

8. Khokhlova L.A. *Visnyk Prikarpat'skogo nacionalnogo universytety inemy Vasilya Stefanyka: seriya fizijna cultura* [Bulletin Prikarpat'sky University. Series: Physical culture], 2013, vol. 17, P. 88–94.
9. Shiyani O.I. *Derzavna osvityniya politika z pitan zabezpechenniya zdorovogo sposobu zhittiya molody: monografiya* [State educational policy to support a healthy lifestyle youth monograph], LA: Lviv State University of Physical Culture, 2010, 295 p.
10. Ostafijczuk J. *Studia z historii i teorii kultury fizycznej*, Rzeszow, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2008, C. 335–342.

Рецензент: канд. біол. наук, доц. Лісовський Б. П.

УДК 613.9:373.2

ББК 75.0

Тетяна Мицкан

## ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

*У статті характерологічні особливості здоров'язберезувальної технології у дітей дошкільного віку. Проаналізовано різні підходи до формування здоров'язберезувальної компетентності у дітей дошкільного віку. Представлено класифікацію існуючих здоров'язберезувальних технологій. Визначено деякі шляхи та засоби формування здоров'язберезувальних технологій. Запропоновано реалізацію здоров'язберезувальних технологій у дошкільному навчальному закладі.*

**Ключові слова:** здоров'язберезувальна компетентність, діти дошкільного віку, технологія.

*В статье характерологические особенности здоровьесберегающей технологии у детей дошкольного возраста. Проанализированы различные подходы к формированию здоровьесберегающей компетентности у детей дошкольного возраста. Представлена классификация существующих здоровьесберегающих технологий. Определены некоторые пути и средства формирования здоровьесберегающих технологий. Предложена реализация здоровьесберегающих технологий в дошкольном учебном заведении.*

**Ключевые слова:** здоровьесберегающих компетентность, дети дошкольного возраста, технология.

*Characterological features of health-improving technologies of preschool children are highlighted in the article. Different approaches to the formation of health-improving competence of preschoolers are analyzed. Classification of existing health-improving technologies is displayed. Some ways and means of formation of health-improving technologies are determined. Realization of health-improving technologies at preschool educational institution is suggested.*

**Keywords:** health-improving competence, preschoolers, technology.

**Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень.** Сучасна система освіти має на меті виховання здорової особистості, яка дбає про своє здоров'я та здоров'я оточуючих, прагне вести здоровий спосіб життя і формувати його в молодого покоління. Водночас в останні роки спостерігається значне погіршення стану здоров'я дітей. Кількість абсолютно здорових дітей знизилась за останнє десятиріччя з 23% до 15%, збільшилась кількість дітей з хронічними захворюваннями. Біля 20–27% дітей вважаються часто хворюючими.

Основними причинами такого стану є погіршення екологічної ситуації, економічні проблеми в країні, падіння рівня життя населення, зниження рівня медичного обслуговування, прискорення темпу життя, збільшення навантаження на дітей тощо. Певне місце посідають фактори, пов'язані з недоліками навчально-виховного процесу, недостатньою обізнаністю дітей з особливостями дотримання здорового способу життя. Педагоги недостатньо володіють системою теоретичних знань та практичних умінь щодо організації здоров'язбереження в педагогічному процесі та формування у дітей здоров'язберезувальної компетентності. Тому так гостро постають питання створення

здоров'язберігаючого простору в навчальному закладі, де дошкільник проводить більше часу, та сім'ї, а також формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей. Виокремлені завдання будуть вирішені завдяки впровадженню здоров'язбережувальних технологій в освітньо-виховний процес ДНЗ.

Аналіз літератури (валеологічної, психолого-педагогічної спрямованості) свідчить про те, що проблемами впровадження здоров'язбережувальних технологій, виховання здорового способу життя цікавилось багато науковців. У роботах І. Брехман, М. Гончаренко, В. Горашук висвітлені питання формування культури здорового способу життя. Проблеми створення здоров'язберігаючого освітнього середовища та особливості реалізації здоров'язбережувальних технологій розглянуто в працях М. Безруких, Н. Захаревич, С. Лупаренко, О. Попов, П. Потейко. Проблемам виховання здорового способу життя у дошкільників, формування ціннісного ставлення до здоров'я присвячено праці Т. Андрющенко, О. Іванашко, Н. Левінець.

**Мета дослідження** – проаналізувати наукові погляди на поняття “здоров'язбережувальні технології”, визначити технології, які варто використовувати для дошкільників.

**Методи дослідження.** У ході дослідження здійснювали: аналіз та узагальнення аналіз науково-методичних джерел за темою дослідження; системний аналіз та порівняння.

**Результати дослідження.** Сьогодні медицина невзможі вирішити проблему погіршення здоров'я, тому виникає питання проведення превентивної роботи, формування усвідомленого ставлення до здоров'я і здорового способу життя. Пропедевтична робота в даному напрямі лягає на плечі педагогів, і починати її потрібно вже в дошкільному віці. Проблема навчання збереженню і зміцненню здоров'я є надзвичайно актуальною з огляду на те, що:

1. Існує низький рівень мотивації на збереження і зміцнення здоров'я. Людина не прагне взяти на себе відповідальність за своє здоров'я. Народжуючись здоровою, вона не усвідомлює цінність здоров'я до тих пір, доки не виникнуть якісь проблеми. Отримавши полегшення від лікаря, людина переконує себе у залежності свого здоров'я від медицини, знімає з себе відповідальність, перестає працювати над собою.

2. Має місце “заговорювання” проблем здоров'я: обговорюючи якусь проблему, людина знімає внутрішню напругу. Реальна діяльність щодо вирішення складної проблеми підміняється розмовами, роздумами на цю тему.

3. Звужується поняття “здоров'я”. Існує біля 300 визначень даного поняття. В Статуті ВООЗ: “здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних вад” [1].

Більшість педагогів розглядають здоров'я з точки зору фізичної складової, не беручи до уваги соціально-психологічну і моральну. Важливо розглядати здоров'я як багатогранне поняття, що включає фізичний, соціально-психологічний і моральний аспект.

Дошкільний вік вважається найбільш важливим періодом у процесі формування особистості дитини. У цьому віці найбільш інтенсивно розвиваються різні здібності, формуються моральні якості, риси характеру. Саме в цьому віковому періоді закладається і зміцнюється фундамент здоров'я і розвитку фізичних якостей, необхідних для ефективної участі дитини в різних формах рухової активності, що у свою чергу створює умови для активного формування і розвитку психічних функцій та інтелектуальних здібностей дошкільника. Саме тому використання в роботі ДНЗ здоров'язбережувальних технологій може підвищити результативність навчально-виховного

процесу, сформує у педагогів і батьків ціннісні орієнтації, спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я дітей.

Важливим аспектом діяльності педагогів ДНЗ є різнобічний і гармонійний розвиток дітей, створення умов для збереження, зміцнення і відновлення їхнього здоров'я, розвиток рухових та фізичних якостей, формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності, основою якої є життєві навички, що сприяють фізичному, психічному, соціальному та духовному здоров'ю. Всі види діяльності дітей у ДНЗ мають бути "валеологічно обґрунтованими, тобто побудованими з урахуванням базових потреб дошкільників: потреби у саморозвитку, грі, наслідуванні, набутті досвіду" [4, с.9]. Одним із засобів вирішення даної проблеми є використання здоров'язбережувальних технологій.

Єдиного визначення поняття "здоров'язбережувальна технологія" не існує, хоча останнім часом дане поняття широко використовується. Так, Л. Тіхомірова розглядає дане поняття "не як самостійну педагогічну технологію, а як якісну характеристику освітніх технологій" [2, с.58], тобто поняття "здоров'язбережувальна" можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка у процесі реалізації створює умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – педагогів і дітей.

А. Мітяєва також здоров'язбережувальні технології розглядає як сукупність тих принципів, методів, прийомів педагогічної роботи, які, доповнюючи традиційні технології навчання і виховання, наділяють їх ознакою здоров'язбереження [5, с.100].

І. Єрохіна розглядає здоров'язбережувальні технології як "сукупність форм, методів і засобів, які спрямовані на досягнення оптимальних результатів у підтримці фізичного, психічного, етичного і соціального благополуччя людини, формуванні здорового способу життя" [3, с.165]. Ми вважаємо, що здоров'язбережувальні технології – це сукупність психолого-педагогічних прийомів, форм, засобів та методів, спрямованих на побудову психологічно комфортного освітнього-виховного середовища в ДНЗ, що сприяє формуванню здоров'язбережувальної компетентності у дітей.

Таким чином, здоров'язбережувальні технології у дошкільній освіті – технології, спрямовані на розв'язання пріоритетного завдання сучасної дошкільної освіти – завдання збереження, підтримки і зміцнення здоров'я суб'єктів педагогічного процесу в ДНЗ: дітей, вихователів, батьків.

Здоров'язбережувальне навчання і виховання передбачають послідовну систему активних дій усіх учасників навчально-виховного процесу, спрямовану на створення здорового середовища для формування таких життєвих навичок, які зумовлюють збереження і зміцнення здоров'я та орієнтують на утвердження цінності здоров'я, здорового способу життя, розвиток фізично й психічно здорової особистості.

На сьогоднішній день провідними психологами, педагогами, медиками створено багато різних здоров'язбережувальних методик, які можна класифікувати за деякими групами. Це медико-профілактичні, фізкультурно-оздоровчі технології, технології здоров'язбереження педагогів ДНЗ, технології, спрямовані на забезпечення соціально-психологічного благополуччя дошкільників, валеологічної просвіти дітей і батьків. Всі ці технології спрямовані, в першу чергу, на виховання фізично і психічно здорових дітей.

Аналіз класифікацій існуючих здоров'язбережувальних технологій дає можливість виокремити такі типи (О. Ващенко):

- здоров'язберігаючі – технології, що створюють безпечні умови для перебування дитини в ДНЗ, ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (врахування вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідності розумового та фізичного навантаження можливостям дитини;

- оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я дітей (фізична підготовка, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, ароматерапія, музична терапія);

- технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок, статеве виховання, профілактика травматизму;

- виховання культури здоров'я – виховання особистісних якостей, які сприяють збереженню і зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на провадження здорового способу життя.

Сучасні здоров'язбережувальні технології, які використовуються в системі дошкільної освіти, відображають дві лінії оздоровчо-розвивальної роботи: прилучення дітей до фізичної культури, використання розвиваючих форм оздоровчої роботи.

Мета здоров'язбережувальних технологій у дошкільній освіті – забезпечення високого рівня здоров'я дошкільників і виховання культури здоров'я як сукупності усвідомленого ставлення дитини до здоров'я і життя людини, знань про здоров'я і вмінь оберігати, підтримувати і зміцнювати його, формування здоров'язбережувальної компетентності, що дозволяє дошкільнику вирішувати задачі здорового способу життя безпечної поведінки; задачі, пов'язані з наданням елементарної медичної, психологічної самопомоги і допомоги. Стосовно дорослих, мета здоров'язбережувальних технологій – сприяння становленню культури здоров'я, в тому числі культури професійного здоров'я вихователів ДНЗ, і валеологічної просвіти батьків.

Реалізація здоров'язбережувальних технологій передбачає:

- 1) організацію освітнього середовища в ДНЗ за вимогами особистісно-орієнтованого підходу;

- 2) моніторинг рівня здоров'я дітей;

- 3) реалізацію діагностичних, корекційних і реабілітаційних заходів з дітьми залежно від групи здоров'я;

- 4) створення комфортних умов перебування в ДНЗ для всіх дітей, в тому числі і з особливими потребами;

- 5) вибір оптимальних технологій виховання і навчання з урахуванням віку, статі, індивідуальних особливостей розвитку дитини;

- 6) оптимізацію соціально-гігієнічних умов життєдіяльності дітей і педагогів.

У даній статті ми зупинимось лише на деяких здоров'язбережувальних технологіях, які сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності у дошкільників.

Технології збереження і зміцнення здоров'я: стретчинг, ритмопластика, динамічні паузи, рухливі і спортивні ігри, сезонні забавлянки, загартовування, релаксація, заняття естетичної спрямованості, пальчикова гімнастика, гімнастика для очей, дихальна гімнастика, гімнастика за М. Єфіменко, ортопедична гімнастика, фітбол-гімнастика, степ-аеробіка, використання елементів “хатхи-йоги”, “бебі-йоги”.

Технології навчання здоровому способу життя: фізкультурні заняття, фізкультурні свята, фізкультурні розваги, ігротренінги, іготерапія, комунікативні ігри, заняття “Здоров'я”, самомасаж, точковий масаж, дитячий туризм, гендерне виховання, розвиток валеологічних умінь і навичок, виховання свідомого сприйняття правил безпечної поведінки.

Корекційні технології: арттерапія, музикотерапія, казкотерапія, кольоротерапія, сміхотерапія, технології корекції поведінки, психогім-настика, фонетична ритміка.

Слід сказати, що у сучасних дошкільних навчальних закладах здоров'язбережувачі технології набули значного розповсюдження. Вихователі впроваджують різні види технологій, а саме: *“казкотерапію, пальчикову гімнастику, лялько терапію, психо-*

гімнастику, дихальну гімнастику, футбол гімнастику, валеокорекцію, аромо- та фітотерапію, пісочну терапію, кольоротерапію, сміхотерапію, фольктерапію, кисневі напої, різні види масажу (точковий, самомасаж точок обличчя і голови), ігровий тренінг, музико терапію“ .

Зупинімося детальніше на деяких інноваційних технологіях.

**Арт-терапія** – лікування мистецтвом. Арт-терапія здатна сприяти емоційному та фізичному благополуччю дітей, гармонії почуттів за допомогою художнього мистецтва (малювання, ліплення, мозаїки, колажу, живопису).

Ще в Древньому Римі фізичну і душевну біль лікували різними видами мистецтва – музикою, казкою, танцями, ляльками і, звичайно, малюванням. Заняття мистецтвом відволікає від тяжких переживань. Арт-терапія допомагає людині творити своє життя: ліпити щастя, малювати печаль, танцювати настрій. Тоді глибинні переживання як би переходять у мистецтво. Усім дітям необхідне щодня малювання, особливо з елементами фантазування. Небажання малюка малювати має насторожити дорослого, змусити замислитися про причину відмови. Малювання допомагає дітям заглибитись в себе, переключитися із зовнішньої активності на внутрішню, що дуже корисно для гіперактивних і дуже збуджених малюків.

Різновидом арт-терапії є кольоротерапія, музикотерапія, фольктерапія, казкотерапія, ігрова терапія, пісочна терапія, сміхотерапія та інші.

### **1. Кольоротерапія.**

Від самого народження кожного з нас оточують кольори, які впливають на організм, нервову систему, настрій та психіку людини. Колір притягує нас і до нас, викликає різноманітні емоції, передає риси характеру та стану дитини. Він має живильну та цілющу силу, тому це один з найважливіших елементів інтер'єру всіх приміщень дитсадка. Наприклад, відтінки блакитного кольору знімають біль, а сил надає помаранчевий. Зелений заспокоює. Недаремно ми так намагаємось хоча б не надовго вирватись із міста – ближче до природи і її зеленого кольору.

Так як діти рано починають відчувати колір та підбирати його для зображення свого настрою, то це дає змогу дійти висновку, що вибір кольору тісно пов'язаний із психологічними особливостями та станом здоров'я дитини.

Коли діти використовують 5–6 кольорів, у процесі малювання, то це може говорити про нормальний емоційний розвиток. А якщо тільки 1–2 кольори – це вказує на негативний стан у цю хвилину: тривога (синій), депресія (чорний), агресія (червоний). А от використання простого олівця, тобто “відсутність” кольору, повідомляє про те, що у житті дитини не вистачає добрих емоцій.

Ставлення до кольорів проявляється в малюнках малят. Яскраві – радують, приваблюють. Вони не дратують, а навпаки, заспокоюють їх, дають можливість почуватися комфортно.

Здавна відомо, що колір може навіть лікувати: стимулює розумову діяльність, допомагає дітям розслабитись, сприяє профілактиці та корекції психічних чи фізичних відхилень. Для цього рекомендується проводити міні-заняття з кольоротерапії ще з раннього віку. Доцільним є використання “Барвопису”, в якому діти позначають відповідним кольором свій настрій після різних видів роботи; графічних вправ “хвилинка-кольоринки” з метою заспокоєння дітей.

### **2. Фольктерапія.**

Відомо, що всі види мистецтва походять від народного мистецтва. Перлини народної мудрості, які дійшли до наших днів, є складовими фольклору. А він – має “двері”, які дають змогу зазирнути всередину, і ключі, які дозволяють відчинити ці

двері. Фольклор є ідеальною платформою для розвитку усіх органів чуття, пам'яті, уваги, волі.

Виконуючи з дітьми хороводи, рухи українського народного танцю, діти стають розкуті, щирі. У ритмі танцю поліпшується настрій, зміцнюється імунітет. Танець дає дитині можливість самореалізуватися, самовиражатися. Через танець можна виразити навіть те, що неможливо висловити словами. Він не тільки поліпшує фізичне та емоційне здоров'я, а є ще й улюбленою розвагою.

### **3. Музикотерапія.**

Ліками, які слухають – називають музикотерапію. Сила музики безмежна. Вона знімає втому і заряджає людину енергією, позитивно впливає на системи кровообігу та дихання. У дитсадку діти чи не найбільше полюбляють музичні заняття, розваги, свята, музичні паузи. Музикотерапія допомагає дітям з мовленнєвими, руховими, сенсорними, емоційними порушеннями. Існують мелодії-цілителі, мелодії-подразники. Заспокійливо на нервову систему впливає легка, спокійна музика датського композитора Ф. Гойї. Слухаючи цю музику, діти, навіть найгаласливіші, не дозволяють собі кричати, голосно розмовляти.

Щоб покращити настрій дітей, підвищити тонус організму, можна запропонувати для прослуховування “Каприз №24” Ніколо Погоаніні в сучасній обробці. Звуки співу пташок, п'єси із циклу “Пори року” П. Чайковського, “Місячна соната” Л. В. Бетховена – урівноважують нервову систему. Для слухання музики слід використовувати тільки ті твори, які подобаються абсолютно всім дітям.

Розглянемо деякі види оздоровчої роботи з дітьми по використанню музики.

**Релаксація під музику.** Дітям потрібно вміти розслабитися, так само, як і дорослим. Іноді вони бувають дуже напружені фізично й емоційно, що призводить до роздратування. Тому, дуже важливо допомагати їм знімати напругу. Тривалість проведеної релаксації 15-20 хв., під час якої діти можуть лягти на килимок, прийняти будь-яку зручну позу, корисними будуть нахили й потягування тіла.

Окрім музики, добре заспокоюють і відновлюють внутрішню рівновагу різноманітні **звуки природи** (голоси птахів, тварин, вранішній спів птахів у лісі, звуки морського прибою, голоси дельфінів, чайок).

Розслабившись, дитина з допомогою вихователя вибудовує в уяві приємні її образи, які допоможуть подолати напругу.

**Медитація під музику.** Допомагає розслабитись і дає можливість відчутти себе персонажем казки. Велике значення має урівноважений, спокійний тон педагога. Дітей вкладають, приглушують світло, вмикають музику і починають у спокійному темпі розповідати казкову оповідку.

**Спонтанний рух під музику.** Забезпечує дітям необхідну рухову активність, дає розвивати емоційно-чуттєву сферу, стимулює моторне й емоційне самовираження, знімає м'язові затиски, розвиває пластику, легкість рухів тіла. Діти довільно рухаються під музику стільки часу, скільки захочуть.

### **4. Казкотерапія.**

Казка – скарбниця народної мудрості. Це один із древніх способів терапії, який виник майже тоді, коли люди навчилися говорити. Її можна використовувати у різному віці і в різній кількості, адже у казки немає протипоказань та побічних дій. В основу казкотерапії покладено цілющі властивості казки. Для казкотерапії, потрібно підбирати різні казки: народні, сучасні, психокорекційні, притчі, міфи, легенди. У процесі роботи над казкою у дітей розвиваються позитивні емоції, що має величезний вплив на формування духовно здорової особистості.

### **5. Сміхотерапія.**

У народі кажуть: “Веселий сміх – це здоров’я”, “Веселі люди завжди вилікуються “. Тобто, хто мав веселу вдачу, добре серце – в того й здоров’я було. Справді, сміх допомагає зняти стрес, підняти настрій, задіює м’язи обличчя та тіла, позитивно впливає на фізичний розвиток дітей. Дві тисячі років тому Гіппократ акцентував увагу на користі сміху, розглядаючи його як лікувальний засіб.

Сміх буває різним: веселим і отруйним, радісним і сумним, розумним і недоречним, іронічним і щирим, сором’язливим. Не кожен сміх позитивно впливає на наше здоров’я. Окрім того, сміх дає легеням можливість повністю звільнитися від повітря. Він знижує частоту ритму серця, виробляє гормони радості, знімає напруження з 80 груп м’язів, задіює практично всі м’язи обличчя.

Щоб діти росли здоровими і веселими, слід впроваджувати в освітньо-виховний процес “Хвилинки-смішинки”, гуморини, розваги, що викликають позитивні емоції.

### **6. Пісочна терапія.**

Пісок і вода – найулюбленіші матеріали для ігор і занять дітей. Пісок поглинає негативну енергію, “очищає” енергетику людини, стабілізує емоційний стан. Граючись з піском у дітей підноситься настрій, розвиваються дрібна моторика рук та тактильно-кінестетична чутливість. Покриваючи кожен міліметр тіла, пісок ніжно “подразнює” шкіру за рахунок сипучості і неправильної форми піщинок. Це позитивно впливає на кровоносні і лімфатичні судини, нервові закінчення, забезпечуючи болезаспокійливий ефект: біль “заходить в пісок”.

Тому пісочні ігри (сендплей) потрібно проводити в різних вікових групах протягом дня постійно. Особливо доцільне їх використання у період адаптації дітей до дошкільного закладу, нового колективу.

**Імунна гімнастика** – дає організму емоційний, оздоровчий заряд. Це супроводження рухами раніше вивчених віршиків, які діти виконують у досить легкому натуральному одязі після ранкової гімнастики чи денного сну.

### **Пальчикова гімнастика.**

Ще у II тис. до н.е. китайські мудреці знали, що існує взаємозв’язок між рухами пальців, кисті та розвитком мислення. Це підтверджують дослідження фізіологів. У роботах В.М. Бехтерева є висновки про те, що маніпуляції рук впливають на функціонування центральної нервової системи, розвиток мовлення. Прості рухи кистей допомагають зняти загальну напругу, розслаблюють губи, що сприяє покращенню вимови звуків. Народна мудрість здавна зберігає знання про доцільність використання ігор з пальчиками.

Пальчикові ігри являють собою віршовані рядки, що ілюструються за допомогою ритмічних рухів рук, пальчиків.

Невід’ємною частиною технології оздоровлення є **різноманітні види масажу** (самомасаж біологічно активних точок, антистресовий масаж). Дана технологія доступна дітям для самостійного використання.

**Точковий масаж** підвищує захисні властивості слизових оболонок носа, глотки, гортані, трахеї та інших органів. Завдяки йому організм починає сам “виробляти ліки”. Доцільно проводити точковий масаж зон грудини та обличчя (під носовою перегородкою, під мочками вушних раковин, на жувальних м’язах, під грудними залозами, на пальцях рук, на зап’ястях). Систематичне виконання даного масажу підвищує стійкість організму проти холоду, вологості, вірусів та мікробів. Він є загартувальним засобом. Цей масаж особливо корисний дітям дошкільного віку.

Вибір здоров’язбережувальних технологій залежить від програми, за якою працюють педагоги, конкретних умов ДНЗ, професійної компетентності педагогів, а також показників захворюваності дітей.

Таким чином, дуже важливо, щоб кожна з технологій мала оздоровчу спрямованість, а використана в комплексі здоров'язбережувальна діяльність формувала б у дитини стійку мотивацію на здоровий спосіб життя, повноцінний різнобічний розвиток.

Збереження здоров'я в освітньому просторі ДНЗ спрямовується на підвищення ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я дітей; на творення умов, які дають змогу не нашкодити, а покращити фізичне та психічне благополуччя дітей і педагогів; на реалізацію методів, форм і засобів навчання відповідно до фізіологічно-психологічних принципів збереження здоров'я; на впровадження системи заходів, що забезпечують гармонійний духовний і фізичний розвиток, запобігають розвитку захворювань, а також діяльність, спрямовану на збереження та підвищення рівня здоров'я дітей.

### **Висновок**

Отже, використання в роботі ДНЗ здоров'язбережувальних технологій підвищить результативність навчально-виховного процесу, сформує у педагогів і батьків ціннісні орієнтації, спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я дітей, якщо: будуть створені умови для коректування технологій в залежності від конкретних умов і типу ДНЗ; спираючись на статистичний моніторинг здоров'я дітей, будуть зроблені необхідні зміни в інтенсивності технологічних впливів; буде забезпечено індивідуальний підхід до кожної дитини; будуть сформовані позитивні мотивації у педагогів і батьків.

До подальших напрямів дослідження зазначеної проблематики маємо віднести питання, пов'язані з формуванням здорового способу життя дітей дошкільного віку.

1. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко / Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1–6.
2. Денисенко Н. Навчаємо оздоровчих технологій / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2010. – № 1. – С. 14–15.
3. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень / В. М. Єфімова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 1. – С. 57–60.
4. Чупаха И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе // И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. – М. : Илекса, Народное образование ; Ставрополь : Ставропольсервисшкола, 2003. – 400 с.
5. Карасева Т. В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий / Т. В. Карасева // Начальная школа. – 2005. – № 11. – С. 75–78.
6. Митина Е. П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра / Е. П. Митина // Начальная школа. – 2006. – № 6. – С. 56–59.
7. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : [учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед.] / А. М. Митяева. – М. : Академия, 2008. – 192 с.
8. Московченко О. Н. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом (с применением компьютерных технологий) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук / О. Н. Московченко. – М., 2008. – С. 12.
9. Нечай С. Музыка зміцнює здоров'я / С. Нечай // Дошкільне виховання. – 2010. – № 6. – С. 13–15.
10. Павлова Т. Сказка [Текст] / Т. Павлова // Мир семьи. – 2010. – № 9. – С. 26–27.
11. Петренко В. А. Здоров'язбережувальна компетентність [Електронний ресурс] / В. А. Петренко. – Режим доступу : [http://teacher.at.ua/publ/zdorov\\_jazberezhuvalna\\_kompetentnist/19-1-0-8188](http://teacher.at.ua/publ/zdorov_jazberezhuvalna_kompetentnist/19-1-0-8188).
12. Про дошкільну освіту : закон України від 11 липня 2001 року № 2628-III / ВРУ // Відомості Верховної Ради України. – 2001. – № 49. – С. 2.
13. Рубан Н. Здоров'ятворчі та здоров'язбережувальні технології / Н. Рубан // Палітра педагога. – 2010. – № 2. – С. 12–17.
14. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии / Г. К. Селевко. – М. : Народное образование, 1998. – С. 198.



#### References:

1. Vashenko A. *Zdorovja ta fizichnakyultura* [Health and Physical Education], 2006, vol. 8, p. 1–6.
2. Teach N. *Dozhkilnevihovannya* [Preschooleducation], 2010, vol. 1, c. 14–15.
3. Efimova V.M. *Padagogika, psihologija i medico-biologichny problem fizichnogovihovanniyai isportu* [Pedagogy, psychology and medical-biological problem of physical education and sport], 2010, vol. 1, P. 57–60.
4. Chupaha I.V. *Zdorovesberehayuschye tehnologii obrazovatelno-vospitatelnom protsesse* [School health technologies in the sphere of education] Moscow, Yleksa, Narodnoe Education, Stavropol, Stavropolservysshkola, 2003, 400 p.
5. Karasev T.V. *Naschalnajaskhola* [Initial school], 2005, vol. 11, p. 75–78.
6. Mitin E.P. *Naschalnajaskhola* [Initial school], 2006, vol. 6, p. 56–59.
7. Mytyaeva A.M. *Zdorovesberehayuschye pedagogicheskiye tehnologii* [Health-educational technology] [Textbook. posob. for students. High society. Textbook. lead.], Moskva, Publishing. center “Academy”, 2008, 192 p.
8. Moskovchenko A.N. *Optimizacija fizycheskyh nahruzok na osnovy indivydualnoy diagnostiky adaptivnogo sostojaniya y zanymayuschyhsya fizycheskoy kulturoy i sportom (s primeneniem computernih tehnologiy)* [Optimization of physical activities based on individual diagnosis adaptive state have engaged in physical culture and sports (with the use of computer technology)], Abstract. Thesis. Doctor. ped. Science, Moskva, 2008, p. 12.
9. Nechay S. *Doszkilnevihovannja* [Preschooleducation], 2010, № 6, p. 13–15.
10. Pavlova T. *Myrsemjy* [Peace family], 2010, vol. 9, p. 26–27.
11. Petrenko V.A. *Zdorov'yazberezhualna kompetencija [electronic resurs]*, Access: [http://teacher.at.ua/publ/zdorov\\_jazberezhualna\\_kompetentnist/19-1-0-8188](http://teacher.at.ua/publ/zdorov_jazberezhualna_kompetentnist/19-1-0-8188).
12. On Preschool Education: Law of Ukraine on July 11, 2001 № 2628-III / ASE // known. Verkhovna Rada of Ukraine, 2001, № 49, p. 2.
13. Ruban N. *Palitrapedagoga* [Paletteteacher], 2010, vol. 2, p. 12–17.
14. Seleucus G.K. *Sovremetilnye obrazovatelnye tehnologiyi* [Modern scientific technology], Moscow, Narodnoe education, 1998, p. 198.

Рецензент: канд. пед. наук, доц. Презлята Г. В.

УДК 37. 037: 371. 71

ББК 74.200.554

Олег Кемінь

### СКАУТСЬКА СИСТЕМА ВСЕБІЧНОГО РОЗВИТКУ, ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ НЕГАТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК

Формування негативного ставлення до шкідливих звичок сьогодні є надзвичайно актуальним, оскільки організм молодшої людини в період свого розвитку особливо вразливий. В роботі зроблена спроба виявити позитивний вплив скаутської системи всебічного розвитку (на прикладі традицій Національної скаутської організації України “Пласт”) на свідоме ставлення підлітків до власного здоров’я, а також на утвердження засад здорового способу життя. На підставі порівняльного аналізу результатів опитування підлітків 14–15 років, та їх ровесників-пластунів доведено, що сформована столітньою традицією, скаутська система тіло виховання та розвитку особистості здатна утвердити у підлітків свідоме ставлення до власного здоров’я. Молодь, яка присвячує своє дозвілля скаутингу, має чіткі переконання стосовно власної поведінки та девіантної поведінки однокласників.

**Ключові слова:** підлітки, шкідливі звички, здоровий спосіб життя, скаутська система всебічного розвитку.

Формирование негативного отношения к вредным привычкам сегодня является чрезвычайно актуальным, поскольку организм молодого человека в период своего развития особенно уязвим. В работе сделанная попытка выявить позитивное влияние скаутской системы всестороннего развития (на примере традиций Национальной скаутской организации Украины “Пласт”) на сознательное отношение подростков к собственному здоровью, а также на утверждение принципов здорового образа жизни. На основании сравнительного анализа результатов опроса подростков 14–15 лет, и их ровес-