

Що ми робимо для здоров'я вихованців або як віднайти необхідну технологію?

Катерина Крутій,

доктор педагогічних наук, професор кафедри дошкільної та початкової освіти Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського

Констатуємо, що практиці роботи закладів дошкільної освіти має місце “забалакування” проблеми здоров'я. Тобто розмов про здоров'я вихованців на педагогічних радах, семінарах, консультаціях – майже забагато. Проте віднайти струнку і зрозумілу комплексну технологію, спрямовану на творення здоров'я сучасної дитини дошкільного віку складно не лише вихователю-початківцю, але й досвідченому керівнику.

Існує такий педагогічний феномен: обговорюючи певну проблему, розглядаючи її з усіх боків, людина знімає частину внутрішньої напруги, що виникла у зв'язку з цією проблемою. У результаті біль, занепокоєння стають менше. Реальна діяльність у напрямку вирішення виниклої складної проблеми підміняється міркуваннями на цю тему. Проте ситуація не вирішується, тому що тільки роздумами і міркуваннями проблему не вирішити. Організуючи діяльність щодо збереження, формування та розвитку здоров'я суб'єктів освітнього процесу слід пам'ятати про існування цього феномена, не підмінити діяльність міркування про неї.

Будь-яка наука, у тому числі й дошкільна педагогіка, має понятійний і категоріальний апарати.

Поняття - це думка, яка фіксує в узагальненій формі, предмети і явища дійсності. Наукові поняття відображають істотні ознаки предмета, явища, які дозволяють відрізнити їх від суміжних із ними предметів і явищ. Поняття має зміст і обсяг. Зміст - це сукупність відображених у понятті ознак; істотне з них становить ядро. Обсяг - безліч предметів, що мають

однорідні ознаки. Поняття необхідні в педагогіці для точного позначення елементів і явищ освітнього процесу.

Категорії – це загальні, фундаментальні поняття, які відображають найбільш істотні зв'язки і відносини реальної дійсності. Категорії висловлюють фундаментальні рівні розуміння людиною суспільства, природи, себе; є найважливішими елементами світогляду людей.

Вочевидь, до таких понять слід віднести “розвиток” і “формування”, “етапи (стадії)” і “періоди” розвитку; освіта, виховання, навчання. На основі семантичного аналізу В.І. Гинецинський називає 5 основних понять педагогіки: виховання, навчання, освіта, розвиток і просвітництво. І є сенс погодитися з відомим науковцем щодо виокремлення саме цих понять. Поняття і категорії складають кістяк науки педагогіки. Вони виражаються в термінах.

Єдина термінологія потрібна для взаєморозуміння в науці як спільної мови як учених, так і практиків. Наукова термінологія відрізняється деякими особливостями: точністю, однозначністю, стислістю, дефінітивністю, визначеністю і системністю. Слід визнати, що не вся педагогічна термінологія ще відповідає зазначеним особливостям. До того ж вона постійно поповнюється, оновлюється, удосконалюється. Отже, розвинена система категорій і понять, точна і однозначна термінологія в дошкільній педагогіці, це, передусім, умова і показник рівня її розвитку як науки.

Спробуємо розібратися з термінологією, заявленою у статті.

Почнемо із найбільш активно вживаного як у науковому обігу, так і в мовленні практиків терміну **“здоров'язберезувальні технології”**. На жаль, таке активне використання цього терміну призвело до його спрощення, а ще гірше – до неправильного тлумачення.

Нагадаю, що за українським тлумачним словником “зберігати” – це тримати щось цілим, не давати пропасти, зникнути, або тримати що-небудь у певних умовах, оберігаючи від псування, руйнування.

Посилання на сайт проф. Катерини Крутій обов'язкове ukrdeti.com

Отже, якщо йдеться про збереження здоров'я, то мається на увазі щось конкретне, тобто те, що вже є, але є і необхідність його оберігати від псування тощо. Тобто найбільш коротке визначення *збереження та стимулювання здоров'я* – це створення умов для його цілісності.

До *здоров'язбережувальних технологій*, що запроваджуються в ЗДО, можна віднести: профілактичні щеплення, забезпечення рухової активності, прийоми фізіотерапії, вітамінізація, організація здорового харчування тощо.

До цього виду технологій можна також віднести *спеціальні методи загартовування*:

- полоскання горла і порожнини рота розчинами трав (евкаліпта, шавлії, ромашки, календули тощо), що мають антисептичну дію на слизову оболонку дихальних шляхів, або розчином морської солі (щодня після сніданку впродовж 2 тижнів по черзі;)

- спелеотерапія - перебування в штучній соляній печері, основним лікувальним фактором якої є високодисперсійне середовище, насичене аерозолем хлориду натрію, негативними аероіонами при вологості понад 80 % і стабільній температурі +18 - +240 (курс - не менше 10 сеансів двічі на рік, тривалість сеансу - 15 - 20 хв). “Соляна печера” відтворює клімат кращих гірських і морських курортів. Під час сеансів відбувається волога дисперсійна іонізація повітря, вдихання якого забезпечує поліпшення кровообігу в слизовій оболонці верхніх дихальних шляхів, нормалізацію клітинного дихання, відновлення тонуусу бронхів. Упродовж кожного сеансу використовується функціональна музика, що сприяє психотерапевтичному релаксувальному впливу на нервову систему дитини, зняттю нервової напруги, стресу тощо.

Наступний термін, який можна зустріти як синонім попередньому, – **“здоров'яформувальні технології”**. Проте це не синоніми.

Термін “формування” походить від лат. *formare* - утворювати, грец. *Onto + genesis* - походження.

Розглянемо тлумачення досліджуваного терміна.

У тлумачному словнику дається таке визначення: “формування - додання певної форми, складання”.

Педагогіка широко використовує міжнаукове поняття “формування” – це процес становлення людини як соціальної істоти під впливом усіх без винятку чинників: екологічних, соціальних, економічних, ідеологічних, психологічних тощо.

Проаналізував достатню кількість джерел, пропонуємо таке визначення терміну **“формування”** – це спеціально організований процес таких змін особистості, що цілеспрямовано веде до певного запланованого результату, який пов'язано з визначеним періодом часу, тривалість якого залежить від конкретних педагогічних умов.

Якщо взяти запропонований термін за робочий, то можна сформулювати визначення технологій, які формують здоров'я.

Здоров'яформувальні технології – це комплекс спеціально організованих цілеспрямованих заходів, що впливають на процес змін особистості, які формують здоров'я дитини, пов'язані з визначеним періодом часу, тривалість якого залежить від конкретних створених умов.

До здоров'яформувальних технологій можна віднести такі: фізична підготовка (заняття), спортивні та рухові ігри, усі види гімнастики (пальчикова, дихальна, коригувальна, стретчинг, фітбол тощо), усі види (елементи) терапії; дитячий фітнес, загартовування, гімнастика, масаж, релаксація.

Є ще один термін, який теж використовується, але його зміст чомусь несправедливо розпорошується - *здоров'ярозвивальні технології*.

Технології, що розвивають здоров'я дитини – це комплекс заходів, який реалізується на основі особистісно - розвивальних ситуацій, що відносяться до тих життєво важливих чинників, завдяки яким діти дошкільного віку набувають навички спільного життя та ефективної взаємодії.

Посилання на сайт проф. Катерини Крутій обов'язкове ukrdeti.com

Створені ситуації повинні припускати активну участь самої дитини в освоєнні культури людських відносин, у формуванні досвіду здоров'ятворення, який здобувається завдяки поступового розширення сфери спілкування і діяльності дошкільника, розвитку його саморегуляції, становлення самосвідомості та активної життєвої позиції на основі виховання і самовиховання, формування відповідальності за своє здоров'я, життя і здоров'я інших людей, доброзичливого ставлення до дітей та людей із фізичними і психічними вадами; розуміння значення рухової та трудової діяльності в зміцненні свого здоров'я, продовження життя людини.

До здоров'ярозвивальних технологій можна віднести такі: включення відповідних тем у бесіди щодо ознайомлення з культурою здоров'я, освоєння знань про свій організм, про режим, про активність та відпочинок: дитячий туризм, міні-олімпіади, свята здоров'я, фестивалі, конкурси тощо.

Отже, ми розглянули три види технологій, що активно задіяні в практиці роботи ЗДО.

Є сенс об'єднати їх до одного узагальнювального поняття - *здоров'ятворювальні технології*.

Здоров'ятворення - це активний процес нескінченного розвитку, удосконалення та самореалізації. Отже, *здоров'ятворювальні технології* – це складний феномен сукупності, що об'єднує здоров'язбережувальні, здоров'яформувальні та здоров'ярозвивальні технології.

Далі логічно визначити які технології творення здоров'я учасників освітнього процесу мають місце або будуть запроваджуватися в ЗДО. З цією метою можна використати наведену далі таблицю, яку складено до освітньої програми “Дитина в дошкільні роки” (2015 р.), але її розділи можуть бути модифіковані під інші програми, або використано повністю.

Наведемо приклад заповнювання такої таблиці.

Таблиця

Здоров'ятворювальні технології, які запроваджено в ЗДО “Берізка”

№	Види	Час	у	Особливості	Учасники	Відповід
---	------	-----	---	-------------	----------	----------

	технологій	режимі дня	технології	освітнього процесу	
<i>Здоров'язберезувальні технології</i>					
1.	Використання в приміщеннях електронних повітряних очисників "Супер-плюс"	Регулярно за відсутності дітей	Сприяє очищенню повітря від пилу, вірусів, бактерій, збагаченню легкими негативними аероіонами	діти	Помічники вихователів
2.	Кисневий коктейль	Курс - 15 днів, двічі на рік за 30 хв до прийому їжі	У приготуванні використовуються натуральні соки і гідролізат казеїну	починаючи з молодшого дошкільного віку, співробітники ЗДО	Медична сестра
<i>Здоров'яформувальні технології</i>					
1.	Психогімнастика	Щотижня, до 25 хв., друга половина дня	Заняття проводяться за спеціальною методикою (автор - М.І.Чистякова)	діти старшого дошкільного віку	Практичний психолог, вихователі
2.	Казкотерапія	2-4 заняття щомісяця, друга половина дня	Заняття за методикою Т.Д.Зинкевич-Євстегнеєвої	діти старшого віку, батьки	вихователі
3.	Театр горизонтального пластичного балету (пластик-шоу)	Двічі на тиждень, до 30 хв., друга половина дня	Заняття за методикою М.М.Єфіменка	Усі суб'єкти освітнього процесу за бажанням	Інструктор із фізичного виховання
4.	Гімнастика для очей	Щодня, до 3 хв. під час занять	За методикою В.М. Базарного	Вихованці всіх вікових груп	Вихователі
<i>Здоров'ярозвивальні технології</i>					
1.	Валеологічні хвилинки	Щотижня, друга половина дня, до 10 хв.	За конспектами	Усі вихованці, починаючи з молодшого дошкільного віку	Вихователі, методист
2.	День здоров'я	Третя середа місяця, друга половина дня, до 30 хв.	За перспективним планом проведення спортивних заходів	Усі вихованці, починаючи з молодшого дошкільного віку	Інструктор із фізичного виховання, вихователі

Посилання на сайт проф. Катерини Крутій обов'язкове ukrdeti.com

Отже, у таблиці показано лише декілька заходів, проте їх кількість у конкретному дошкільному закладі повинна регулюватися передусім здоровим глуздом і психолого-фізіологічними можливостями кожного учасника освітнього процесу. Тому, якщо у вашому ЗДО є для педагогів спортивні секції або танцювальні гуртки, внесіть дані також до таблиці (якщо ще немає таких форм роботи – є сенс поміркувати: “А чому немає?”). Можна також рекомендувати розробити для кожної вікової групи свій план-графік використання здоров'ятворювальних технологій на тиждень, зробивши відмітку, наприклад, зеленим кольором – які технології використовуються, синім - які лише тільки впроваджуються, жовтим – які технології вихователем вивчаються і плануються для запровадження.

Ця таблиця допоможе керівникам-початківцям привести технології здоров'ятворення в ЗДО до ладу, а керівникам, які мають неабиякий стаж роботи - систематизувати свій досвід і розпочати ним ділитися.

Підсумуємо.

Здоров'язберезувальні технології роблять акцент на зовнішній чинник (створення сприятливих умов для збереження здоров'я дітей, навчання різним прийомам і способам його підтримки);

здоров'яформувальні технології акцентують увагу на внутрішньому чиннику (створення умов для розвитку навичок саморегуляції, пробудження внутрішньої потреби бути здоровим, оволодіння методами підвищення внутрішніх ресурсів та потенціалу);

здоров'ярозвивальні технології - роблять акцент і на зовнішній, і на внутрішній чинник (вихователь виступає як транслятор знань, умінь і навичок здорового способу життя, форма передачі знання – навчіння).

Література:

1. Гинецинский В. И. Основы теоретической педагогики [Текст] / В. И. Гинецинский. - СПб., 1992. - 154 с.
2. Дитина в дошкільні роки : комплексна освітня програма / автор. колектив ; наук. керівник К. Л. Крутій. — Запоріжжя : ТОВ “ЛПІС” ЛТД, 2015. — 188 с.