

9. Гордієнко К. О. Психологічна допомога особам, які беруть участь в Антитерористичній операції. *Застосування дельфінотерапії для учасників АТО*: збірники наукових праць, матеріали конференцій (семінарів, круглих столів). (30 березня 2016 р.) Київ: НАІАУ. 2016. С.123-124

10. Дельфінарії Немо. URL: <http://odessa.therapynemo.com/about/>

## **ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ РОБОТИ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**Саєнко М.С.**

*Полтавський державний медичний університет*

**Анотація.** *Визначено доцільність використання здоров'язбережувальних технологій з метою забезпечення здоров'язбережувального характеру фізичного виховання дітей дошкільного віку. Визначено, що вихователь, який володіє різноманітними педагогічними технологіями та розумно їх використовує у своїх діяльності, характеризується високою професійною майстерністю. Це свідчить про його готовність до професійної діяльності. Було визначено, що в умовах технологізації освітнього процесу дошкільного навчального закладу педагогічний процес має бути спланованим і врегульованим на основі цілісного підходу до оцінки стану дитини за комплексом показників, коли здоров'я і фізичний розвиток розглядаються як фундамент для розвитку і безпечного зростання дитини.*

**Ключові слова:** *заклад дошкільної освіти, здоровий спосіб життя, здоров'язбережувальні технології.*

Серед найбільш важливих завдань, які постають перед державою та які забезпечуються різними нормативними документами, є збереження і зміцнення здоров'я її громадян. Зокрема, Базовий компонент дошкільної

освіти визначає, що необхідною умовою виховання дитини є формування у неї свідомого ставлення до здоров'я як до найбільшої цінності [1].

Ставлення дитини до свого здоров'я – це той фундамент, на якому у майбутньому можна буде будувати її потребу у здоровому способі життя. Ця потреба зароджується і розвивається в процесі усвідомлення дитиною себе як людини і особистості. Як відомо, стан здоров'я кожної людини залежить від низки чинників, серед яких є як об'єктивні, так і суб'єктивні. Проте на 50-55% стан здоров'я залежить від того, який ми маємо спосіб життя. Таким чином, головна роль у збереженні і зміцненні здоров'я належить самій людині. Саме тому проблема збереження здоров'я дітей і формування у них культури здорового способу життя є актуальною.

Під час організації виховного процесу у закладах дошкільної освіти особлива увага приділяється впровадженню в освітньо-виховний процес здоров'язбережувальних технологій, які дають можливість проводити оздоровлення в цікавих формах, забезпечують фізичне та інтелектуальне благополуччя дітей дошкільного віку.

Поняття «здоров'язбережувальні технології» є узагальненим, воно передбачає комплексну систему впливу на дитину з метою збереження її здоров'я та базову вимогу до вибору всіх освітніх технологій. На основі аналізу наукової літератури можна переконатися у тому, що існує досить велика кількість різних підходів щодо тлумачення поняття «здоров'язбережувальні технології». Проте, на нашу думку, найбільш оптимальним є підхід, відповідно до якого здоров'язбережувальні технології – це система заходів, направлених на охорону та зміцнення здоров'я дітей, яка враховує важливі характеристики освітнього середовища та такі умови життя дитини, які мають вплив на її здоров'я [2].

Відповідно до цього підходу наковці виділяють такі види здоров'язбережувальних технологій, які можуть бути застосовані у системі дошкільної освіти: інноваційні оздоровчі технології (фітболгімнастика, художня гімнастика, пальчикова, дихальна, звукова, імунна гімнастика, психогімнастика,

гідроаеробіка тощо); оздоровчі технології, що мають профілактично-лікувальне спрямування (фітотерапія, ароматерапія, вітамінотерапія, різні види масажу, ігровий тренінг тощо); оздоровчі, що мають терапевтичне спрямування (ігрова терапія, арттерапія, казкотерапія, сміхотерапія, кольоротерапія, музична терапія); емоційно насичені технології оздоровчого спрямування (ігрова терапія, казкотерапія, музикотерапія, сміхотерапія, артотерапія) [2, с. 18].

Застосування здоров'язбережувальних технологій має конкретну мету, яка полягає у тому, щоб забезпечити високий рівень здоров'я вихованців закладу дошкільної освіти та виховання культури, яка являє собою сукупність усвідомленого ставлення дитини до здорового способу життя людини, а також валеологічної компетентності. У такому випадку це дає можливість дошкільнику самостійно та ефективно вирішувати завдання здорового способу життя та безпечної поведінки.

Включення здоров'язбережувальних технологій у систему фізичного виховання та оздоровлення дітей буде виправданим, результативним і дійовим у тих випадках, якщо вихователі будуть володіти основними методичними підходами щодо організації фізичного виховання і розвитку дітей дошкільного віку. При цьому необхідно враховувати анатомо-фізіологічні та психологічні особливості дитячого організму, дошкільники ж повинні мати сформовані елементарні навички по збереженню власного здоров'я.

Існує велика кількість різних видів здоров'язбережувальних технологій у дошкільній освіті. Їх класифікація визначається в залежності від того, які цілі домінують і які задачі розв'язуються, а також від того, які провідні засоби здоров'язбереження і здоров'язбагачення використовуються при цьому.

Відповідно до цього можемо назвати такі види здоров'язбережувальних технологій:

- медико-профілактичні технології, які здатні забезпечити збереження та зміцнення здоров'я дітей під керівництвом медичного персоналу дитячого садка відповідно до медичних вимог і норм;

- фізкультурно-оздоровчі технології – направлені на фізичний розвиток і зміцнення здоров'я дитини;
- технології, направлені на забезпечення соціально-психологічного благополуччя дитини, які здатні забезпечити психічне та соціальне здоров'я дитини дошкільного віку;
- технології здоров'язбереження і здоров'язбагачення педагогів дошкільної освіти – направлені на розвиток культури здоров'я педагогів дитячого садка, у тому числі і культури професійного здоров'я, розвиток потреби до здорового способу життя [3, с. 69].

Головним показником, який є характерним для усіх здоров'язбережувальних освітніх технологій, є проведення регулярної діагностики стану дітей та спостереження за основними параметрами розвитку їх організму в динаміці, тобто на початку та в кінці навчального року, що дає можливість формулювати висновки про те, який стан здоров'я наявний у конкретної дитини.

Для того, щоб реалізувати здоров'язбережувальні технології у дитячому садку, варто створити такі умови, які сприятимуть зміцненню здоров'я дітей та їх гармонійному фізичному розвитку. Для цього необхідною умовою є наявність спортивних майданчиків, тренажерного та спортивного залу, оснащених стандартним і нестандартним обладнанням, яке є необхідним для комплексного розвитку дитини. Кожна вікова група має бути обладнана куточками для рухової активності, які мають бути оснащені відповідно до віку всім необхідним обладнанням. Крім цього, має бути складений режим рухової активності, а також розроблена система загартовування з урахуванням сезону. Кожен вид діяльності повинен містити вправи та ігри, що спрямовані на зміцнення і здоров'язбереження дітей.

З метою проведення успішної роботи, направленої на збереження здоров'я дітей, необхідно організовувати навчання дітей по освоєнню ними елементарних прийомів здорового способу життя. Крім цього, важливими

напрямами є проведення роботи з сім'єю, організація роботи з педагогічним колективом, а також створення необхідних умов і наявність розвиваючого середовища.

Таким чином, будь-які підходи щодо оздоровлення дітей дошкільного віку є доцільними і важливими. Проте найбільшу ефективність можна спостерігати, якщо використовувати комплекс фізкультурно-оздоровчих заходів і здоров'язбережувальних технологій, які спрямовані на те, щоб покращити показники здоров'я, а також показники фізичного та рухового розвитку кожної дитини. Використання здоров'язбережувальних технологій сприяє формуванню у педагогів і батьків ціннісних орієнтацій, які спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я дітей. Аналіз здоров'язбережувальної діяльності закладів дошкільної освіти доводить те, що здоров'язбережувальні технології доцільно застосовувати в освітньо-виховній та фізкультурно-оздоровчій роботі. У такому випадку це найбільш повно демонструє основні аспекти процесу модернізації дошкільної освіти.

### **Список використаних джерел**

1. Базовий компонент дошкільної освіти / наук. кер. Піроженко Т. О., дійсний член-кореспондент НАПН України, д.п.н., проф.; авт. кол.: Байєр О.М., Безсонова О.К., Брежнєва О.Г., Гавриш Н.В. та ін. К. : Світич, 2021. 38 с.

2. Богініч О.Л., Левінець Н.В., Петрова Ж.Г. Створення здоров'язберігаючих технологій в дошкільному навчальному закладі. Сучасні технології в дошкільній освіті України. Упорядник І.І. Загарницька. К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2008. С. 14–25.

3. Івахно О. П. Використання здоров'яформуючих технологій у сучасному дошкільному навчальному закладі для дітей загального розвитку. Гігієна населених місць: зб. наук. праць. Київ : 2008. Вип. 52. С. 64–70.