошкільного віку на сучасному етапі, в умовах інформаційно-комп'ютерних технологій уможливує використання широкого спектру різноманітних засобів прищеплення усвідомленого ставлення до ведення здорового способу життя, активного залучення оздоровчих чинників навколишнього середовища задля вдосконалення стану здоров'я, загартовування організму, засвоєння основних гігієнічних норм, вимог і рекомендацій з метою профілактики численних захворювань⁴³.

Складні соціально-економічні та суспільно-політичні умови, негативна тенденція до погіршення стану здоров'я через загарбницьку війну, надзвичайно складна екологічна ситуація, досить низький рівень культури здоров'я населення, не виправдана байдужість з боку батьків до фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку аж ніяк не сприяють здоров'язбереженню⁴⁴.

У зв'язку з цим потребує пильної уваги процес формування та прогнозований результат становлення здоров'язбережувальної компетентності вихователя, котрий, на нашу думку, «передбачає: створення стійких мотивів і навичок здоров'язбережувальної власної поведінки задля забезпечення бажаного рівня культури здоров'я своїх вихованців; сприяння досягненню належного рівня здоров'я дітей дошкільного віку і стимулювання виховання культури здоров'я як сукупності їх свідомого ставлення до здоров'я й життя людини загалом внаслідок опанування здоров'язбережувальних знань; формування здоров'язбережувальної компетентності, і на цій основі – самостійного

⁴¹ Kalichak Yu. L. Training preschool teachers in fundamentals of ecology and valeology. Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. str. 614–647.

⁴² Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Валеологічні цінності як засіб формування здоров'язбережувальної компетентності вихователя. *Нотатки сучасної науки: електронний мультидисциплінарний науковий часопис*. № 15. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2024. С. 74–75.

⁴³ Там само.

⁴⁴ Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Реалізація здоров'язбережувальних технологій в умовах закладу дошкільної освіти. The 3th International scientific and practical conference “Theoretical aspects of education development” (January 24–27, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023. 347–351.

вирішення завдань здорового способу життя, безпеки поведінки, надання елементарної долікарської допомоги, засвоєння найпростіших складових психологічної допомоги»⁴⁵.

Активна життєва позиція вихователя закладу дошкільної освіти не повинна обмежуватися тільки виконанням інформаційної функції, він є організатором усієї здоров'язбережувальної діяльності дітей дошкільного віку, людиною, котра безпосередньо впливає на формування прогресивних поглядів, способу мислення та свідомості, як основи виховання культури здоров'я у свідомо сформованому здоров'язбережувальному середовищі сучасного дитячого садка.

Саме тому в сучасних умовах функціонування ЗДО найбільш використовуваними є такі «здоров'язбережувальні технології: фізкультурно-оздоровчі (новітні фітнес-програми, народні рухливі ігри, загартування організму та масаж); медико-гігієнічні (повноцінне здорове харчування, вітамінізація, щеплення); здоров'язбережувальні освітні технології (інноваційні технології організації освітнього процесу, новітні технології організації діяльності дітей дошкільного віку, технології виховної роботи з дошкільниками, активізація рухового режиму)»⁴⁶.

Основними структурними компонентами «здоров'язбережувальної компетентності вихователя вважаємо: змістовий – наявність у дітей дошкільного віку сформованих знань, умінь і навичок про здоров'язбереження, здоровий спосіб життя, валеологічне виховання тощо; мотиваційно-ціннісний – особистісне ставлення до власного здоров'я, а відтак і до можливості систематичного здійснення особистого прикладу дітям дошкільного віку; операційно-діяльнісний – рівень залучення вихователя закладу дошкільного віку до цілісної системи здорового способу життя та системи здоров'язбереження; емоційно-вольовий – психофізіологічна сфера життєпобутування фахівця дошкільного профілю»⁴⁷ [23, с. 144].

Специфічною характерною особливістю, котра притаманна практично всім сучасним здоров'язбережувальним технологіям, на наш погляд, є їхній багатofункціональний характер, адже вони покликани

⁴⁵ Калічак Ю. Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності вихователів внаслідок вивчення курсу «Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей дошкільного віку». *Наукові інновації та передові технології*. 2022. № 1(3). С. 234–243.

⁴⁶ Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Валеологічні цінності як засіб формування здоров'язбережувальної компетентності вихователя. *Нотатки сучасної науки: електронний мультидисциплінарний науковий часопис*. № 15. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2024. С. 74–75.

⁴⁷ Андрущенко Т. К. Аксиологічний аспект проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку. *Нова педагогічна думка*. Рівне. 2013. № 1. С. 78–81.

зміцнювати різноманітні аспекти духовного, інтелектуального, психічного, фізичного здоров'я та самореалізації особистості.

Основними завданнями вихователя щодо забезпечення результативного впровадження здоров'язбережувальних технологій у ЗДО вважаємо: створення сприятливого здоров'язбережувального освітнього середовища; забезпечення гармонійного виховання дітей дошкільного віку з урахуванням індивідуальних, вікових і психофізіологічних особливостей кожної дитини; оптимальне поєднання традиційних технологій і методик навчання з принципами, методами і прийомами, спрямованими на збереження і підтримку здоров'я дошкільників; опанування та досконале засвоєння сучасними новітніми технологіями формування культури здоров'я, здорового способу життя, формування здорової нації; створення навчально-методичного комплексу оздоровчо-фізкультурних і лікувально-профілактичних заходів⁴⁸ [24, с. 10].

У процесі формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів закладів відбувається утворення цілісного світогляду на формування культури здоров'я на підставі інтегрованих знань з природничих наук, валеології, фізичного виховання, основ здоров'я, біохімії та біомеханіки.

Таким чином, сучасні негативні тенденції суттєвого погіршення стану здоров'я дошкільників диктують необхідність застосування інноваційних технологій, котрі б сприяли психофізичному розвитку дошкільника.

Серед основних завдань вихователя підкреслимо такі: формування здоров'язбережувальної компетентності у дошкільників; моніторинг новітніх наукових досліджень у сфері здоров'язбережувальних технологій, інноваційного досвіду створення здоров'язбережувального середовища ЗДО; формування в дітей знань про будову тіла, призначення та дію внутрішніх органів; особливості тілобудови; ознайомлення дітей з необхідністю берегти зір, слух, поставу, шкіру та інші органи; прищеплення навички громадської та особистої гігієни (стежити за чистотою рук, обличчя, за зачіскою, одягом); розвиток уявлень про характерні ознаки окремих захворювань та шляхи їх запобігання; систематична пропаганда здорового способу життя та безпечної поведінки в довіллі; ознайомлення з природними й соціальними чинниками, котрі позитивно впливають на здоров'я (міцний сон, свіже повітря, раціональне харчування, особиста гігієна,

⁴⁸ Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Передумови створення здоров'язбережувального середовища у закладі дошкільної освіти. Сучасні виклики та актуальні проблеми науки, освіти, технологій і суспільства: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Ізмаїл, 6 жовтня 2023 р.): у 2 ч. Ізмаїл: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 16–18.

фізичні вправи), а також негативно (неправильне харчування, тривале сидіння перед телевизором, комп'ютером, шкідливі звички, недотримання розпорядку дня); виховання в дітей позитивного ставлення до антропометрії, медичних обстежень, профілактичних щеплень; створення умов для активного використання дітьми отриманих знань в ігровій, зображувальній, мовленнєвій, театралізованій, дослідницькій та трудовій діяльності.

4. Співпраця дитячого садка і сім'ї з питань валеологічного виховання

Загальновідомо, що повноцінна едукація дитини дошкільного віку досить сильно залежить від батьків, родичів, дорослих, котрі її оточують, знаходиться у прямій залежності від особистого прикладу, який вони подають своєю поведінкою. Відтак вказана обставина вимагає від членів родини, зокрема батьків, особливу відповідальність.

Сьогодні в основі нової філософії взаємодії сім'ї та ЗДО лежить ідея про спільну відповідальність за виховання дітей батьків, родичів, соціальних інститутів, котрі покликані допомогти, підтримати, направити, доповнити їхню освітню діяльність.

Визначення пріоритету сімейно-родинного виховання потребує певної регламентації нових відносин сім'ї і закладу дошкільної освіти. Основними критеріями успіху такого партнерства вважаємо реальну, а не формальну співпрацю, а також дієву взаємодію. Задля забезпечення повноцінного фізичного розвитку та здоров'язбереження сім'я та дитячий садок повинні стати основними соціальними структурами, котрі насамперед визначають рівень здоров'я дитини.

Зазначимо, що на сьогодні специфічні взаємини педагогічного колективу, співробітників закладу дошкільної освіти і батьків, і родичів вихованців є досить складною проблемою. Основною причиною такого стану є нерозуміння чи значні труднощі педагогів-практиків у спілкуванні з батьками. Така ситуація пояснюється наявністю різних поглядів батьків на характер співпраці із закладом дошкільної освіти. Значна кількість сімей вважає, що здійснювати едукацію їх дітей повинен виключно дитячий садок. Існує чимала кількість батьків, котрі відверто нехтують порадами педагогів. Окрема категорія батьків впевнені в тому, що їхнє завдання полягає лише в забезпеченні дитини одягом та харчуванням, а найважливішим її заняттям вдома є перегляд мультиплікаційних фільмів і влаштування прогулянок на свіжому повітрі. Складно пояснити таким батькам важливість і необхідність живого спілкування з дошкільником, щоденного навчання основ догляду за власним здоров'ям, а відтак постійний особистий приклад дотримання здорового способу життя, пропаганду раціонального

харчування, усвідомлення важливості теоретичних знань та практичних вмінь щодо системи здоров'язбереження та формування культури здоров'я загалом.

Практика переконливо свідчить про те, що одним із найефективніших способів підвищення дієвої взаємодії закладу дошкільної освіти й сім'ї є систематичне використання нетрадиційних форм і засобів роботи з батьками щодо опанування ціннісних орієнтирів здоров'язбереження, формування культури здоров'я, дотримання основ здорового способу життя дошкільників, є такі заходи: влаштування консультативних пунктів з проблеми валеологічного виховання; проведення різноманітних науково-практичних конференцій за участі батьків з обміну досвідом щодо організації раціонального дозвілля дітей, рухового режиму, оптимального харчування; проведення семінарів-практикумів з демонстрацією національних звичаїв і традицій валеологічного характеру в родинах; створення дискусійних клубів на різноманітну тематику з використанням різних форм роботи, наприклад: круглий стіл «Навіщо дітям спорт?»; сімейний портрет «Здоровий спосіб життя усіх членів моєї родини»; бесіда «Профілактика простудних захворювань дошкільника доступними заходами», «Мої перші кроки до загартовування», «Елементарні засоби здоров'язбереження дітей»; проведення лекцій-консультацій, наприклад: «Шляхи активізації рухового режиму дошкільника у домашніх умовах», «Раціональне харчування – основа здоров'я людини». проведення батьківських фестивалів, наприклад: «Оптимальний руховий режим дошкільника»; проведення днів відкритих дверей із обов'язковою демонстрацією всіх наявних оздоровчими ресурсів ЗДО і фізкультурно-оздоровчих заходів, в котрих щодня беруть участь їхні діти; організація спільних екскурсій; проведення фізкультурно-спортивних свят, Днів здоров'я.

Значну роль у підвищенні формуванні культури здоров'я батьківської громадськості відіграє використання різних форм пропаганди здорового способу життя, наприклад, агітаційні плакати, тематичні стенди, презентації.

Ефективність валеологічного виховання дітей дошкільного віку значно зростатиме при дотриманні таких «умов:

- 1) підвищення компетентності вихователів у вирішенні здоров'язбережувальних завдань, безпосередньо пов'язаних з вихованням валеологічної культури дошкільників; рівень валеологічної культури родини; насиченість завданнями валеологічного виховання в освітньому процесі дитячого садка; влаштування валеологічного розвивального середовища в ЗДО і педагогічна підтримка дитини у ньому; проєктування індивідуального психолого-педагогічного та

медико-валеологічного супроводу дитини у процесі формування культури здоров'я⁴⁹.

Вдале поєднання зусиль педагогічного колективу ЗДО та сім'ї дозволить досягти бажаного позитивного результату, прищепити дошкільникам усвідомлене бажання бути здоровими, уможливити постійне піклування дитини, батьків та педагогів про здоров'я. Відтак забезпечення усіх перелічених умов дозволить створити розвивальний простір для дитини в сім'ї та ЗДО, сприятиме підвищенню авторитету батьків та педагогів.

Таким чином, ЗДО є, дійсно, першим соціальним інститутом поза межами сім'ї, першим виховним закладом, з яким контактують батьки, де, зокрема, започатковується їх систематична валеологічна освіта. Успішність взаємодії батьків і педагогів у формуванні культури здоров'я дошкільників, залучення їх до здорового способу життя впливає на подальший розвиток дитини. Висока якість роботи ЗДО спонукатиме досягнення належного рівня педагогічної культури батьків, а, відтак, і ефективність валеологічного виховання дітей.

Вплив родини на розвиток основних рис особистості дитини неможливо переоцінити. Важливою складовою частиною роботи ЗДО вважаємо пропаганду педагогічних знань щодо залучення дитини до ведення здорового способу життя серед батьків.

Детальний аналіз проблеми валеологічного виховання в діяльності ЗДО дозволяє стверджувати, що проблема його організації вимагає комплексного підходу, систематичності у проведенні, а також інтегративності у її вирішенні. Питання валеологізації педагогічного процесу потребує спільних узгоджених дій від усього персоналу закладу дошкільної освіти. Посадові обов'язки вихователя передбачають проведення оздоровчої роботи з дітьми, а також створення сприятливих умов, котрі б сприяли поліпшенню духовного, психічного та фізичного аспектів здоров'я дошкільників.

Валеологічна компетентність вихователя зумовлена рівнем його знань у сфері здорового способу життя, котрі використовуються в роботі з дітьми та їх батьками. Від її рівня залежить організація валеологічного процесу в ЗДО.

Характерні риси валеологічного виховання дітей дошкільного віку потребують врахування природного розвитку дитини, анатомо-фізіологічних особливостей, психологічного розвитку тощо. Підбір необхідного інструментарію має здійснюватися за умови застосування сучасних валеологічних інновацій.

⁴⁹ Kalichak Yu. L. Training preschool teachers in fundamentals of ecology and valeology. Modern aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. str. 614–647.

Результативна співпраця дитячого садка з батьками щодо валеологічного виховання дошкільників є важливою передумовою ефективності його організації, котра вимагає активної взаємодії всіх його суб'єктів, серед яких важливе місце посідає дошкільник і його сім'я.

Висновки

У сучасних умовах ЗДО має виконувати нові функції, котрі покликані забезпечити культурно-оздоровчі запити дітей та батьків. Нові прагнення сьогодення вимагають розробки й застосування нової концепції виховання культури здоров'я в дітей дошкільного віку, переорієнтації усього спектру функцій закладу дошкільної освіти на здоров'язбережувальний напрям.

Нині здоров'я вихованців повинно стати цільовим результатом педагогічного процесу, а культура здоров'я – базовою цінністю свідомості людини та актуальною цільовою установкою її життєпобутування. Зрештою здоров'я є не лише сенсом життя, а й важливим ресурсом задля досягнення життєвої мети, належного виконання щоденних обов'язків, швидкого відновлення сил, а також забезпечення високого рівня інтелектуальної та фізичної працездатності.

Загалом формування культури здоров'я у ЗДО спрямоване на пізнання та сприйняття дошкільниками цінностей здорового способу життя, формування позитивного ставлення дітей до власного здоров'я, ефективний розвиток особистісних якостей, знань, умінь, навичок здоров'язбережувальної поведінки, активне залучення до культурно-оздоровчої діяльності родичів вихованців. Внаслідок опанування загальних основ культури здоров'я відбувається оздоровлення дитини, а також зміна ціннісного ставлення до власного здоров'я та засвоєння різноманітних способів його збереження.

Створення ефективних умов формування культури здоров'я у ЗДО (науково-методичних, правових, педагогічних, організаційних, кадрових) дозволить здійснювати необхідні заходи соціально-педагогічного впливу на дітей дошкільного віку, сприятиме досягненню високих педагогічних та психофізичних результатів. Усвідомлення дошкільниками цінності власного здоров'я та здоров'я інших сприятиме гуманізації взаємовідносин між усіма суб'єктами виховного процесу ЗДО.

Необхідність напрацювання нових наукових основ формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку зумовлена такими причинами: потребою та інтересами дошкільників, вихователів, батьків; об'єктивною необхідністю оновлення змісту освіти; реальними можливостями та умовами кожного окремого ЗДО.

Об'єднання спільних зусиль педагогічного колективу ЗДО, адміністрації, представників громадськості батьків, що спрямованні на формування культури здоров'я дошкільників дозволить належним чином максимально активізувати існуючий освітній потенціал соціуму.

Анотація

Сучасні виклики суспільного життя диктують нові вимоги до педагогічних колективів, батьків, родин вихованців закладів дошкільної освіти щодо формування культури здоров'я наймолодших членів громади. Дошкільна освіта впевнено набирає обертів у здоров'язбережувальному напрямі. Здоровий вихованець є успішним результатом організованого педагогічного процесу, а культура здоров'я – внутрішньою цінністю дитини дошкільного віку. Відтак міцне здоров'я вважається важливим критерієм реалізації життєвих планів, засобом самореалізації, досягнення найвищого рівня інтелектуальної та фізичної працездатності.

Процес формування культури здоров'я в умовах сучасного закладу дошкільної освіти передбачає опанування дошкільниками основних цінностей здорового способу життя, формування загалом позитивного ставлення дітей до здоров'я, результативну реалізацію особистісних якостей, нахилів, уподобань здоров'язбережувальної поведінки, активну участь членів родин вихованців.

Активна співпраця педагогічного колективу закладу дошкільної освіти, адміністрації, представників громади, батьків і родичів дошкільників, що має на меті формування культури здоров'я, сприятиме повній реалізації наявного освітнього потенціалу сучасного суспільства.

Масштабна проблема плекання здорового покоління є не тільки медичною, але й надзвичайно актуальним питанням національної безпеки загалом, яке успішно вирішується за допомогою сучасних педагогічних засобів.

Література

1. Kalichak U., Kalichak Yu. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 3. Health and Nutrition, edited by Nadia Skotna. Drohobycz: Posvit, 2018. P. 204–214.

2. Kalichak Yu. Health-Protecting Psychologically Safe Developmental Environment of a Preschool Educational Institution. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 4. Health and Biosensors. Edited By Nadiya Skotna, Svitlana Voloshanska, Taras

Kavetskyu, Oleh Smutok, Mykhailo Gonchar. Drohobycz : Posvit, 2019. P. 230–237.

3. Kalichak Yu. L. Training preschool teachers in fundamentals of ecology and valeology. *Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. str. 614–647.*

4. Kalichak Yu. The theoretical aspects of formation of the healthy way of life of preschool age children. *Ekology and human health. Edited by Andrzej Krynski, Georges Kamtoh Tebug, Svitlana Voloshanska. Czestochowa: Educator, 2018. P. 201–213.*

5. Okhabska I., Budzyn V., Rybchych I., Zyma I., Kalichak Yu. (2022). Management of Medical Institutions on Context of Provision Medical and Preventive Care in COVID-19 Condition. *International Journal of Health Sciences Available online at www.sciencescholar.us Vol. 6 No. 1, April 2022, p. 347–356.*

6. Андрющенко Т. К. Аксіологічний аспект проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку. *Нова педагогічна думка. Рівне. 2013. № 1. С. 78–81.*

7. Базовий компонент дошкільної освіти України. Настільна книга керівника дошкільного закладу. Частина 5 / упор.: Т. В. Панасюк, С. І. Нерянова, А. А. Грищенко. Тернопіль: «Мандрівець», 2013. 168 с.

8. Бельська Г. В., Богініч О. Л., Машовець М. А. Здоров'я дитини – від родини: монографія. Київ : СПД Богданова А. М., 2006. 220 с.

9. Богініч О. Л. Сутність здоров'язберігаючого середовища у життєдіяльності дітей дошкільного віку. *Вісник Прикарпатського університету. Педагогіка. Випуск ХVІІ – ХVІІІ. Івано-Франківськ, 2008. С. 191–199.*

10. Воскобойнікова Г.Л. Валеологічні аспекти соціального партнерства освітніх і медичних закладів у здоров'язбережувальній діяльності сучасного педагога. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. Вип. 24(34). Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2015. С. 115–118.*

11. Горашук В. П. Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів: дис. ... доктора пед. наук. 13.00.01. Харків, 2004. 414 с.

12. Денисенко Н. Ф. «Будьте здорові, діти!»: програма з валеологічного виховання дошкільнят. *Палітра педагога. 2000. № 2. С. 4–6.*

13. Денисенко Н. Ф. Витоки здоров'я дитини: навчально-методичний посібник. Тернопіль, 2010. 160 с.

14. Денисенко Н. Формування свідомого ставлення до здоров'я. *Дошкільне виховання. 2008. № 9. С. 3–5.*

15. Калічак Ю. Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей: тексти лекцій. Дрогобич: РВВ ДДПУ ім. І. Франка, 2016. 128 с.

16. Калічак Ю. Л. Підготовка студентів до здоров'язбережувальної діяльності в процесі вивчення курсу «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку». *Педагогічні науки: теорія та практика*, 2022. № 2 (42) С. 38–43.

17. Калічак Ю. Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності вихователів внаслідок вивчення курсу «Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей дошкільного віку». *Наукові інновації та передові технології*. 2022. № 1(3). С. 234–243.

18. Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Валеологічні цінності як засіб формування здоров'язбережувальної компетентності вихователя. *Нотатки сучасної науки*: ел. мультидисц. часопис. № 15. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2024. С. 74–75.

19. Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Взаємодія закладу дошкільної освіти та сім'ї щодо валеологічного виховання дітей. Стратегічні пріоритети розвитку науки, освіти, технологій і суспільства: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Полтава, 9 листопада 2023 р.): у 2 ч. Полтава: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 18–20.

20. Калічак Ю. Л., Долішняк Н. В. Формування ціннісних орієнтацій здоров'язбереження дошкільників. Впровадження сучасних технологій в процесі забезпечення якісної підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти: збірник наукових праць / укладачі: Мисик О.С., Миськова Н.М., Онофрійчук Л.О., Пісоцька Л.С., Розгон В.В.; За заг. ред. проф. Зданевич Л.В. Хмельницький : ХГПА, 2024. С. 256–260.

21. Калічак Ю. Л., Семкович Х. І. Передумови формування валеологічного світогляду дітей дошкільного віку. The XX International Scientific and Practical Conference «Problems of science and practice, tasks and ways to solve them», May 24 – 27, 2022, Warsaw, Poland. P. 503–509.

22. Калічак Ю. Л., Семкович Х. І. Передумови формування ціннісного ставлення до власного здоров'я дошкільників. Наука, освіта та суспільство в XXI столітті: наукові ідеї та механізми реалізації: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Кропивницький, 19 листопада 2022 р.): у 2 ч. Кропивницький: ЦФЕНД, 2022. Ч. 1. С. 22–25.

23. Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Передумови створення здоров'язбережувального середовища у закладі дошкільної освіти. Сучасні виклики та актуальні проблеми науки, освіти, технологій і суспільства: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Ізмаїл, 6 жовтня 2023 р.): у 2 ч. Ізмаїл: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 16–18.

24. Калічак Ю. Л., Чомко І. В. Реалізація здоров'язбережувальних технологій в умовах закладу дошкільної освіти. The 3th International scientific and practical conference "Theoretical aspects of education development" (January 24–27, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023. 347–351.

25. Коқун О. М. Психофізіологія. Київ: Центр навчальної літератури, 2006. 184 с. . Чернівці. Книги–XXI, 2013. 484 с.

26. Конвенція про права дитини. Виховна робота в закладах освіти України. Київ, 1995. С. 3–24.

27. Кошель А.П. Формування здорового способу життя майбутніх вихователів дітей дошкільного віку: методичний посібник. Чернігів, 2019. 188 с.

28. Кошель А.П. Формування культури здоров'я майбутнього вихователя дошкільного освітнього закладу в процесі професійної підготовки : дис. ... кандидата пед. наук : 13.00.04 Глухів, 2015. 226 с.

29. Лохвицька Л. В. Виховання здорової дитини в сучасній сім'ї. Сім'я – берегиня здоров'я дитини. Тернопіль, 2010. 228 с.

30. Лохвицька Л. В. Організація здоров'язберігального середовища в закладах дошкільної освіти. *Вісник Глухівського державного педагогічного університету*. Серія : Педагогічні науки. Випуск 16. Глухів, 2010. С. 124–127.

31. Лохвицька Л. В., Андрющенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я: навчально-методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2007. 176 с.

32. Сократова Н. В. Сучасні технології збереження і зміцнення здоров'я дітей: навчальний посібник. Київ : Просвіта, 2009. 345 с.

33. Фроленкова Н. Орієнтуємо змалку на готовність бути здоровим. *Дитячий садок*. 2011. №10 (586). С. 12–13.

34. Хомин О., Калічак Ю. Законодавче забезпечення дошкільної освіти. *Сучасні тенденції створення здоров'язбережувального середовища у закладах освіти* : збірник наукових праць / ред. кол. Ю. Калічак (головний редактор) та ін. Дрогобич : РВВ ДДПУ ім. І. Франка, 2024. С. 119–126.

Information about the author:

Kalichak Yurii Lvovych,

<https://orcid.org/0000-0003-4348-1740>

Candidate of Pedagogical Sciences,

Associate Professor at the Department of General Pedagogy and
Preschool Education

Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University
46, Lesia Ukrainka str., Drohobych, Lviv Region, 82100, Ukraine