

МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У контексті соціально-економічних змін, які відбуваються в сучасному українському суспільстві, проблема здоров'я молодого покоління є однією з найактуальніших. Одним із найважливіших завдань педагогів є забезпечення фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я дітей. Дуже важливо з дошкільного дитинства сформувати у вихованців валеологічний світогляд, мотивацію на здоровий спосіб життя; дати дітям знання про здоров'я та чинники його збереження; забезпечити можливість набувати досвід здоров'язбережувальної діяльності.

Питання формування, збереження та зміцнення здоров'я дошкільників перебуває в центрі уваги широкого кола вчених. Аналіз наукових праць засвідчує багатоплановість і значимість робіт у цій сфері, які розкривають різні аспекти проблеми: надання дітям знань про основи здоров'я (Л. Лохвицька, С. Юрочкіна та ін.), формування у дошкільників ціннісного ставлення до власного здоров'я (Т. Андрущенко, Г. Беленька, О. Богініч, М. Машовець, І. Чупаха та ін.), особливості формування фізичного здоров'я дошкільників (О. Богініч, Е. Вільчковський, Л. Волков, Н. Денисенко, О. Дубогай, С. Петренко, О. Потужній, Л. Сварковська, Ю. Шевченко та ін.), забезпечення основ здорового способу життя (Н. Андрєєва, Т. Бабюк, Н. Бикова, Т. Овчиннікова, А. Ошкіна, О. Перевертайло та ін.), створення в дошкільних навчальних закладах здоров'язбережувального середовища (О. Богініч, Н. Денисенко, І. Золотухіна, Н. Левінець, Т. Овчиннікова, Ж. Петрова, Н. Рилова, О. Тимченко та ін.), а також підготовка майбутніх педагогів до діяльності з оздоровлення дітей (О. Іванашко, Т. Книш, Н. Маковецька, В. Нестеренко та ін.).

Умови сучасності потребують формування у дітей здатності до збереження здоров'я на основі інноваційних підходів. Враховуючи той факт, що наразі в освіту впроваджується компетентнісний підхід, вважаємо, що актуальною проблемою сучасної педагогічної науки є розробка нових моделей організації в дошкільних навчальних закладах освітнього процесу, спрямованого на формування у дітей здоров'язбережувальної компетентності, що є запорукою та передумовою здорового способу життя.

Вважаємо, що саме компетентнісний підхід до збереження здоров'я забезпечить розвиток особистості, яка свідомо ставиться до власного здоров'я та до здоров'я навколишніх, дотримується здорового способу життя, має сформовані здоров'язбережувальні життєві навички, що дозволяють вести якісне, повноцінне та продуктивне життя. На нашу думку, цьому сприятиме впровадження в практику роботи дошкільних навчальних закладів методики формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку. Пріоритетними завданнями запропонованої методики є формування у дітей:

- настанови на цінність власного здоров'я;
- позитивної мотивації до збереження здоров'я, дотримання здорового способу життя;
- потреби в освоєнні способів збереження власного здоров'я;
- системи знань про здоров'я та чинники його збереження;
- життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я;
- вміння застосовувати у повсякденному житті досвід здоров'язбережувальної діяльності;
- здатності до самостійного пошуку засобів збереження здоров'я.

Для успішного здійснення діяльності з формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку варто дотримуватися певних вимог на всіх її етапах. Важливо, щоб знання про основи здоров'я і способи їх засвоєння подавалися за стрункою, логічно вмотивованою та зорієнтованою на можливості дітей системою. Це вимагає вироблення вихідних принципів організації зазначеної діяльності, значущих для формування компетентної у збереженні здоров'я особистості, які б окреслювали загальне спрямування процесу формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку, вимоги до його змісту, методики та організації. В основу методики закладені такі принципи:

- *принцип мотиваційного забезпечення навчально-виховного процесу*, що передбачає формування позитивного ставлення дітей до збереження здоров'я через опору на сприйняття здоров'я як особистісної життєвої цінності, природну допитливість, емоційність, інтелектуальний потенціал дошкільника, його самооцінку; збалансування системи цінностей, інтересів та прагнень дитини;
- *принцип співпраці* забезпечує: відкрите, довірливе ставлення педагогів до дітей, створення сприятливої психологічної атмосфери партнерської взаємодії як моделі здоров'язбережувальної по-

ведінки, наявність прикладу здорового способу життя значущих для дошкільників дорослих людей. Перевагу активних методів навчання, які уможливають набуття дітьми досвіду здорового способу життя, відчуття позитивного впливу на самопочуття чинників збереження здоров'я, залучення дошкільників і дорослих до активізації та закріплення життєвих навичок в особистісній, організаційній і предметно-просторовій площинах розвивального здоров'язбережувального середовища дошкільного навчального закладу. Для реалізації цього принципу доречно дотримуватися таких правил:

- подаючи дітям нову інформацію, розкривати логічні зв'язки з наявними знаннями;
- усі відомості, запропоновані дошкільникам, мають ґрунтуватися на науковому фактичному матеріалі;
- заохочувати дітей до проведення дослідницької діяльності у контексті теми, що її вивчають;
- давати дітям змогу зробити власні відкриття щодо причин і наслідків життєвих ситуацій, які стосуються здоров'я;

принцип індивідуалізації та диференціації зобов'язує до вивчення та врахування індивідуальних, психологічних особливостей дитини із метою організації процесу формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку, спираючись на інтелектуальні можливості й життєвий досвід дітей. Забезпечує індивідуально зорієнтовану допомогу дітям в усвідомленні власних потреб, інтересів і цілей здоров'язбереження, оцінювання найменших досягнень дитини. Передбачає врахування вихідних рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку, вибір ними завдань за інтересами та можливостями з метою забезпечення максимальної ефективності під час формування у дошкільників здоров'язбережувальних життєвих навичок. Реалізація принципу має відбуватися через:

- формування у дошкільників інтересу та позитивного ставлення до нової інформації;
- подання вихованцям логічно пов'язаних між собою знань, оскільки вони засвоюються ліпше, ніж розрізненні відомості;
- надання у навчанні переваги мисленню дітей, а не запам'ятовуванню інформації;
- подання інформації, що потребує запам'ятовування, у короткій і конкретній формі;

- пропонування для запам'ятовування дітям матеріалу, який вони зрозуміли й усвідомили;
- активізація не лише пам'яті, а й мислення й почуттів дошкільників під час повторення та закріплення вивченого;
- під час розгляду складних тем застосовувати диференційований підхід;
- *принцип комфортності* забезпечує стимулювання та підтримку самостійних, свідомих проявів здоров'язбережувальних життєвих навичок, створення "ситуації успіху", формування образу "Я – здоровий" на основі уявлень про фізичну, психічну, духовну та соціальну складові здоров'я, позитивного ставлення до себе; оптимальне співвідношення активної діяльності та відпочинку, регламентованого й вільного часу; створення умов для самостійного вибору дитиною здоров'язбережувальних способів дій, задоволення своєї соціальних та індивідуальних потреб. Реалізація принципу має забезпечуватися таким чином:
 - дітям подавати ту інформацію, яку вони можуть засвоїти на даному віковому етапі, але з певним випередженням їхнього віку;
 - під час занять враховувати життєвий досвід дошкільників;
 - використовувати аналогію, порівняння, співставлення та протиставлення;
 - усі поняття формулювати чітко, образно, з використанням фактів і прикладів із життя;
- *принцип свідомості та активності* визнає виняткову роль власної активності дитини у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності, спрямовує на надання права на свідомий вибір діяльності, прийняття самостійних рішень. Передбачає збалансованість змісту та форм подання інформації щодо збереження здоров'я та життєвого досвіду дошкільників. Забезпечує умови для збагачення досвіду здорового способу життя дітей через активне відкриття, усвідомлення та засвоєння його правил. Практична реалізація принципу свідомості й активності у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку має відбуватися через:
 - пояснення вихованцям значення здоров'я в житті людини;
 - використання всіх видів і форм пізнавальної діяльності під час навчання дошкільників;
 - забезпечення розуміння дітьми важливості здоров'язбережувальних дій із опорою на їхній життєвий досвід, наявні знання, логічні ланцюжки між засвоєними та новими знаннями;