

УДК 613:[377.2+37.018.1]

## ДІАГНОСТИКА РІВНЯ ЗНАНЬ БАТЬКІВ І ВИХОВАТЕЛІВ ЩОДО ОСОБЛИВОСТЕЙ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ДОШКІЛЬНОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ТА СІМ'І

Киселиця О.М., Богданюк А.М.

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

У дослідженні здійснено теоретичне узагальнення проблеми дослідження рівня знань батьків і вихователів щодо організації здорової особистості дошкільника у взаємодії дошкільного навчального закладу і сім'ї. Це знайшло відображення в експериментальній перевірці. Суттєвий вплив на стан здоров'я вихованців дошкільних навчальних закладів мають чинники навчально-ігрового середовища, в якому здійснюється навчання й виховання малюків. Наявність у дітей дошкільного віку поверхневої розрізної інформації про здоровий спосіб життя, несформованість поведінкових навичок потребують цілеспрямованої роботи з валеологічного виховання. Вважаємо, що обов'язковою складовою частиною формувального експерименту має бути насамперед робота з вихователями та батьками.

**Ключові слова:** здоров'я, здоровий спосіб життя, дошкільний навчальний заклад, дошкільники, діагностика, раціональне харчування, режим дня, культурно-гігієнічні навички, руховий режим.

**Постановка проблеми.** Сьогодні актуальним є питання формування здорової особистості у взаємодії дошкільного навчального закладу і сім'ї, прищеплення педагогічної культури батькам. Упродовж останнього десятиліття означену проблему в Україні досліджували у контексті: педагогічної культури як синтезу життєвого досвіду й індивідуальних особистісних рис; структурних і функціональних міжкомпонентних зв'язків педагогічної культури батьків; педагогічної просвіти батьків; особливостей взаємодії соціальних інститутів із родинами; особливостей співробітництва працівників дошкільних закладів із батьками тощо.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема формування особистості дитини на засадах здорового способу життя вивчалася в різних аспектах представниками вітчизняної та зарубіжної наукової думки, західними ученими. У сучасній вітчизняній науці різнобічно досліджено феномен здоров'я, розкрито гармонійну єдність фізичної, духовної та психосоціальної його сфер, визначено чинники становлення і розвитку здоров'я особистості. Зокрема, питанням охорони, збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування здорової особистості в період дошкільного дитинства присвячено роботи Т. Андрющенко, І. Беха [1], Т. Бойченко [2], Е. Вільчковського, Л. Волкова, О. Дубогай, Р. Кондратенко [3], Т. Кравченко [4], Н. Лисенко [5], Л. Лохвицької [6], З. Плохій, С. Юрочкіної та інших.

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Деяко більшою мірою без уваги залишилися питання методів, форм, прийомів взаємодії дошкільного навчального закладу з сім'ями вихованців для забезпечення формування здорової особистості дитини перед її вступом до загальноосвітнього навчального закладу.

**Мета статті.** Головною метою цієї роботи є дослідження рівня знань батьків і вихователів про особливості організації здорового способу життя у дошкільному навчальному закладі та сім'ї.

**Виклад основного матеріалу.** Практична частина наукового дослідження проходила в Чернівецькому дошкільному навчальному закладі № 9. За період дослідження ми поставили собі за

мету дослідити знання вихователів дошкільного навчального закладу і батьків про формування здорового способу життя дошкільників; постійно і цілеспрямовано пропагувати здоровий спосіб життя; за допомогою яких методів і засобів доцільного формувати знання у дітей про здоровий спосіб життя тощо. У ході експериментальної роботи, відповідно до поставлених завдань, ми визначили зміст і обсяг знань про раціональне харчування та культуру споживання їжі, дотримання режиму дня, належне оволодіння культурно-гігієнічними навичками, руховий і повітряний режими, профілактичні заходи для збереження здоров'я, режим активної діяльності й відпочинку, що становлять основні параметри здорового способу життя дошкільників.

План роботи з вихователями складався з теоретичної та практичної складових. У розкритті та при аналізі окремих тем був задіяний медичний працівник закладу. На семінарах-практикумах вихователі дізнавалися про раціональний режим дня дітей дошкільного віку, культурно-гігієнічні навички; про їжу, яка є джерелом енергії, росту і здоров'я дитини; про способи загартовування; ознайомлювалися з методикою формувального експерименту та про способи взаємодії дошкільного навчального закладу і сім'ї з формування навичок здорового способу життя дошкільників.

Серед занять практичного характеру вихователям пропонувалася участь у проведенні констатувального експерименту; проведення загартовувальних процедур; організацію режиму харчування; бесіди з батьками, підготовку рекомендацій; правила догляду за зубами; режим праці та відпочинку тощо.

Окрім того, вихователям надали можливість проаналізувати, чи дотримуються вони основних правил здорового способу життя: їдять правильно і якісну їжу, не забувають про повноцінне харчування; намагаються більше рухатися і не забувають про фізичні навантаження; знаходять час для відпочинку та повноцінного сну; не збирають образи і роздратування, є позитивними; стежать за зовнішнім виглядом; відмовляються від шкідливих звичок; п'ють більше чистої води; підбирають свій власний унікальний режим дня;

бережуть своє здоров'я, відвідують лікаря вчасно; не бояться загартовування.

Підсумком експерименту з вихователями стало опитування 12 осіб щодо причин погіршення власного здоров'я (рис. 1).

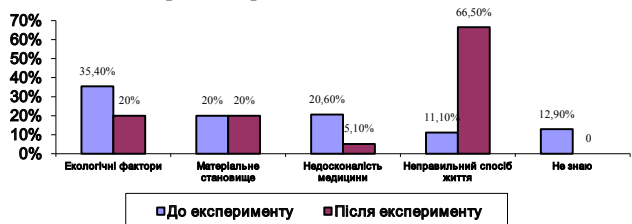


Рис. 1. Аналіз причин погіршення здоров'я вихователів, %

Якщо до експерименту більшість вихователів головними причинами погіршення свого здоров'я віднесли екологічні фактори (35,4%), матеріальне становище та недосконалість медичного обслуговування (20%), а меншою мірою відповіли «не знаю» (13%) та «неправильний спосіб життя» (11%), то після експерименту більшість з них дещо змінили думку і серед пріоритетних все ж таки виокремили неправильний спосіб життя (66,5%) та однаковою мірою – 20% – екологічні фактори та матеріальне становище, ще менше – 5% – недосконалість медицини. Тих, хто відповів «не знаю» – не було. Отже, це свідчить про усвідомлення необхідності дбати про власне здоров'я. Цим самим ми зацікавили вихователів до проведення експериментальної роботи з дітьми дошкільного віку.

Людське здоров'я та життя – найважливіші життєві цінності, вартість яких важко переоцінити. Відповідальне ставлення до їх збереження та якісного покращення – те, що людина може зробити для себе та оточуючих.

Піклуватися про своє здоров'я людина найчастіше починає лише тоді, коли воно нагадує про себе захворюваннями. Не слід чекати «контрольного дзвінка», адже дуже багато залежить від способу життя. Дбати про своє здоров'я треба в будь-якому віці, проте краще починати вести здоровий спосіб життя з дитинства. Джерелом навичок з цього питання є передусім приклад батьків. Саме це і намагалися ми донести до свідомості батька чи матері, доводячи через різні форми роботи про те, що формування навичок дбати про своє здоров'я слід починати ще з раннього віку.

У процесі залучення сім'ї до навчально-виховної роботи з дітьми ми враховували зайнятість батьків, різний рівень знань, обізнаність з педагогічними проблемами та короткочасне перебування в дошкільному навчальному закладі. Добираючи різні форми роботи з сім'єю, дійшли висновку, що найдоцільнішими є окремі поради у вигляді пам'яток, які роздавали батькам. Наприклад, «Комплекс загальнорозвиваючих вправ «Я такий: і веселий, і прудкий»; «Ранкова гімнастика для дошкільників»; «Якісне харчування дітей – запорука їх здоров'я»; «Загартовування дітей дошкільного віку», «Вправи і лікувальна фізкультура проти сколіозу в дітей», «Як доглядати за зубами дитини» тощо.

Дуже часто родинне виховання й виховання у дошкільних закладах існують як дві окремі ланки: вдома інколи дитина дістає одні настанови, зразки

поведінки, у дитячому садку – інші. Батьки хочуть бачити своїх дітей здоровими. Однак не всі розуміють і знають, як це зробити. Переконані, що тільки єдині вимоги здорового способу життя в родині і в дитячому садку сприятиме формуванню у дитини свідомого ставлення до свого здоров'я.

У зв'язку з цим ми запропонували у «куточку батьків» своєрідний «Валеологічний порадинок для батьків»: «Будьте добрим і гарним прикладом для своїх дітей у ставленні до свого здоров'я; ведіть здоровий спосіб життя; займайтеся фізичною культурою, виконуйте вранці гімнастику; загартовуйтеся разом із дитиною; більше бувайте на свіжому повітрі; не паліть і не розпивайте спиртні напої у присутності дітей і пам'ятайте: «вони повторюють ваші дії в дитячому садку»; дотримуйтеся режиму харчування самі та зумійте переконати сина чи доньку споживати всі страви, навіть ті, які вони не люблять, але які є для них необхідними й корисними; завжди дотримуйтеся правил гігієни і привчайте до цього дитину; наповніть свою душу і серце любов'ю до всіх і до всього. Передайте це дітям. Більше усміхайтеся. Це запорука здорової сім'ї, особистого здоров'я вашого і ваших дітей».

Цим самим ми намагалися донести, що приклад батьків – кращий метод та засіб переконання дітей у користі фізичної культури. Якщо дорослі виконують ранкову гімнастику, показуючи дитині, як правильно робити загальнорозвиваючі вправи, здійснюючи при цьому загартовуючі процедури, то це краще будь-яких розмов про значення її для зміцнення здоров'я. Дитина переконується в її користі, тому що бачить, що гімнастикою займаються рідні їй люди, яких вона любить.

Фізичні лінощі дорослих, просиджування годинами біля телевізора, звичка до побутового комфорту, міського транспорту, боязкість простуд – все це, як вірус, передається дітям. А потім батьки запитують, чому син або донька такі мляві, бліді, непристосовані до фізичних вправ та навантажень, чому в них часто болить голова, погана постава та ін. Аналіз причин, які призвели до такого стану, свідчить, що діти не завжди бачать у своїх батьках зразок, гідний для наслідування культури фізичної. Серйозний підхід до організації фізичного виховання дитини в сім'ї дозволяє сформувати у неї звичку та потребу до систематичних занять фізичними вправами. Відсутність цієї потреби у людини слід розглядати як значний недолік у її вихованні.

Батькам необхідно пам'ятати, що діти, які систематично займаються фізкультурою, стають не тільки більш здоровими, міцними та загартованими, а й самостійними, рішучими, сміливими, більш наполегливими для досягнення поставленої мети, вони легше входять у дитячий колектив і швидше засвоюють трудові навички.

З 30-ма батьками, як і з вихователями, ми провели анонімне опитування за наступними запитаннями з варіантами відповідей, які пропонувався виділити (рис. 2): 1) «Чи можете Ви відмовитися від шкідливих звичок заради здоров'я своєї дитини?»; 2) «Чи залежить здоров'я дитини від способу життя батьків?»; 3) «Чи вважаєте Ви свою дитину фізично здоровою?»; 4) «Чи є Ваш спосіб життя прикладом наслідування для Вашої дитини?» та ін.

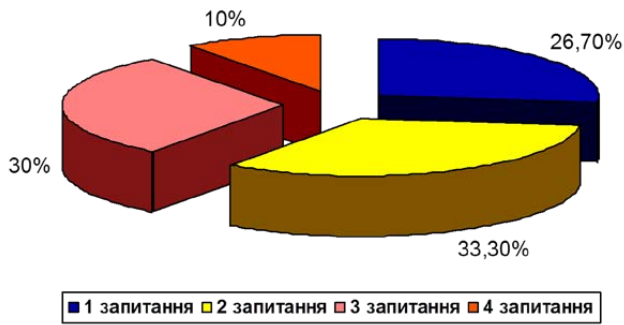


Рис. 2. Аналіз опитування батьків, %

Аналіз відповідей засвідчив, що переважна більшість (33,3%) вважають, що здоров'я дитини залежить все ж таки від способу життя батьків. Трохи менше – 30% батьків – не вважають свою дитину абсолютно здоровою; 26,7% батьків готові відмовитися від шкідливих звичок заради здоров'я своїх дітей, хоча вважають, що змінити усталений спосіб життя важко і лише 10% респондентів можуть стверджувати, що їхній спосіб життя міг би бути прикладом наслідування для їхньої дитини.

Аналізуючи опитування вихователів та батьків (рис. 3), можемо констатувати, що якщо до експерименту 57% вихователів не знали, як налагоджувати спільну роботу дошкільного закладу і сім'ї з формування навичок здорового способу життя в дітей, 23% не мали на це причин, 18% – не знаходили вільного часу і 2% не вважали це робити за потрібне, то, як стверджує опитування, після експерименту 100% вихователів вказали на відсутність перешкод у взаємодії з батьками.

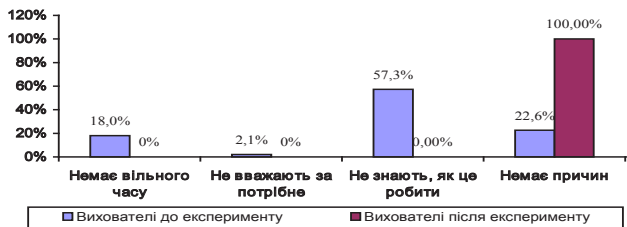


Рис. 3. Причини перешкод у спільній роботі вихователів та батьків, %

Помітні зміни відбулися і у ставленні батьків до спільної роботи з вихователями (рис. 4).

Так, якщо до експерименту 52% батьків не знаходили вільного часу для налагодження

спільної роботи дошкільного закладу і сім'ї з формування навичок здорового способу життя в дітей, то після експерименту таких батьків стало лише 29%; якщо 21,5% батьків до експерименту не знали як налагоджувати спільну роботу, то після експерименту таких не виявилось; 15% до експерименту не вважали за потрібне, то після – таких виявилось лише 2%; а от кількість позитивних відповідей на користь взаємодії з дитячим садком у валеологічному вихованні дітей зросла з 12,2% до 68,8%.

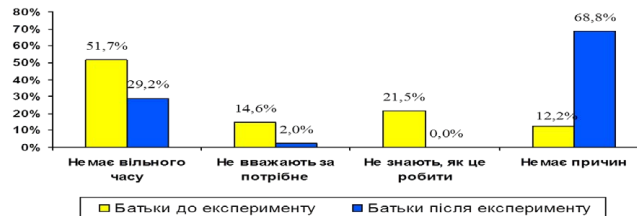


Рис. 4. Причини перешкод у спільній роботі вихователів та батьків, %

Однією з важливих умов ефективності формування навичок здорового способу життя в дошкільників є налагодження взаємодії з родиною, що підтвердили результати дослідно-експериментальної роботи. Підтримка батьками вимог вихователів сприяла формуванню в дітей умінь та навичок дбати про своє здоров'я, адже роботу з сім'єю в означеному напрямі слід розпочинати ще до народження дитини.

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Отже, формуванню навичок здорового способу життя в дітей дошкільного віку сприяють: педагогічна освіта батьків з означеної проблеми, що полягає у вивченні матеріального становища та виховних можливостей кожної сім'ї, проведенні консультацій, індивідуальних бесід, залученні до навчально-виховного процесу дошкільного закладу; фахова підготовка вихователів з даної проблеми, засвоєння ними знань про будову органів і систем людського організму та правил догляду за ними; створення відповідних умов у сім'ях вихованців; створення належних гігієнічних та матеріальних умов для формування навичок здорового способу життя в дітей у дошкільному навчальному закладі; участь дітей в оздоровчих заходах (заняттях з фізичної культури, змаганнях, естафетах, святах тощо).

## Список літератури:

- Бех І. Д. Виховання особистості: [у 2 кн.] / кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади / Іван Дмитрович Бех / [ред. О. І. Цибульська]. – К.: Либідь, 2003. – 280 с.
- Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України / Тетяна Євгенівна Бойченко // Основи здоров'я та фізична культура. – 2008. – № 11–12. – С. 6–7.
- Кондратенко Р. Метод проектів у роботі з батьками / Р. Кондратенко // Дошкільне виховання. – 2008. – № 5. – С. 11–13.
- Кравченко Т. В. Соціалізація дітей шкільного віку у взаємодії сім'ї і школи: [монографія] / Тамара Володимирівна Кравченко. – К.: Фенікс, 2009. – 416 с.
- Лисенко Н. В. Педагогіка українського дошкільця: [навч. посібник] / Н. В. Лисенко, Н. Р. Кирста. – 2-ге вид., доп. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2010. – 360 с.
- Лохвицька Л. В. Співпраця дошкільного навчального закладу з родинами вихованців: історія і сучасність / Любов Василівна Лохвицька // Пед. вісн. – 2007. – № 4. – С. 25–27.

**Киселица О.Н., Богданюк А.Н.**

Черновицкий национальный университет имени Юрия Федьковича

## **ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ ЗНАНИЙ РОДИТЕЛЕЙ И ВОСПИТАТЕЛЕЙ ОТНОСИТЕЛЬНО ОСОБЕННОСТЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ДОШКОЛЬНОМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ И СЕМЬЕ**

### **Аннотация**

В исследовании осуществлено теоретическое обобщение проблемы исследование уровня знаний родителей и воспитателей относительно организации здоровой личности дошкольника во взаимодействии дошкольного учебного заведения и семьи. Это нашло отражение в экспериментальной проверке. Существенное влияние на состояние здоровья воспитанников дошкольных учебных заведений имеют факторы учебно-игровой среды, в которой осуществляется учеба и воспитание малышей. Наличие у детей дошкольного возраста поверхностной информации о здоровом образе жизни, несформированность поведенческих навыков нуждаются целеустремленной работы из валеологического воспитания. Считаю, что обязательной составной частью формирующего эксперимента должна быть в первую очередь работа с воспитателями и родителями.

**Ключевые слова:** здоровье, здоровый образ жизни, дошкольное учебное заведение, дошкольники, диагностика, рациональное питание, режим дня, культурно-гигиенические навыки, двигательный режим.

**Kyselytsia O.M., Bohdanyuk A.M.**

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National Universit

## **DIAGNOSTICS OF LEVEL OF KNOWLEDGE OF PARENTS AND EDUCATORS IN RELATION TO FEATURES OF ORGANIZATION OF HEALTHY WAY OF LIFE IN PRESCHOOL EDUCATIONAL ESTABLISHMENT AND FAMILY**

### **Summary**

In a study is carried out the theoretical generalization of problems of the level of knowledge of parents and caregivers in relation to organization healthy personality of preschool child in co-operation of kindergarten and family. It's found a reflection in experimental verification. Significant impact on the health of students of preschool educational establishments have factors of educational-playing environment in which implement the training and education of children. The presence in the preschool children of superficial separate information about the healthy way of life, unformed behavioral skills require purposeful work on valeological education. Consider that the obligatory component part of forming experiment there must be first of all work and with educators and parents.

**Keywords:** health, healthy way of life, preschool educational establishment, preschool children, diagnostics, rational feed mode of day, in a civilized manner-hygienical skills, motive mode.