



УДК 373.3:613.955

ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ 6–7 РОКУ ЖИТТЯ

Печка Л.Є., аспірант
кафедри теорії та історії педагогіки
Київський університет імені Бориса Грінченка

У статті окреслено теоретичні аспекти сучасного стану формування ціннісного ставлення до власного здоров'я. Проаналізовано наукові дослідження вітчизняних і зарубіжних учених щодо ціннісного ставлення до власного здоров'я старших дошкільників і молодших школярів. У роботі вивчено стан розробленості проблеми формування здорового способу життя дітей 6–7 року життя в психолого-педагогічній теорії; уточнено зміст основних понять дослідження. Зроблено акцент на ролі педагога у відновленні фізичного, психічного і соціального здоров'я дітей.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, валеологічна освіта, діти 6–7 року життя.

В статье освещены теоретические аспекты современного состояния формирования ценностного отношения к собственному здоровью. Проанализированы научные исследования отечественных и зарубежных ученых по вопросу ценностного отношения к здоровью старших дошкольников и младших школьников. Определено состояние разработки проблемы формирования здорового образа жизни детей 6–7 года жизни в психолого-педагогической теории; уточнены основные понятия исследования. Сделан акцент на роли педагога в восстановлении физического, психического и социального здоровья детей.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, валеологическое образование, дети 6–7 года жизни.

Pyechka L.Ye. THEORETICAL ASPECTS OF FORMATION OF VALUABLE ATTITUDE TO OWN HEALTH OF 6-7 YEAR OLD CHILDREN

The theoretical aspects of the current state of formation of valuable attitude to own health are considered in the article. A number of theories of native and foreign scientists about valuable attitude to own health of children of older preschool and early school age was analyzed. The state of elaboration of problem of forming healthy lifestyle of children 6–7 years of life in the psychological-pedagogical theory was studied in the research; the meaning of the basic concepts of the study was clarified. There was made an emphasis on the role of teacher in the restoration of physical, mental and social health of children.

Key words: health, healthy lifestyle, valeological education, 6–7 year old children.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві здоров'я особистості визначається як найвища людська цінність, оскільки воно є головним показником його цивілізованості та ефективної діяльності. Здоров'я розглядається в поєднанні різних категорій як цінність індивідуальна й суспільна, як явище динамічне, яке взаємодіє з довкіллям, що постійно змінюється. Здоров'я – найвище благо, дароване людині природою. Без нього життя не може бути повноцінним і щасливим. Однак в останні десятиліття світова наука зарахувала проблему здоров'я до кола глобальних проблем, вирішення яких зумовлює не тільки кількісні та якісні характеристики майбутнього розвитку людства, а й навіть сам факт його подальшого існування як біологічного виду. Більшість показників здоров'я дітей України є невтішними. Значною мірою низький рівень здоров'я зумовлений відсутністю свідомого ставлення до власного здоров'я, розуміння його значення для себе та свого майбутнього. У цьому контексті важливою проблемою постає формування ціннісного став-

лення до власного здоров'я дітей 6–7 року життя. Навчити дітей берегти і зміцнювати своє здоров'я – одне з найважливіших завдань сьогодення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) записані найважливіші постулати, рекомендовані всім країнам, зокрема ті, що стосуються питань здоров'я молодого покоління, а саме: мати найвищий рівень здоров'я – одне з основних прав кожної людини незалежно від раси, релігії, політичних переконань, економічного чи соціального стану; уряди країн несуть відповідальність за здоров'я своїх народів, яка має ґрунтуватися на реалізації певних соціальних і медико-санітарних заходів.

Сьогодні питання формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в педагогічній практиці набуло особливої актуальності.

Варті уваги наукові дослідження, присвячені формуванню ціннісного ставлення до власного здоров'я дітей та молоді: Т. Андрущенко, Л. Лохвицької (дошкільний



вік), С. Дудко, Ю. Мельник (початкова школа), О. Єжової (учнівська молодь), О. Міхеєнка (підготовка майбутніх спеціалістів зі здоров'я). Дослідження Н. Романової, авторського колективу – О. Яременка, О. Вакуленко, М. Галусяна, Н. Комарової, Р. Левіна – присвячені теоретико-методологічним засадам формування здорового способу життя зростаючого покоління.

Основні підходи до збереження і зміцнення здоров'я дітей і молоді визначені в Національній програмі виховання дітей та учнівської молоді в Україні, Концепції загальнодержавної цільової соціальної програми «Здорова нація», Національній доктрині розвитку освіти України у XXI ст., Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту, Законі України «Про фізичну культуру і спорт», «Концепції інтегративної українознавчої валеологічної освіти в Україні», «Про охорону дитинства», програмі виховання і навчання дітей віком від 2 до 7 років «Дитина» тощо.

Одним з основних завдань Державного стандарту початкової загальної освіти, Базового компоненту дошкільної освіти в Україні визначається збереження та зміцнення фізичного, психічного й духовного здоров'я дитини. У Державному стандарті дошкільної освіти поняття ціннісного ставлення до здоров'я трактується як вибіркоче, порівняно стале ставлення, зумовлене потребами та інтересами дитини, системою її ціннісних орієнтацій, яке визначає її особистісний сенс у ставленні до когось або чогось.

Постановка завдання. З огляду на вищезазначене, завданням статті є визначити та проаналізувати основні наукові дослідження формування ціннісного ставлення до власного здоров'я дітей 6–7 року життя.

Виклад основного матеріалу дослідження. Занепокоєність станом здоров'я зростаючого покоління спонукає науковців до пошуку нових підходів щодо формування навичок здорового способу життя, ціннісного ставлення до власного здоров'я дітей дошкільного й молодшого шкільного віку. Цей період є найсприятливішим для оволодіння знаннями й навичками з охорони, зміцнення, збереження здоров'я, які згодом перетворюються у важливий компонент загальної культури людини та вплинуть на формування здорового способу життя всього суспільства

Ученими М. Амосовим, Г. Апанасенком, І. Брехманом досліджено феномен здоров'я: розкрито гармонійну єдність фізичної, психічної, духовної та соціальної його сфер, визначено чинники, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я.

Визначальними критеріями якості освітньої ланки «дошкільний навчальний заклад – початкова школа» є орієнтація на формування в особистості ціннісного ставлення до здоров'я.

У контексті нашого дослідження особливого значення набуває дослідження Г. Беленької, А. Богуш, Е. Вільчковського, Н. Гавриш, Л. Гаращенко, Н. Денисенко, О. Кононко, Л. Сварковської, Т. Федорченко, які розглядали особливості ціннісного ставлення до здоров'я, особливо в період дитинства.

Г. Апанасенко визначає здоров'я як наявність високих адаптаційних можливостей організму, здатності до енергетичного, пластичного та інформаційного забезпечення процесів самоорганізації, що «служить основою для виконання біологічних і соціальних функцій» [1, с. 2–7]. На думку І. Муравова, в основі фізичного та психоемоційного благополуччя – гармонійне співвідношення взаємопов'язаних функцій та структур, що забезпечується високим енергетичним рівнем організму за найменшої «ціни» адаптації його до умов життєдіяльності [5, с. 10–11].

Не залишає учених байдужими проблема формування здоров'я дітей 6–7 років життя засобами фізичного виховання.

В. Оржеховська основним критерієм оцінки стану здоров'я вважає рівень здатності людини адаптуватися в нашому складному і вимогливому світі і рівень фактичного пристосування людини, рівень її соціального статусу й самопочуття у цьому світі [14, с. 29–32]. О. Дубогай здоров'я сприймає як чинник виконання індивідом своїх соціально-біологічних функцій в умовах фізичного і психічного благополуччя. Дослідниця поєднує фізичний розвиток і здоров'я з інтелектуальною та соціальною активністю, формуванням особистості та індивідуальності [8, с. 7–9].

Аналіз досліджень з проблеми формування здоров'язберігаючого освітнього середовища через реалізацію здоров'язберігаючих освітніх технологій в навчально-виховному процесі (Л. Антонова, І. Борисова, Ю. Науменко, А. Севрук, Е. Вайнер, Н. Смірнов, В. Сонькін, В. Серіков, Л. Вашлаєва, О. Петров, Т. Паніна та ін.) свідчить про спроби вчених переглянути загальні підходи до формування здоров'язберігаючого освітнього середовища, з'ясувати новий зміст, форми, методи реалізації даної проблеми в умовах сучасної ситуації в освітній сфері.

Праці Н. Денисенко присвячені здоров'язберезувальній діяльності дітей дошкільного й молодшого шкільного віку.



Автор надає практичні рекомендації щодо формування у дітей знань про власне здоров'я й визначає фізичне здоров'я як гармонійну взаємодію всіх органів та систем, їх динамічну зрівноваженість із середовищем, а психічне здоров'я – як внутрішньо-системну основу соціальної поведінки особистості [7, с. 4–6].

Поділяємо думку Дж. Рейнуотера стосовно того, що протягом усього життя людина сама формує власне майбутнє здоров'я: «Воно «залежить від нашої поведінки у минулому – від того, як ми дихали і рухалися, як ми харчувалися, яким думкам і стосункам віддавали перевагу [16, с. 172]».

С. Кулачківська звертає увагу на необхідність створювати умови для розвитку доброзичливих стосунків між дітьми, бо вони породжують у дитини почуття спільності з однолітками, душевну рівновагу, дружнелюбність, спокій. Напруженість у стосунках з оточуючими, тривога гальмують розвиток особистості [11, с. 15–17].

У своїх наукових працях С. Максименко наголошує: «Дитина з нестресовим стилем життя усвідомлює і відстоює власні права та потреби, обирає собі друзів, встановлює низькостресові стосунки» [13, с. 2]».

Вступ до школи і початок навчання – серйозні моменти в житті молодшого школяра. У багатьох учнів інтенсивність навчання провокує напруженість, стомлюваність, невпевненість, незадоволення. В. Кузьменко зазначає: «Збереженню психічного здоров'я дитини сприяє єдність вимог до неї з боку всіх дорослих – педагогічного персоналу, батьків, інших близьких людей. Лише на цій основі має будуватися пошук таких форм роботи, які дадуть змогу виробити єдину концепцію розвитку дитини [10, с. 10–12]».

В. Колієгова і А. Захаров зазначають, що емоційне благополуччя дитини молодшого шкільного віку залишається надзвичайно важливим. Взаємини між батьками і дітьми завжди тісно пов'язані з їх характером і психологічним здоров'ям самих батьків, способом життя сім'ї, здоров'ям, благополуччям, щастям.

Спосіб життя, як відомо, є важливим фактором формування здоров'я. Тому для нас важливими є дослідження С. Овчинникова, Н. Добрянської, В. Куликова. Л. Нестеревої, С. Попова щодо формування здорового способу життя.

Г. Царегородцев зазначав, що головне у формуванні здорового способу життя – сама людина, спосіб мислення, мотиви її вчинків, що тільки у разі відмови від традиційного медичного поняття здорового способу життя, як переліку гігієнічних умов

існування людини, можна покращити стан суспільного здоров'я. Учений приділяв увагу питанню відповідального ставлення до власного здоров'я. Наголошується, що вагому роль у цьому відіграють фактори суб'єктивного порядку, адже у своєму бутті людина відповідальна за свій спосіб життя [18, с. 41–45].

Сучасні провідні теоретики формування здорового способу життя у Сполученому Королівстві Великої Британії та Північної Ірландії Дж. Найду (Jannie Naidoo) та Дж. Уліз (Jane Wills), намагаючись пояснити феномен «здоров'я», посилаються на розповсюджену в країні модель здоров'я (автори П. Аглетон (Piter Aggleton), Г. Гоманс (Hilary Homans), Л. Евлес (Linda Ewless) та І. Зімнет (Ina Zimnett)), що охоплює такі складові частини: фізичну, психічну, духовну, емоційну, сексуальну, соціальну, екологічну.

В. Петленко зазначає, що одним із показників здоров'я є здатність людини «оптимально задовольняти систему матеріальних і духовних потреб» [15, с. 55].

Варто відзначити, М. Смірнов визначив групу факторів, які негативно впливають на здоров'я дітей: загальнопатогенні та внутрішньошкільні [17]. До першої групи, на думку вченого, належать низький рівень мотивації збереження і зміцнення власного здоров'я, (багато говориться про здоров'я, але мало конкретних дій), звуження самого поняття здоров'я (часто береться до уваги тільки фізична складова частина); вплив несприятливих для здоров'я екологічних, антропогенних і техногенних факторів, відсутність єдиної і цілеспрямованої системи формування культури здоров'я населення, недосконалість законодавчої, нормативно-правової бази, що регламентує діяльність охорони здоров'я населення, не сформована культура здоров'я у педагогів, неблагополуччя їх стану здоров'я. До внутрішньошкільних факторів, що становлять певну загрозу для здоров'я, М. Смірнов відносить гігієнічні, учбово-організаційні, психолого-педагогічні.

В. Базарний виокремив три причини загального нездоров'я: 1) вади в системі виховання дітей в сім'ї і в школі; 2) тривалий вплив сенсорно обмеженого середовища: закритих приміщень і обмеженого простору в школах. За таких умов відбувається згасання образно-чуттєвого сприйняття світу, звуження зорових горизонтів, пригнічення емоційної сфери дітей; 3) надмірне захоплення методами інтелектуального розвитку на шкоду чуттєвому, емоційно-образному. Науковець розробив здоров'яохоронну систему заходів із профілактики захворювань і причин, що до них спонукають.



Як показали дослідження, через комплексне застосування цих заходів небезпека хвороб знижується у 2,5 рази [2].

Деякі зарубіжні автори (М. Блакстер, Дж. Пірет, А. Веєр, Г. Вільямс) акцентують не на об'єктивних характеристиках здоров'я, розглядаючи його з позиції соціального конструктивізму, а на системі чинників, які є соціально й культурно сконструйованими та забезпечують формування здорового способу життя, зокрема й середовища, в якому перебуває людина.

У своїх дослідженнях Д. Дубровський, В. Розін, Б. Юдін доводять, що здоров'я є природним наслідком нашого способу життя: взаємин, дієти, навколишнього оточення; здоров'я – не предмет власності, а процес. Все те, що ми робимо, результат наших думок і почуттів. Це – спосіб існування.

Сучасна освіта все частіше набуває модернізованих змін. Тенденція пов'язана з досягненням її головної мети – цілісного розвитку дитини як особистості, що, в першу чергу, передбачає турботу про всі складники здоров'я дитини 6–7 року життя на перехідному етапі: дошкільний навчальний заклад – початкова школа.

Щоб дитина була здоровою, її необхідно виховувати від самого народження. Важливі сенситивні періоди розвитку людини припадають саме на дошкільний і молодший шкільний вік. У дітей 6–7 років життя немає суб'єктивних причин для захворювань; за даними психологів, у такому віці в процесі активної дитячої діяльності можна виховати бережливе, свідоме ставлення до власного здоров'я. У зв'язку з цим значна кількість наукових досліджень присвячена проблемі формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей.

Праці вітчизняних та зарубіжних науковців Б. Ананьєва, Л. Божович, Л. Виготського, В. Давидова, Д. Ельконіна, Г. Костюка, А. Петровського, Н. Талізної, С. Кондратюк, Н. Хоменко свідчать, що молодший шкільний вік є сприятливим періодом для набуття життєвих умінь і навичок.

На думку І. Брехмана, необхідно вчити людину набувати знання і виробляти навички, які є важливими для здоров'я. Він наголошує на тому, щоб навчання здоров'ю було «неперервним протягом усього життя, диференційованим для різного віку» [4, с. 26].

Як стверджують Н. Бібік та Н. Коваль, основними життєвими навичками, що сприяють здоровому способу життя в молодших школярів, є життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю, життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю, та життєві навички, що сприяють духовному і психічному здоров'ю [3].

Н. Іванова наголошує на ролі педагога у формуванні ціннісних орієнтацій здорового способу життя та пропонує до функціональних обов'язків педагога, як обов'язковий структурний елемент його професійної компетентності, включати роботу з формування і корекції способу життя учня.

Важливо, щоб у процесі навчання й виховання педагога спонукали дітей до самостійного вибору пошуків здорового способу життя. Як зазначає І. Бех, передача досвіду попередніх поколінь відбувається шляхом засвоєння учнями знань, умінь, навичок, їх залученням їх до системи загальнолюдських цінностей.

Формування ціннісного ставлення до здоров'я буде проходити найбільш успішно, якщо воно здійснюється на основі реалізації ідей педагогіки співробітництва, яка припускає спільну розвивальну діяльність дорослих і дітей і скріплена взаєморозумінням, проникненням у духовний світ одне одного, спільним аналізом процесу і результатом цієї діяльності.

Педагогіка співробітництва, застосовуючи діалог, припускає рівність психологічних позицій учасників педагогічного процесу, створення психологічної атмосфери взаємодопови. Це дає змогу створювати оптимальні умови для розвитку дитини і зміцнення її здоров'я.

Важливою умовою формування основ ціннісного ставлення до власного здоров'я дітей 6–7 року життя є збагачення їх знаннями про основи здоров'я, що забезпечує валеологічна освіта. Валеологія (від лат. "valeo" – бути здоровим і грец. "logos" – наука) – наука про індивідуальне здоров'я людини, його формування, збереження, зміцнення та відновлення; досліджує проблеми впровадження здорового способу життя, виховання культури людини в усіх сферах діяльності, які відбиваються на її здоров'ї.

Валеологічна свідомість як система переконань особистості визначає погляди дитини на здоровий спосіб життя і втілюється в його уявленнях, орієнтаціях, почуттях, ставленнях до власного здоров'я. Валеологічна освіта дітей старшого дошкільного віку, молодших школярів має на меті створення інформаційного середовища, що забезпечило б їм можливість пізнання себе та своїх фізичних, фізіологічних, інтелектуальних особливостей, створило б умови для пошуку шляхів збереження і зміцнення здоров'я [12, с. 113–121].

Сучасна наука на стику вікової фізіології, педіатрії, педагогіки, дитячої психології розробляє новий міждисциплінарний науково-практичний напрям як розвиваюча пе-



дагогіка оздоровлення, одним із засновників якого був учений-педіатр, педагог Ю. Змановський. Педагогіка оздоровлення визначає такі принципи: 1) розвиток творчого уявлення, яке стає необхідною внутрішньою умовою під час побудови і проведення оздоровчої роботи з дітьми; 2) формування осмисленої моторики; 3) створення й закріплення цілісного позитивного психосоматичного стану під час виконання різних видів діяльності; 4) формування у дітей здібності до співучасті й до співпереживання [9].

У наш час цей напрям активно розвивають науковці Інституту проблем виховання НАПН України, Інституту модернізації змісту освіти та інші установи.

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, визначення здоров'я як стану повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не лише відсутності хвороб або фізичних вад, зустрічається у значній кількості вітчизняних і зарубіжних робіт, присвячених дослідженню проблем здоров'я молодого покоління, формуванню навичок здорового способу життя, позитивної мотивації на здоровий спосіб життя і культури здоров'я.

Результати здійсненого аналізу науково-методичної літератури із зазначеної проблеми дали змогу констатувати, що формування у дітей 6–7 року життя ціннісного ставлення до власного здоров'я неможливе без інтегративного підходу до вирішення цієї проблеми. А упровадження в роботі педагогами дошкільного навчального закладу і початкової школи спільних заходів, на нашу думку, значно підвищить його ефективність.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Апанасенко Г. Валеологія: первые итоги и ближайшие перспективы: [индивидуальное здоровье, образ жизни, здравоохранение] // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 6. – С. 2–7.
2. Базарный В. Методология оздоровления подростков : сб. науч.-метод. и информ. материалов для медицинских работников службы формирования здо-

рового образа жизни / В. Базарный, В. Гуров, Э. Оладо. – М.: Наука, 1994.

3. Бібік Н., Бойченко Т., Коваль Н., Манюх О. Основи здоров'я: Підручник для 2 класу / Н. Бібік, Т. Бойченко, Н. Коваль, О. Манюх. – К.: Навчальна книга, 2003. – 96 с.

4. Брехман И. Валеология – наука о здоровье. – 2-е изд., доп., перераб. / И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – С. 26.

5. Валеология: Навч. посіб. для студентів вищих закладів освіти: В 2 ч. / [В. Бобрицька, М. Гриньова та ін.]; за ред. В. Бобрицької. – Полтава: «Скайтек», 2001. – Ч. I. – С. 10–11.

6. Грибан В. Валеология : [Навчальний посібник] / В. Грибан. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 256 с.

7. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі // Дошкільне виховання. – 2004. – № 12. – С. 4–6.

8. Дубогай А. Психолого-педагогические основы формирования здорового образа жизни школьников младших классов: дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / А. Дубогай ; КГПИ им. А. М. Горького. – К., 1991. – С. 7–9.

9. Змановский Ю. Воспитываем детей здоровыми / Ю. Змановский. – М.: Медицина, 1989. – 128 с.

10. Кузьменко В. Індивідуальний підхід: десять кроків // Дошкільне виховання. – 2006. – № 7. – С. 10–12.

11. Кулачківська С. Новий погляд на стару проблему // Дошкільне виховання. – 2002. – № 7. – С. 15–17.

12. Лохвицька Л. До школи зі знаннями про здоров'я // Школа першого ступеня: теорія і практика: Зб. наук. пр. ПХДУ ім. Григорія Сковороди. – Вип. 6. – Переяслав-Хмельницький, 2003. – С. 113–121.

13. Максименко С. Психічне здоров'я дітей // Психолог. – 2002. – 1 січ. (№ 1). – С. 2.

14. Оржеховська В. Педагогіка здорового способу життя / В. Оржеховська // Шлях освіти. – 2006. – № 4. – С. 29–32.

15. Петленко В. Основные методологические проблемы теории медицины / В. Петленко. – Л.: Медицина, 1982. – С. 55.

16. Рейнуотер Д. Это в наших силах / Д. Рейнуотер. – М.: Прогресс, 1992. – С. 172

17. Смирнов Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н. Смирнов. – М.: АПК и ПРО, 2002. – 121 с.

18. Царегородцев Г. Общая патология человека и методология медицины // Вестник РАМН. – 1998. – № 10. – С. 41–45.