

**Міністерство освіти і науки України**  
**Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя**

**Факультет педагогіки, психології,  
соціальної роботи та мистецтв**  
**Кафедра дошкільної освіти**

Освітня програма «Дошкільна освіта»  
Спеціальність 012 Дошкільна освіта

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**  
на здобуття освітнього ступеня «магістр»

**ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ**  
**У СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ УЯВЛЕНЬ ПРО ЗДОРОВ'Я**  
**ЗАСОБАМИ ТВОРІВ МУЛЬТИПЛІКАЦІЇ**

**Г а в р и к М а р и н и Ю р і ї в н и**

**Науковий керівник:**

**Матвієнко С.І.**, к. пед н., доцент кафедри  
дошкільної освіти,

**Рецензенти:**

**Пихтіна Н.П.**, к. пед. н., доцент кафедри  
дошкільної освіти Ніжинського державного  
університету імені Миколи Гоголя,

**Шевчук М.О.**, к. пед. н., доцент кафедри  
педагогіки, початкової освіти, психології та  
менеджменту Ніжинського державного  
університету імені Миколи Гоголя

**Допущено до захисту: Протокол №7 від 28.11. 2022 р.**  
**Завідувач кафедри дошкільної освіти:**

---

**Кононко О.Л.**, д. психол. н., професор

**Ніжин – 2022**

**Гаврик М. Ю.** Педагогічні умови формування у старших дошкільників уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації. – Кваліфікаційна робота. Ніжин, 2022. 92 с.

Наукова робота присвячена аналізу проблеми формування у дітей старшого дошкільного віку основ здорового способу життя, й, зокрема, - такої складної категорії, як уявлення про здоров'я. Проаналізовано наукові підходи до формування у дітей здорового способу життя, знань та уявлень про здоров'я. Обґрунтовано роль творів мультиплікації у даному процесі. Проведено експериментальне дослідження щодо з'ясування рівнів сформованості у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації. Виявлені чинники впливу на ефективність процесу набуття дітьми старшого дошкільного віку знань та уявлень про здоров'я. Виявлено та теоретично обґрунтовано три найбільш суттєві педагогічні умови формування у дітей старшого дошкільного віку уявлень про здоров'я за використання творів мультиплікації. Запропоновано програму та методичні рекомендації щодо підвищення ефективності процесу набуття дітьми старшого дошкільного віку знань та уявлень про здоров'я.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, здоров'я, знання, уявлення, твір мультиплікації, мультфільм, діти старшого дошкільного віку.

Gavrik M. Yu. Pedagogical conditions for the formation of ideas about health in older preschoolers by means of animation works. - Qualification work. Nezhin, 2022. 92 p.

The scientific work is devoted to the analysis of the problem of forming the basics of a healthy lifestyle in older preschool children, and, in particular, such a complex category as the idea of health. Scientific approaches to the formation of a healthy lifestyle in children, knowledge and ideas about health are analyzed the role of animation works in this process is justified. An experimental study was conducted to find out the levels of formation of ideas about health in children aged 6-7 years by means of animated works. Factors influencing the effectiveness of the process of acquiring knowledge and ideas about health by older preschool children are identified and theoretically justified by the three most significant pedagogical conditions for the formation of ideas about health in older preschool children using animated works. A program and methodological recommendations for improving the effectiveness of the process of acquiring knowledge and ideas about health by older preschool children are proposed.

Keywords: healthy lifestyle, health, knowledge, ideas, cartoon composition, cartoon, older preschool children.

## ЗМІСТ

|   |    |
|---|----|
| <b>ВСТУП</b> .....  | 3  |
| <b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ У<br/>СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ УЯВЛЕНЬ ПРО ЗДОРОВ'Я ЗАСОБАМИ<br/>ТВОРІВ МУЛЬТИПЛІКАЦІЇ</b> .....      | 8  |
| 1.1. Уявлення про здоров'я як психолого-педагогічна<br>наукова категорія .....  | 8  |
| 1.2. Особливості формування уявлень про здоров'я в старших<br>дошкільників у процесі валеологічної роботи у ЗДО .....                                 | 15 |
| 1.3. Специфіка впливу творів мультиплікації на формування у дітей 6-7<br>років уявлень про здоров'я .....   | 21 |
| <b>ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1</b> .....  | 25 |
| <br>  |    |
| <b>РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНOSTІ УЯВЛЕНЬ ПРО<br/>ЗДОРОВ'Я У СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ ТВОРІВ<br/>МУЛЬТИПЛІКАЦІЇ</b> .....                   | 27 |
| 2.1. Програма, процедура та результати констатувального експерименту .  | 27 |
| 2.2. Педагогічні умови формування у дітей 6-7 років уявлень про<br>здоров'я засобами творів мультиплікації .....                                      | 44 |
| 2.3. Презентація навчально-методичного забезпечення формування у<br>старших дошкільників уявлень про здоров'я засобами творів<br>мультиплікації ..... | 48 |
| <b>ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2</b> .....  | 54 |
| <b>ВИСНОВКИ</b> .....   | 56 |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....   | 61 |
| <b>ДОДАТКИ</b> .....  | 69 |

## ВСТУП

Важливою передумовою соціально-економічного розвитку суспільства є здоров'я громадян. Формування в дітей і молодого покоління усвідомленого ставлення до власного здоров'я як до найвищої людської цінності – одне з основних завдань держави. Воно актуалізується на рівні дошкільної освіти, оскільки негативний екологічний стан навколишнього середовища, недостатня ефективність системи охорони здоров'я, зниження життєвого рівня переважної більшості родин провокують погіршення здоров'я дітей від самого народження. Лише третина сучасних дошкільників вважається відносно здоровою.

Основні підходи до збереження і зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку визначені в «Концепції неперервної валеологічної освіти», «Концепції інтегративної українознавчої валеологічної освіти в Україні», Базовому компоненті дошкільної освіти в Україні, Законах України «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства», «Національній доктрині розвитку освіти», «Положенні про дошкільний навчальний заклад» тощо.

Для сучасних досліджень валеологічної проблеми в Україні характерний різноаспектний підхід. Філософський і соціальний аспект формування валеологічних засад виховання особистості відображено у працях А. Бойко, Н. Гундарова, В. Крюкова, Ю. Лісіцина, О. Сахно, Л. Сущенко; медико-біологічний аспект розроблено у дослідженнях М. Амосова, Н. Борисенко, В. Єренкова, А. Мартиненко, А. Хрипкової та ін. Проблему формування в дітей дошкільного віку психічного здоров'я досліджували І. Бех, Л. Божович, Д. Ельконін, О. Запорожець, О. Кононко, В. Котирло, С. Кулачківська, С. Ладивір, С. Максименко, В. Мухіна, Т. Пироженко та ін.

З точки зору науковців, дошкільний період є сенситивним у становленні особистості, формуванні в дитини ставлення до себе, здатності відповідним чином впливати на умови життєдіяльності, усвідомлювати власне «Я». У контексті нашого дослідження особливе значення мають наукові роботи,

присвячені формуванню здорового способу життя дітей 6-9 років (Г. Беленька, О. Богінч, Т. Бойченко, О. Дубогай, В. Оржеховська та ін.).

У Базовому компоненті дошкільної освіти проблема здоров'я визначається як один із найголовніших складників повноцінного розвитку дошкільників. В освітньому напрямі «Особистість дитини» визначено основи здоров'язберезувальної компетентності дитини, яка складається із ряду компонентів, у тому числі – щодо дотримання норм здорового способу життя, зміцнення здоров'я у різних повсякденних ситуаціях.

У вихованні в дитини основ здорового способу життя важливу роль відіграють ряд чинників, до яких належить і перегляд ними мультиплікаційних фільмів, проте визначається недостатня увага щодо умов їх використання у роботі з дошкільниками. Мультиплікаційна продукція, як вітчизняна, так і зарубіжна, як минулих десятиліть, так і сучасна, більшою мірою розглядається дорослими як засіб проведення дозвілля дитини, що лише частково несе виховну функцію. Також в останні роки набули популярності так звані розвивальні мультфільми, спрямовані на набуття дитиною самостійних знань у певній галузі. Це стосується й таких, що пропагують важливість здорового способу життя, формують у дітей такі уявлення щодо здоров'я, які важко набути за інших засобів навчання.

Необхідністю здійснення наукового дослідження, спрямованого на визначення умов ефективного використання потенціалу мультиплікації у валеологічному вихованні дітей старшого дошкільного віку обумовлюється актуальність даного дослідження та вибір теми **«Педагогічні умови формування у старших дошкільників уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації»**.

**Мета дослідження** полягає у виявленні та теоретичному обґрунтуванні педагогічних умов формування у старших дошкільників уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації.

**Завдання дослідження:**

1. Розкрити теоретичні засади проблеми формування уявлень про

здоров'я та визначити специфіку даного процесу стосовно дітей старшого дошкільного віку.

2. Обґрунтувати потенціал творів мультиплікації з формування у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я.
3. Розробити критерії, показники та запропонувати рівні сформованості уявлень про здоров'я в дітей старшого дошкільного засобами творів мультиплікації.
4. Теоретично обґрунтувати педагогічні умови формування уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації в дітей старшого дошкільного віку.
5. Розробити програму формування уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації в дітей старшого дошкільного віку.

**Гіпотеза дослідження** полягала у наступному: процес формування уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації в дітей старшого дошкільного віку буде ефективним за дотримання наступних педагогічних умов:

- 1) дотримання вихователем чіткої методичної основи у роботі з перегляду мультфільму спільно з дошкільниками;
- 2) добір фільмів, які дозволяють сформувати комплекс уявлень дітей щодо здоров'я;
- 3) обговорення з дітьми найбільш методично вагомих аспектів уявлень про здоров'я у додаткових формах освітньо-виховної роботи.

**Об'єкт дослідження:** формування ЗСЖ у старших дошкільників.

**Предмет дослідження:** педагогічні умови формування уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації в дітей старшого дошкільного віку.

Завдання дослідження вирішувались за допомогою **методів:**

*теоретичних:* аналіз психолого-педагогічної та валеологічної літератури, сучасної педагогічної періодики з дошкільного виховання, синтез, конкретизація наукової інформації, класифікація, узагальнення.

*емпіричних:* бесіда; тест-малюнок, анкетування; цілеспрямоване

спостереження.

- 1) *статистичні*: кількісний і якісний аналіз експериментальних даних.

**Наукова новизна та теоретичне значення роботи** визначається в:

- 1) обґрунтуванні проблеми формування уявлень про здоров'я з урахуванням сучасного стану її розробки;
- 2) теоретичному обґрунтуванні педагогічних умов формування уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації у старших дошкільників;
- 3) розробці критеріїв та показників сформованості уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації в дітей 6-7 років;
- 4) теоретичному обґрунтуванні педагогічних умов формування в дітей старшого дошкільного віку уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації.

**Практична значущість роботи** полягає у тому, що матеріали дослідження можуть бути використані в межах проведення методичних семінарів у ЗДО з проблеми формування здорового способу життя та при проведенні форм валеолого-просвітницької роботи з батьками.

**База дослідження:** заклад дошкільної освіти "Усмішка" с. Нові Млини Височанської сільської ради Ніжинського району Чернігівської області

**Апробація результатів дослідження** здійснювалася через:

*участь у конференціях:*

1. П звітній вузівській науково-практичній конференції «Сучасна дошкільна освіта у наукових пошуках студентської молоді»: для студентів спеціальності "Дошкільна освіта" НДУ імені Миколи Гоголя 22 червня 2022 року. Тема доповіді: «Педагогічні умови формування у дітей передшкільного віку знань та уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації».
2. Всеукраїнській науково-практичній конференції студентів, магістрів та молодих науковців «Сучасне дошкілля: актуальні проблеми, досвід, перспективи розвитку». Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 19 жовтня 2022. Тема доповіді: Сучасна українська дитяча мультиплікація про здоровий

спосіб життя.

*друці статей:*

1. Гаврик М. «Педагогічні умови формування у дітей передшкільного віку знань та уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації». Збірник матеріалів II звітної вузівської науково-практичної конференції «Сучасна дошкільна освіта у наукових пошуках студентської молоді»: для студентів спеціальності "Дошкільна освіта" НДУ імені Миколи Гоголя 22 червня 2022 року. С. 35-39.
2. Гаврик М. Сучасні підходи до забезпечення функціональності здоров'язбережувального середовища ЗДО. *Сучасна дошкільна освіта: актуальні проблеми, інноваційні пошуки*: збірник статей IX Всеукраїнської науково-практичної конференції / за заг. ред. проф. О. Л. Кононко. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2022. С. 36-39.

**Онлайн виступ з доповіддю** «Педагогічні умови формування у дітей передшкільного віку знань та уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації» у межах II звітної вузівської науково-практичної конференції «Сучасна дошкільна освіта у наукових пошуках студентської молоді»: для студентів спеціальності "Дошкільна освіта" НДУ імені Миколи Гоголя. 22 червня 2022 року.

**Структура дослідження:** кваліфікаційна робота складається зі змісту, вступу, двох розділів з підрозділами, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел, який налічує 65 найменувань на 8 сторінках. Загальний обсяг роботи – 78 сторінок; основного тексту – 60 сторінок. Робота містить 6 додатків на 9 сторінках.



# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ У СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ УЯВЛЕНЬ ПРО ЗДОРОВ'Я ЗАСОБАМИ ТВОРІВ МУЛЬТИПЛІКАЦІЇ

### 1.1. Уявлення про здоров'я як психолого-педагогічна наукова категорія

Проблема формування здорового способу життя залишається на сьогодні однією із центральних стосовно розвитку особистості. В останні десятиліття ситуація, яка склалася із світовою пандемією Ковід-19, акцентувала на необхідності перегляду бачення цінності здоров'я людини. Здоров'я перестало бути даниною, яка на думку багатьох людей, надається їм природою від народження й зберігається природними ресурсами організму, принаймні, у період від дитинства до закінчення молодості [50].

Здоров'я – найважливіша складова загальної культури і освіти, яка набуває провідне значення серед глобальних проблем сучасності. Питання збереження здоров'я дітей, як стверджують вчені, будуть вирішуватися в аспекті культурного освоєння світу (Т. Бойченко [7], І. Брехман, О. Желева [24], Л. Іващук [28] та ін.) Це пов'язано з тим, що здоров'я, як інтегративний феномен, досягається сукупністю особистих зусиль людини, коштів культури і освіти, виховання і самовиховання, розвитку і саморозвитку.

Вихідним для дефініції «здоров'я» є визначення, наведене в Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ): «Здоров'я – це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів» [47, с. 6]. Поняття «здоров'я» аналізується не тільки в контексті медичного знання, а й з позиції культурно-історичного підходу. При цьому здоров'я вважається базовою цінністю, станом і складним динамічним процесом, що включає дозрівання і зростання

фізіологічних структур, роботу організму, розвиток і функціонування психічної сфери, становлення і самовизначення особистості [59].

У рамках педагогічної антропології здоров'я визначається як природний фонд людини, який система освіти повинна зберігати і множити (І. Бердяєв, М. Бубер, І. Кант, Е. Кассіерер, Ш. Лангфельд, І. Фомічова, В. Шепель та ін.). Л. Засоріна і Л. Чистов визначали здоров'я як центральне категоріальне поняття концепції освіти і мета педагогічного процесу. Здоров'я в науці розглядається як багатоаспектний феномен, який уточнюється і конкретизується [1; 3; 7; 20; 47].

Фізіологічний аспект дозволяє визначити здоров'я як стан збалансованості між умовами існуючого середовища і можливостями організму (О. Здравосмислов), процес, пов'язаний із біологічно-фізіологічними ресурсами, зокрема, у сфері працездатності, а також геронтології людини (П. Скарбників), багатоаспектний стан щодо соціальної активності (О. Кононко), життєвий запас дії систем організму (М. Амосов) та ін.

Під *здоров'ям психологічним* розуміється здатність людини протидіяти зовнішнім психологічним негативним чинникам, у тому числі – стресам; збалансованість між різними психологічними життєвими станами людини тощо [28, с. 8].

У роботах психологів О. Петровського, М. Ярошевського, П. Бейкера та ін. відзначається, що психологічне здоров'я виражає здатність людини підтримувати рівновагу між особистістю і середовищем, адекватно регулювати поведінку і діяльність. О. Кононко визначає у тому можливість для протистояння життєвим труднощам без негативних наслідків для здоров'я розвиток культуровідповідної концепції освіти, що акцентує увагу на розвиток цінностей в структурі особистості, забезпечує необхідність пошуку поняття «*духовне здоров'я особистості*» (та ін.) [30].

Для *духовного здоров'я* особистості характерні духовні потреби в освоєнні цінностей суспільства і втіленні їх в життя, культура поведінки,

спілкування, комунікацій. У розумінні , духовне здоров'я – це потреба й діяльнісна якість людини, що визначається культурними і морально-етичними цінностями повагою до людини, його гідності та унікальності. Воно знаходиться в тісному взаємозв'язку з фізичним і психічним здоров'ям людини, проявляється в поведінці і спілкуванні.

*Соціальне здоров'я* визначається як характер взаємин людей і культура їх спілкування, обумовлені станом соціального середовища, рівнем культури, освіти, моралі і т. п. На підставі представленого аналізу автор дослідження сформулював поняття «здоров'я» як сукупність особистісних якостей, що забезпечують стійку позицію і поведінку дитини в системі соціальних відносин та досягнення поставлених цілей. Здоров'я дитини дозволяє йому самостійно досягати мети, адаптуватися в соціумі і реалізовувати свої інтереси і потреби в роботі визначається Категорія соціально-морального здоров'я, що виявляється в ситуації спілкування дітей в грі, самостійних видах діяльності, в характері відносин в дитячому співтоваристві – доброта, терпимість, любов і повагу один до одного, потреба підтримувати норми поведінки [7, с. 42].

У дослідженнях О. Васильєвої і Ф. Філатова здоров'я аналізується як наукова категорія, що має гетерохронну основу. Вона асимілює різні компоненти, здатна відтворювати різні аспекти життя людини, прямо пов'язаного чи ні зі збереженням здоров'я. На думку зазначених вище дослідників, не коректно говорити як про абсолютну дієвість технологій оздоровлення, а й про єдину «політику здоров'я» [10].

Т. Андрющенко тлумачить поняття «здоров'я» як стан гармонії складових (фізичної, психічної, духовної і соціальної) стосовно життя людини, наявність високих адаптаційних можливостей та природних ресурсів організму, які здатні забезпечити життєву активність» [2, с. 28].

Багатокомпонентність характеристики здоров'я відображена в роботах провідних вчених (М. Амосов, Н. Агаджанян, І. Брехман, Г. Зайцев, М. Мюррей, Е. Казін, В. Казначеев, Г. Кураєв, А. Щедрина, В. Еванс). У

дослідженнях В. Бондіна дана структурно-функціональна характеристика здоров'я, яка включає як його компоненти (рівень функціонального стану організму, рівень нервово-психічного стану, рівень валеологічної культури), так і діяльність особистості і державних установ по його збереженню.

Отже, наукове визначення здоров'я, його складної багатофакторної природи зумовлює інтегрований підхід у діяльності закладів дошкільної освіти щодо його збереження і зміцнення.

**Здоров'язбереження** розглядається в нашому дослідженні як вид пізнавальної і практичної активності суб'єктів освітнього процесу, що включає в себе дії, ціннісною орієнтацією яких є здоров'я. На принципах комплексного міждисциплінарного підходу до розвитку фізкультурно-оздоровчої функції закладі дошкільної освіти базується наше дослідження. Стає очевидним, що в організації та здійсненні здоров'язберігаючого процесу в дошкільних установах необхідно врахувати всі виявлені наукою фактори, осмислити як соціокультурні, так і індивідуально-особистісні його складові.

Питання, пов'язані із збереженням та підтримкою відносяться до такої сфери людського буття, як **здоровий спосіб життя**.

У психологічному словнику поняття «здоровий спосіб життя» тлумачиться як «спосіб життєдіяльності людини, який вона свідомо обирає та відповідально відтворює у повсякденному бутті з метою збереження та зміцнення здоров'я» [51, с. 162].

Здоровий спосіб життя (ЗСЖ) – це індивідуальна система поведінки людини, спрямована на підтримку свого здоров'я. Згідно з іншим визначенням – це поведінка, що базується на науково обґрунтованих санітарно-гігієнічних нормативах, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я [59].

Відповідно до думки О. Богініч, здоровий спосіб життя – це не тільки сума тих знань, яких набула людина, а стиль її життя, спосіб поведінки [6, с. 7]. Дослідниця зазначає, що людина повинна бути поінформована про своє здоров'я, з одного боку, а з іншого – повинна знати доступні способи корекції

своїх станів.

Н. Андрущенко пов'язує даний феномен із самим способом життя, поняттям, яке передбачає систему взаємодії людини із природою, соціумом, стосунків із собою, своїм внутрішнім світом. До цієї сфери буття відносяться також ціннісні категорії, які формують внутрішні установки, духовність особистості, а також зовнішні вияви, перш за все – поведінка, способи взаємодії з оточуючими, способи підтримки усіх складових здоров'я [1, с. 239].

Відповідно до досліджень необхідно відзначити, що лише на 20% здоров'я обумовлено спадковістю, на 50% - способом життя, на 20% - станом навколишнього середовища і тільки на 10% – можливостями медицини та діяльністю охорони здоров'я. А оскільки відомо, що здоров'я людини закладається в дитинстві і значною мірою залежить від існуючих в суспільстві цінностей, що визначають сенс життя, то суспільство не тільки має формувати відповідні установки, поняття про здоровий спосіб життя, а й організовувати життя підрастаючого покоління для вирішення численних завдань, що стосуються збереження здоров'я. Звідси можна вважати, що її рішення багато в чому залежить від раціональної організації освітньо-виховної діяльності закладу дошкільної освіти, супроводжуючих його фахівців медичної сфери та співпраці з різними соціальними структурами, що підтримують вирішення даної проблеми.

О. Богініч розглядає здоровий спосіб життя не як накопичену суму знань, а те, якою виявляється стратегія життя людини, його спрямованість та стиль унаслідок опанування таких знань та уявлень. До категорії життєвих визначень ЗСЖ дослідниця відносить також відповідну поведінку, яка має достатньою мірою відповідати ідеї здорової, адекватної поведінки сучасної людини з огляду на збереження та зміцнення її власного здоров'я [6, с. 8].

О. Богініч визначає ряд передумов з формування ЗСЖ:

- 1) сформованість мотивації особистості щодо найбільш повної реалізації можливостей (духовних, фізичних, інтелектуальних, соціальних) і

- здібностей, які здатні визначити стратегію життя;
- 2) сформованість світоглядних позицій та культури людини, ступінь орієнтації на здоров'я та ЗСЖ;
  - 3) заняття фізичною культурою та рухом з метою повсякчасної підтримки здоров'я та життєвих сил
  - 4) раціональне, корисне харчування;
  - 5) дотримання норм санітарії, гігієни, «чистого духу» думок, ідей, вчинків;
  - 6) намагання дотримання життєвої гармонії (духовної, релігійної, психічної, моральної);
  - 7) толерантне й гуманне ставлення до оточуючих людей;
  - 8) вилучення з власної поведінки негативних проявів поведінки, шкідливих звичок, думок, пристрастей [там само].

Безумовно, усвідомлення людиною самого поняття «здоровий спосіб життя», як смислового феномену, є одним із завдань у вирішенні проблеми залучення до правильного ставлення до здоров'я, вироблення чіткої життєвої здоров'язбережувальної позиції. Правильно обраний людиною спосіб життя є головним фактором для активізації усіх аспектів життєдіяльності, у тому числі – за рахунок міцного здоров'я, життєвого оптимізму тощо [2].

Н. Левінець вважає, що важливе місце в збереженні і здоров'я займає фізична культура і спорт, загартовування організму, прихильність до яких необхідно формувати з дитинства. В даний час дошкільні заклади відроджують і удосконалюють здоров'язберігаючі технології, які, безперечно, є умовами навчання дитини і прийняття ним способу життя на рівні наслідування як одному з механізмів розвитку особистості [36, с. 7].

Із поняттям здоров'язбереження тісно пов'язане таке, як *здоров'язберігаюче середовище*, під яким Н. Лісневська розуміє такі умови, за яких людина може усвідомити цінність власного здоров'я, оволодіти способами його збереження та навчитися тим способам саморегуляції, які дозволять бути здоровою [39, с. 28]. Дослідниця пропонує наступні

компоненти здоров'язберігаючого середовища: правовий, діагностичний, педагогічний, валеологічний, культурологічний, фізкультурно-оздоровчий, корекційний та реабілітаційний. На думку Л. Лохвицької, комплекс складових середовища підтримки здоров'я має позитивно повномірно впливати на покращення здоров'я та самопочуття, а також сприяти залученню до ЗСЖ [40, с. 151].

Наступним поняттям, яке слід розкрити у теоретичній частині роботи, є таке як «*уявлення*». Проведений нами аналіз широкого кола наукових джерел переконав нас, що на сьогодні його тлумачення надається переважно словниками й є найменш обґрунтованих у наукових працях.

Так, довідниковий інтернет-ресурс Вікіпедія тлумачить цей термін як розуміння чого-небудь, знання чого-небудь, яке ґрунтується на досвіді, одержаних відомостях, якихось даних тощо. У психології та філософії під ним розуміється чуттєво-наочний образ предметів або явищ дійсності, що зберігається і відтворюється у свідомості людини поза безпосереднім впливом їх на органи чуття [62]. Уявлення мають, згідно вищезазначеного ресурсу, кілька *функцій*: сигнальну, регулятивну та настроювальну.

Філософський словник, за теорією пізнання, тлумачить *уявлення* як одну із пізнавальних здатностей людини, що полягає у відтворення об'єкта у формі наочного образу та основі попередньої даності його у чуттєвому досвіді. В уявленнях певний об'єкт постає опосередковано. У структурі пізнання, як зазначено у цьому словнику, уявлення постають як своєрідна перехідна ланка від чуттєвого споглядання до абстрактного мислення [63, с. 660].

Найбільш характерною психологічною особливістю уявлення є те, що в ньому поєднується образність і узагальненість. Як правило, уявлення про той чи інший об'єкт формується в процесі його багаторазового сприймання. Завдяки цьому відбувається селекція ознак об'єкта, їхня інтеграція і трансформація. Випадкові ознаки, що виявляються тільки в деяких одиничних ситуаціях, відсіваються, а фіксуються лише найбільш характерні

й тому найбільш інформативні. Ця закономірність стосується також формування у людини багатьох абстрактних уявлень, у тому числі – про здоров'я, щастя та ряд інших.

Оскільки поняття «здоров'я» є багатофакторним і включає у себе низку інших абстрактних для дитини понять, вони обираються до опанування, розуміння дитиною послідовно, відповідно до вікових можливостей малюка. Найкраще здійснити аналіз понять, пов'язаних із питанням формування у дитини знань та уявлень про здоров'я та здоровий спосіб життя на основі аналізу програм дошкільної освіти. Про це буде йтися у наступному підрозділі нашої наукової роботи.

Таким чином, на основі аналізу наукових джерел з валеології, педагогіки та психології нами було розкрито основні поняття дослідження, яким є: здоров'я, здоровий спосіб життя, здоров'язбереження, знання, уявлення. Розкрито специфіку та функцію уявлень як особливої категорії пізнання навколишнього світу, його явищ, які на дані людини за допомогою споглядання або відчуттів.

## **1.2. Особливості формування уявлень про здоров'я в старших дошкільників у процесі валеологічної роботи у ЗДО**

Серед досліджень сучасних українських учених, присвячених проблемі зміцнення здоров'я дітей, виокремлюються такі: Т. Андрющенко, Г. Беленька, О. Богініч, Т. Бабюк, Е. Вільчковський, Н. Денисенко, Л. Зданевич, Н. Кот, Л. Лохвицька, Н. Маковецька, Н. Семенова, С. Юрочкіна та ін.); аспекти практичної реалізації означеної проблеми розкрито у дослідженнях О. Аксьонової, Н. Денисенко, Т. Книш, Л. Лихолід, С. Лупінович, Л. Мельник, В. Нестеренко та ін.

Основи здорового способу життя у дітей дошкільного віку визначаються знанням елементів культури, дотриманням режиму дня,



виконанням санітарно-гігієнічних і гартують, достатньою руховою активністю, стійким емоційним станом тощо. Разом з цим заклад дошкільної освіти на основі формування уявлень про здоровий спосіб життя пропонує прийняти знання, умови збереження і зміцнення здоров'я як спосіб життєдіяльності (дод. А).

Недаремно Н. Коляда, з опорою на праці І. Брехмана, розглядає елементи формування здорового способу життя з позиції навчання основ здоров'я (науки валеології), виділяючи при цьому низку етапів:

- 1) формування у дитини першопочаткових уявлень про здоров'я в якості однієї з пріоритетних основ життя;
- 2) розвиток дитячої самосвідомості, орієнтованої не тільки на розуміння ролі різних засобів і методів здорового способу життя, а й на вміння їх застосовувати [45].

На підставі цих та інших положень не можна не погодитися з тим, що закладання основ ЗСЖ являє собою цілеспрямований процес щодо збагачення знань і уявлень малят про цінності здоров'я, про компоненти означеного способу життя з опорою на активність щодо його зміцнення [49, с. 46].

Як зазначає Л. Лохвицька, дітям дошкільного віку важливо давати елементарні знання зі здорового способу життя та формувати уявлення у цій сфері. У віці 5-6 років діти знайомляться із основами загартування, вчать елементарного самоспостереження за станом свого тіла, виявом перших ознак хвороби, реагуванням на негативні емоційні фактори зі сторони інших людей та щодо аналогічного власного емоційного стану [40, с. 152].

Партнерські відносини з сім'єю, закріплені безпосередньою практикою здорового способу життя з нашої точки зору, дозволяють ефективно використовувати інший механізм – інтеріоризацію, який характеризує прийняття дитиною зовнішнього досвіду і переведенням його в свій внутрішній світ і реальне життя для управління своєю поведінкою [1]. Саме завдяки механізму інтеріоризації формується свідомість, відбувається

становлення людських психічних процесів (мислення, воля...), засвоєння культурних цінностей, правил і норм (Л. Виготський [11], О. Запорожець [26]).

Як зазначає О. Богініч, з тим, щоб дитина навчалася «чути» й розуміти власний організм, вона повинна засвоїти, що корисне для неї, для її самопочуття, а що навпаки. Цьому сприяє виховання у родині, а також та цілеспрямована педагогічна робота, яка здійснюється у закладі дошкільної освіти [6, с. 9]. Так, на заняттях з валеології

- 1) забезпечення засад ЗСЖ:
- 2) розвиток у дошкільників особистісної компетенції у галузі здоров'я, зокрема – щодо ролі руху та догляду за тілом, дотримання санітарно-гігієнічних норм, раціонального харчування тощо) [2, с.14].

Раціональне фізичне виховання дошкільника в поєднанні основами здорового способу життя є запорукою його нормального зростання й розвитку. Для малят, які відвідують заклад дошкільної освіти створюються відповідний режим, який організовує їхню життєдіяльність, навчає основа підтримки здоров'я. Саме тому важливо додавати форми і засоби роботи з дошкільнятами, які сприятимуть формуванню уявлень про ЗСЖ у дітей в процесі виховання культурно-гігієнічних навичок в ході режимних моментів. Наприклад, у ході режимних моментів, вихователі проводять ранкову гімнастику, яка сприяє зміцненню організму дитини, активізації життєвого тону та ряду інших позицій. Вона проводиться щодня в спеціально обладнаній спортивній залі, на спортивному майданчику або на іншій доцільній території, якщо цьому сприяють умови погоди [1; 3; 6; 14; 20].

Зміст необхідних до віку знань та уявлень дітей про здоров'я та ЗСЖ закладено у програмах, за якими працює дошкільний навчальний заклад. Оскільки у дошкільній освіті передбачено функціонування профільних (валеологічних) ЗДО, організація діяльності такого закладу може відбуватися на основі нормативної програми, а також з урахуванням авторських валеологічних та парціальних програм [29].

На важливості формування у дошкільників турботи про власне здоров'я дитини наголошує на Державний стандарт дошкільної освіти в Україні – Базовий компонент [19]. У цьому документі зазначено, що основним засобом формування основ здорового способу життя є активний руховий режим, який досягається за рахунок фізичних вправ. Дитина має оволодіти певним набором домірних вікових умінь і навичок з основних рухів. Важливого значення надається у цьому документі проведенню просвітницьких заходів та практичних форм набуття санітарно-гігієнічних навичок [там само].

Виховання свідомого ставлення до власного здоров'я має поєднуватися високої душевності, доброзичливих взаємин) та звичок до відносно нескладних способів дій щодо збереження власного здоров'я, його зміцнення та відновлення. Отже, йдеться про засвоєння дітьми навичок здорового способу життя як шляху до еталону здоров'я. Виховати у старшого дошкільника ціннісне ставлення до власного здоров'я неможливо, не сформувавши його компетентність

Дослідниця Л. Калуська в авторській програмі «Бережи здоров'я змалку» визначила такі параметри уявлень дітей про здоровий спосіб життя [18]:

- дотримання режиму дня; належне володіння культурно-гігієнічними навичками;
- раціональне харчування та культура споживання їжі;
- руховий та повітряний режими; форми активної діяльності та відпочинку;
- профілактичні заходи для збереження здоров'я;
- духовний розвиток, гармонійні стосунки з довкіллям та собою;
- душевний комфорт та психічна рівновага. **перевірити**

В організації життєдіяльності дошкільника передбачено заходи щодо формування уявлень про те, що сам спосіб життя дитини повинен бути

рухливим, сполучати навантаження із відпочинком, колективні види роботи та ігри із можливістю усамітнення та релаксації (заняття, прогулянки, дні здоров'я, «хвилинки тиші» тощо).

Загартовування та фізкультурно-оздоровча робота, що проводиться у ЗДО повинна підводити дитину до мотивації на здоровий спосіб життя, а також до набуття дитиною санітарно-гігієнічних навичок та основ свідомої валеологічної поведінки.

Зупинимося більш детально на визначенні змісту валеологічної роботи у цій програмі. Програмою «Я у Світі» детально визначено зміст роботи вихователя з прищеплення дошкільникам культурно-гігієнічних навичок. В окремому підрозділі програми визначається необхідність формування уявлень дошкільників про ознаки здоров'я – гарний настрій, апетит, міцний сон та відсутність шкідливих звичок [65].

Діти старшого дошкільного віку повинні мати наступні уявлення про основи здоров'я: роль позитивних емоцій, засобів загартування та рухової діяльності для підтримки здоров'я, виявлення ознак власного нездоров'я (біль, нудота, кволість та температура). У питаннях здорового способу життя, зазначено у Програмі, дітям слід розширювати знання про шкідливі звички – вживання солодких, борошняних страв, шкідливість комп'ютера тощо; говорити про необхідність без капризувань виконувати настанови лікаря щодо виконання процедур. У цей період дошкільники отримують уявлення про шкідливість причин гіподинамії, переохолодження та перегрівання [65, с. 302].

У старших дошкільників формують уявлення про зовнішність, тіло та основні органи, вказуючи на те, що усі органи та системи організму мають вправно працювати за умов дотримання їх чистими та охайними. У питанні набуття основ особистої гігієни у дітей формують уявлення про індивідуальні гігієнічні засоби, надають інформацію про мікроістоти та паразитів, які шкодять здоров'ю, а також про необхідність профілактики вірусних та інфекційних захворювань [там само].

У віці 6-7 років до змісту роботи з дітьми вводиться першопочаткові основи статевої самоідентифікації. У проведенні означеної роботи дорослі повинні надати дитині відомості про вагітність та вигодовування, про стосунки між батьками по догляду за дитиною.

Через спостереження та самоаналіз дитина за допомогою дорослого приходить до розуміння основ зростання організму та факторів впливу на формування його фізичних якостей. Дітям пояснюють, що люди різного віку відрізняються вагою, зростом, силою, фізичною витривалістю тощо. Дошкільникам надають інформацію про норми поведінки із людьми із особливими потребами. У них продовжують формувати безпечну поведінку удома та в різних життєвих умовах, а також надавати першу необхідну допомогу [1, с. 251-265].

Зазначимо, що інформація з питань здорового способу життя дітям старшого дошкільного віку надається синкретично, а не деталізовано та анатомічно.

Л. Лохвицька вказує на те, що у ході валеологічної роботи з дітьми вирішуються наступні завдання:

- формувати у малят культуру збереження і вдосконалення власного здоров'я;
- формувати у дошкільників уміння і навички щодо збереження та зміцнення різних видів здоров'я;
- формувати у дітей засади валеологічної свідомості як необхідності збереження власного здоров'я та здоров'я інших [40, с.151].

Згідно з науковими даними, розрізняють медико-профілактичні, фізкультурно-оздоровчі, соціально-психологічні, здоров'язберігаючі технології, які включають ряд компетенцій. Зокрема медико-профілактичні технології включають: прогулянки, вітамінізацію, щеплення, кварцування, Точковий масаж і загартовування. У свою чергу, фізкультурно-оздоровчі технології складають: зарядка, фізкультхвилинки, рухливі ігри та прогулянки [20]. Технологія соціально-психологічного благополуччя дитини

забезпечується діагностикою і консультацією, соціальною діяльністю, корекційної роботою. І нарешті, технологія здоров'язберігаючої освіти батьків включає батьківські консультації; спорт і оздоровчі свята, а також наочний матеріал.

Таким чином, у даному підрозділі нами розкрито специфіку формування уявлень про здоров'я у дітей старшого дошкільного віку. Вона обумовлюється віком дітей, можливостями їхньої навчальної діяльності щодо розуміння абстрактних понять та побудови умовиводів. Надано перелік категорій знань та уявлень стосовно здоров'я, які засвоюються дітьми дошкільного віку, у тому числі – шляхом проведення валеологічної роботи у закладі дошкільної освіти.

### **1.3. Специфіка впливу творів мультиплікації на формування у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я**

Велику роль у пізнанні дитиною навколишнього світу, його об'єктів, явищ та встановленню логічних зв'язків між ними відіграють засоби унаочнення. До них можна віднести малюнки ілюстративного характеру, картини як твори мистецтва, наочні моделі (як, наприклад моделі унаочнення простору та часу), схеми, креслення тощо. Але особливу роль в унаочненні категорій світу – природного, соціального, об'єктного та інших відіграє мистецтво анімації. До нього можна віднести кіно та мультиплікацію як такі, що найбільше «споживаються» дітьми дошкільного віку [5; 10; 12; 16; 27].

У сучасному світі медійні та інформаційні засоби стали головними не тільки стосовно надання інформації та переведення її до певних знань або досвіду, але вони вже визначаються як чинники особистісного зростання. Логіка використання ресурсу кіно та телебачення стрімко змінюється кожні 10-20 років. Якщо для покоління дітей, народжених у середині минулого століття було важливим побачити красу навколишнього життя, способи

комунікацій людей тощо, сучасні діти «використовують» ці інформаційні ресурси для отримання знань, замінюючи цим роботу з друкованою продукцією, користування енциклопедіями, підручниками, довідниками, бібліотечними ресурсами тощо.

Нам прийнятна думка дослідників Я. Гришко та О. Корзун, які визначили, що сучасне покоління дітей, покоління *зет* є таким, які сприймають навколишній світ переважно візуально, тобто – за допомогою анімації, відео, а також символізації, спеціальних знаків тощо. Отже, змінилися підходи до використання джерел отримання інформації, логіки її подачі [18, с.159].

Сьогоднішня дитина витрачає велику кількість часу на перегляд різного відео – ігор, передач, кіно, мультфільмів. Якщо у попередні роки така діяльність дитини хоча б частково контролювалася батьками, нині переважно це визначається як дозвілля дітей й має більш самостійний характер.

Як зазначають дослідники Н. Гавриш [12], М. Корепанова [31], О. Куніченко [32], К. Крутій [35], С. Лисенко [38], О. Лущинська [41] та ін., в освітній практиці твори відео мистецтва не віднайшли належного місця. Безперечно, це стосується й мультиплікаційних фільмів.

**Мультфільм** – це специфічний засіб виховання та соціалізації дітей, надання їм необхідної інформації про навколишній світ, людські стосунки, норми проживання, правила спілкування тощо [31, с. 27]. Мультфільм за своїм походженням є твором візуального (анімаційного) мистецтва, проте має ряд вагомих педагогічних можливостей: розширює уявлення дітей про навколишній світ, ознайомлює із новими для них об'єктами,

Дослідниця В. Кушнір розглядає мультфільм як жанр сучасного кінематографічного мистецтва, який, у силу специфіки візуального зображення звукового супроводу, робить його цікавим для дітей [33]. Дослідниця Л. Рябоконт надає наступне визначення «світ мультиплікації – особливий світ культурної спадщини, який наділений педагогічним потенціалом» [53, с. 15].

Дослідники Н. Гавриш, М. Корепанова, В. Кушнір, Р. Сопівник, І. Пижик та ін. переважно визначають потенціал мультфільмів як засобу морального виховання. Основою ідеєю здійснених наукових розробок є така, що у ньому визначено протиборство двох моральних категорій – добра та зла. Проте, ці ж категорії можна доповнювати визначенням таких, як «добре для здоров'я», «становить загрозу для життя» тощо. навіть ситуації, пов'язані із негативними емоційними станами героїв фільмів мають вказувати дитині на те, що такі стосунки можуть негативно вплинути на стан інших людей.

Дослідниці Я. Гришко та О. Корзун здійснили короткий аналіз із історії вітчизняної мультиплікації, на основі чого зазначили, що із середини минулого століття, з метою пропаганди серед дітей та молоді здорового способу життя було створено кілька мультиплікаційних фільмів на тему підтримки здоров'я. Зокрема, дітям пояснювали, наскільки важливо правильно доглядати за зубами («Лісова історія»), тримати тіло в чистоті («Мийдодір»), вчасно робити щеплення, оскільки вони убезпечують від страшних хвороб («Про бегемота, який боявся щеплень») [18, с. 160]. Як правило герої таких мультфільмів несуть собою позитивні образи, дещо наївні, проте дружелюбні, відкриті до спілкування тощо.

Видатний психолог В. Мухіна зазначала, що «персонажі мультфільмів повинні бути симпатичними або навіть красивими, а негативні – навпаки. У разі, коли всі персонажі жахливі, потворні, страшні незалежно від їх ролі, у дитини немає чітких орієнтирів для оцінки їх вчинків» [там само]. Саме тому й сучасні аніматори намагаються відтворити позитивність героїв, правильність обраного ними способу життя в образах та характеристиках героїв. Для дітей 6-7 років, як зазначає М. Корепанова, важливою є роль прикладу. Він стосується не тільки поведінки, ставлення до оточуючих, але й ставлення до власного Я, до свого здоров'я, настрою тощо [31, с. 28].

Українські мультиплікатори в останні роки створили ряд фільмів, які розкривають для дітей важливість проблеми подолання пандемії *Covid 19*. Створені ними герої мультфільму Кружок, Трикутя та Квадрик ведуть



боротьбу із вірусами, роз'яснюють, як правильно мити руки, обробляти їх антисептичними засобами, уникати непотрібних контактів та поводити себе під час карантинних заходів.

Нам прийнятна думка М. Городиської стосовно того, що для сучасної практики закладі дошкільної освіти практично не прийнятні окремі елементи роботи за використання творів мультиплікації. Дослідниця вказує, що метод показу, який може базуватися на основі мультфільмів та супроводжуватися поясненнями педагога, на сьогодні використовується фрагментарно. Проте, для дітей сучасного покоління найбільш важливим є вплив поведінки та дій героїв, яких вони бачать з екрану [16, с. 146].

О. Луцинська, аналізуючи вплив мультиплікації на свідомість та поведінку дітей, визначає ряд важливих аспектів щодо їх перегляду дітьми, зокрема:

- 1) ці фільми не мають суперечити усталеним суспільним уявленням;
- 2) вони не мають формувати такі стереотипи, які є нехарактерними для нашої ментальності;
- 3) сюжет фільмів, які дорослі, мають підтверджувати вимоги до поведінки дитини, які прийнятні у її сім'ї;
- 4) слід звернути увагу на мовлення героїв фільму, його словниковий запас, вміння відповідати, спілкуватися тощо [41, с. 190].

Безперечно, усі фільми, які демонструються дітям, мають бути озвучені українською мовою. Дорослий має ретельно проаналізувати зміст фільму, роз'яснити дитині незрозумілі або двозначні сюжетні лінії.

**Таким чином,** нами було проаналізовано педагогічний потенціал мультфільмів, вказано на те, що вони визначають великий потенціал стосовно особистісного розвитку дитини, зокрема, - морального. Вказано на те, що у попередні десятиліття було створено ряд фільмів валеологічного змісту. В останні роки українські аніматори випустили ряд фільмів, які стосуються проблеми збереження здоров'я, які наповнені оновленим змістом та новітніми засобами анімації.

## ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

За статутом ВООЗ (1948 р.) загальноприйнятим визначенням здоров'я є наступне, здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад. Складовими здорового способу життя сучасні науковці визначають такі види здоров'я: фізичне, психічне, емоційне, соціальне та ряд інших. Здоров'я людини розглядається нині як найважливіша складова людського буття; діяльності людини протягом усього життя. Тому дошкільне дитинство визначається сучасними педагогами як перший щабель безперервної валеологічної системи (як системи формування здорового способу життя).

Під здоров'ям розуміють можливість організму людини адаптуватися до змін довкілля і взаємодіяти з ними вільно, на основі біологічної, психічної і соціальної сутності людини. Із поняттям збереження здоров'я тісно пов'язане таке поняття, як здоровий спосіб життя.

У період дошкільного дитинства відбувається не тільки зростання організму людини, а й розуміння нею специфічності власного здоров'я, основ способу життя, який сприяє його підтримці. У процесі валеологічної роботи у закладі дошкільної освіти діти набувають знань про такі важливі категорії валеології дошкільного дитинства, як: гігієна, рух, здорове харчування, домедична допомога, лікарські рослини, хвороба, вітаміни, загартування тощо.

Разом з тим, у дітей формується ряд уявлень валеологічного характеру стосовно тих категорій здорового способу життя, які дитині важко усвідомити – сам феномен здоров'я, а також поняття віруси, мікроби тощо. Уявлення – це розуміння чого-небудь, знання чого-небудь, яке ґрунтується на досвіді, одержаних відомостях, якихось даних тощо. У психології та філософії під ним розуміється чуттєво-наочний образ предметів або явищ дійсності, що зберігається і відтворюється у свідомості людини поза

безпосереднім впливом їх на органи чуття.

Уявлення є однією із пізнавальних здатностей людини, що визначає можливість створення образу об'єкту на основі попереднього чуттєвого досвіду, моделей або інших засобів унаочнення (візуальних, словесний описів тощо).

Одним із таких засобів унаочнення та візуального втілення певних уявлень, є мультиплікаційний фільм. Він наділений рядом характеристик (змішення реального та фантастичного; яскравості образів героїв, передача краси природи, руху, фантастичних подій; використання цікавих прийомів озвучування фільму та накладання музичного матеріалу тощо).

Твори мультиплікації для дітей у попередні десятиліття переважно розглядалися як потужний засіб їхнього морального виховання. Проте, як у минулі роки, так і на сьогодні було створено ряд мультфільмів, спрямованих на роз'яснення дітям важливості збереження здоров'я. Нині такі твори мають більш визначений розвивально-пізнавальний характер. У тому числі – вони формують уявлення дітей про хворобу, вірус тощо – категорії, які дитина не може побачити в реалії.

Ми встановили, що в сучасній практиці закладів дошкільної освіти, у валеологічному напрямі роботи з дошкільниками твори мультиплікації не віднайшли належного місця. Педагоги не використовують їх як на заняттях з валеології, так і в позазаняттєвій валеологічній роботі. Це суттєво знижує результативність роботи педагогів щодо роз'яснення дітям понять здорового способу життя, оскільки покоління сучасних дітей сприймає інформацію більшою мірою візуально. Отже, педагогічний потенціал творів мультиплікації несповна використовується валеологічній практиці дитячих садків.

## РОЗДІЛ 2

### ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНOSTI УЯВЛЕНЬ ПРО ЗДОРОВ'Я У СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ ТВОРІВ МУЛЬТИПЛІКАЦІЇ

#### 2.1. Програма, процедура та результати констатувального експерименту

На теоретичному рівні нами було з'ясовано основні наукові позиції, які стосуються формування у дітей 6-7 років знань та уявлень про здоров'я, здоровий спосіб життя. Обґрунтування потенціалу творів анімаційного мистецтва у даному процесі дозволило виявити ті критерії, за якими можливо здійснювати діагностування рівня сформованості у старших дошкільників уявлень про здоров'я.

У минулі десятиліття було створено ряд творів мультиплікації, які висвітлювали для дітей проблему необхідності збереження та зміцнення здоров'я. Це такі, як «Мийдодір», «Лісова історія», «Про Бегемота, який боявся щеплень» та інші. Сучасне покоління українських дітей переглядає мультфільми, пов'язані із дотриманням норм особистої безпеки в умовах пандемії *Covid-19* (фільм «Охоронці здоров'я»), мультсеріал «Корисні підказки» (із серіями «Імунітет», «Стоп, застуда!», «Як почути своє тіло» тощо).

У розробці даних критеріїв ми спиралися на праці вчених Н. Гавриш [12], М. Корепанової [31], О. Куніченко [32], Г. Клокової [12] щодо впливу візуального мистецтва, творів мультиплікації на формування у дітей уявлень про різні явища, події, ситуації, які складаються в житті людини або кількох людей. це може бути пов'язане із життям родини, поведінкою людини, її спілкуванням з навколишніми та інше.

Так, **інформаційно-змістовий критерій** визначав знання дітьми

основних категорій здоров'я та ЗСЖ, які діти опановують на заняттях з валеології у закладі дошкільної освіти, а знання дітей кількох мультфільмів, у яких ці питання порушуються. Також ми з'ясували, якою мірою діти розуміють зміст побаченого у фільмі та здатні адаптувати важливість проблеми, яка висвітлювалася, до власного життя.

Нам прийнятна думка вченої М. Корепанової стосовно того, що мультфільми, за рахунок цікавого для малюка сюжету, здатні пережити соціально значущі емоції [31]. Ці емоції, у свою чергу, відіграють важливу роль у становленні особистості дитини, залученні її до здорового способу життя, гармонійного спілкування з людьми, підтримки власного емоційного та психічного здоров'я тощо.

*Показники даного критерію:* розуміння дітьми валеологічної сутності анімаційного твору; знання сюжетів кількох мультфільмів, де пропагується необхідність бути здоровим або засуджуються прояви хибного ставлення до здоров'я.

*Методики,* за допомогою яких діагностувався даний критерій: індивідуальна бесіда з дітьми (дод. Б); рисунковий тест «Що таке здоров'я?» О. Васильєвої та Ф. Філатова, адаптований Г. Хакімовим (дод. В).

**Емоційно-мотиваційний критерій** виявляв емоційний вплив творів мультиплікації на ставлення дитини до проблеми здоров'я, його підтримки, уникнення шкідливих звичок тощо. При розробці даного критерію ми урахували думку Н. Гавриш [12] та Г. Клокової [12] щодо того, що дорослі мають надзвичайно вимогливо ставитися до добору відеоматеріалів, які проглядають діти не тільки спільно з дорослими, але й самостійно. Дослідниця М. Синовицька [57] щодо цього обрала ряд категорій мультфільмів, які здатні як позитивно впливати на свідомість дитини, так і, під впливом хибних вчинків героїв мульттворів, визначати вади для здорового способу життя. Серед таких вад можна назвати: вживання некорисної їжі, переїдання, насіння одягу «не за сезонами», малорухомий спосіб життя, уникнення відвідування лікарів та ряд інших.

Показники цього критерію: емоційне переживання дитиною змісту мультфільму, в сюжеті якого йдеться про підтримку / не підтримку здоров'я; вмотивованість на позитивний приклад героя мультиплікаційного твору щодо його відтворення у власному житті.

Для перевірки даного критерію використовувалися наступна діагностична методика: *спостереження за емоційними проявами* (дод. Г) дітей за поведінкою героїв мультфільмів щодо її відповідності нормам ЗСЖ.

**Поведінковий критерій** визначає втілення у поведінці малюка зразків поведінки героїв мультфільмів та реалізація форм поведінки, пов'язаних із здоровим способом життя, безпекою життєдіяльності та підтримкою здоров'я. Виховне значення мультфільмів (поряд із такими засобами, як гра, приклад дорослого, література, колективна діяльність тощо) визначається тим, що при взаємодії з ними у малюків відбувається накопичення емоцій, які потім формуються у більш складні моральні почуття, стимулюють дитину до самовдосконалення. У результаті поступово змінюється поведінка дитини. Засвоєні при перегляді відеоматеріалу взаємини, стиль поведінки, манеру спілкування, малята переносять у повсякденне життя.

Вченими М. Корепановою [31], О. Куніченко [32], О. Міненко [46], М. Синовіцькою [57], Л. Ткачук [61] доведено, що відеопродукція суттєво й найрізноманітнішим чином впливає на виховання у дитини ставлення до життєвих цінностей, до яких належить і здоров'я, а також реальних дій у галузі здоров'язбереження (загартування, участь у рухливих іграх, самостійне виконання уранішньої гімнастики, дотримання правил раціонального харчування тощо).

Показниками поведінкового критерію є наступні: втілення у власній поведінці зразків поведінки героїв мультфільмів, спрямованих на ЗСЖ та реалізація форм здоров'язбережувальної поведінки.

Діагностична методика до даного критерію: *спостереження за поведінкою дітей* (дод. Г) щодо визначення у ній форм здоров'язбережувальної поведінки, набутих під впливом прикладів героїв

мультфільмів або сюжетів даних творів.

Для перевірки розроблених нами критеріїв було проведено констатувальний експеримент.

**Мета експерименту:** вивчення стану практики закладу дошкільної освіти щодо з'ясування ефективності валеологічної роботи з формування у старших дошкільників уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації.

**Завдання експерименту:**

1. На основі розроблених критеріїв і показників виявити рівні сформованості у старших дошкільників уявлень про здоров'я та визначити роль творів мультиплікації щодо цього.
2. Вивчити практичну діяльність педагогічного персоналу ЗДО з виховання у дітей 6-7 років знань та уявлень про здоров'я.
3. З'ясувати валеолого-педагогічні засади роботи з мультфільмом у ЗДО, що сприятиме формуванню у старших дошкільників уявлень про здоров'я.

Дослідження проводилося на базі закладу дошкільної освіти «Усмішка» с. Нові Млини Височанської сільської ради Ніжинського району Чернігівської області. Загалом, дослідженням було охоплено 16 старших дошкільників та 14 педагогів садочка. Розподіл дітей на групи експерименту не проводився.

З тим, щоб зберегти логіку проведення такого виду досліджень, ми розробили необхідну дослідницько-експериментальну базу, яка включала у себе два напрями роботи – з дітьми старшого дошкільного віку та вихователями закладу освіти. Запропонована нами експериментальна база містила перелік спеціально відібраних мультиплікаційних фільмів, які добре відомі дітям і робота щодо їх аналізу не становила б складнощів для досліджуваних. Зважаючи на терміни проведення експериментального дослідження (20.12.2021 – 18.02. 2022), допустимим визначалося включення до роботи з дітьми кількох мультфільмів радянського періоду.

Увесь репертуар творів мультиплікації, який був основою експериментальної роботи, ми поділили на кілька рубрик:

1. Віруси, мікроби, їх негативний вплив на здоров'я людини:

- 1) «Мийдодір»;
- 2) «Смішарики» серія «Супербактерія»;
- 3) «Уроки Тітоньки Сови», серія №21 «Мікроб».

2. Щеплення, їх роль в уникненні важких захворювань:

- 1) «Про Бегемота, який боявся щеплень»;
- 2) «Смішарики» серія «Щеплення від Кроша».

Розглянемо більш детально тримані нами результати відповідно розроблених критеріїв діагностування.

За *інформаційно-змістовим критерієм* нами було проведено *індивідуальну бесіду* з дітьми щодо з'ясування розуміння ними самого поняття здоров'я, факторів впливу на нього, а також ряду уявлень: мікроби, емоційне здоров'я тощо. За питанням №1 стосовно самого поняття здоров'я 95% респондентів вказали на те, що це є «тоді, коли людина не хворіє та є веселою» (Каріна Ж.). Більшість таких відповідей діти обумовлювали гарним самопочуттям та настроєм людини. В уточненні до цього питання більшість дітей вказало, що хвора людини «сумна, квола» (Макар П.), «не хоче їсти й гратися» (Поліна Р.). Отже, більшість відповідей стосовно уявлення старших дошкільників про специфіку здоров'я пов'язані як із зовнішніми ознаками людини, як здорова або хворіє, а також із уявленнями та спогадами дітей про той стан хвороби, у якому вони перебували (млявість, апатія, біль тощо).

Опитуючи дітей про те, яких заходів слід вживати, щоб бути здоровими, ми почули, що, перш за все, слід правильно харчуватися, займатися рухом. Також старші дошкільники називали ще ряд факторів нехворіння та підтримки здоров'я, які вони, швидше за все, чули на заняттях з валеології у закладі дошкільної освіти та удома, у родинному середовищі.

Відсотковий рейтинг факторів впливу на здоров'я людини, який ми визначили за відповідями дітей у процедурі індивідуальної бесіди,



представлено у діагр. 2.1.



Як визначається з діаграми, найбільш впливовими факторами підтримки здоров'я людини, на думку дітей 6-7 років, є активний рух (35% наданих відповідей) та раціональне харчування (30% відповідей). Найменшу кількість таких даних надано дітьми стосовно лікування медичними препаратами, оскільки вони, на думку дітей, мають спрямовану медичну дію, а решту чинників вони можуть добирати самі.

Найбільш з переліку поставлених питань цієї бесіди нас цікавили ті, що стосувалися розуміння дітьми ролі мультфільмів у тому, як вони сприймають окремі аспекти здорового способу життя. У питаннях було закладено такі, що стосувалися мікробів та вірусів, чинників впливу на емоційне здоров'я людини, її агресивної поведінки. Також із відповідей ми дізнавалися, який приклад ЗСЖ подають їм герої творів анімації, яких саме фільмів. Останнє з переліку питань стосувалося того, наскільки твори мультиплікації використовуються вихователями на заняттях з валеології, у вільний час та якості розваг валеологічної тематики.

Ми з'ясували, що 65% респондентів уявляють віруси у вигляді рухомих організмів, «схожих на малесенькі палички» (Денис Г.). Такі уявлення діти набули при показі їм мікроорганізмів вихователем у книзі – Енциклопедії Здоров'я. Тільки 15% дітей переглянули мультиплікаційний фільм про природу мікробів удома, проте – самостійно, без батьків.

Враження на дітей справили герої фільмів, які піклуються про здоров'я. перш за все, це Моряк Папай, який правильно харчувався, окремі герої мультфільму «Смішарики», які теж виявляли поведінку, близьку до здорового способу життя.

Однак, жоден із респондентів не зазначив самостійно, який вплив на стан здоров'я має гарне емоційне самопочуття, хороший настрій, посмішка, доброзичливі стосунки тощо. Навпаки, діти називали героїв мультфільму «Богатирі» як мужніх, сильних, сміливих, з гарним та міцним здоров'ям. Дошкільники зазначили, що на заняттях у садочку їм переважно показують картинки, у них є у куточку бібліотеки Енциклопедія Здоров'я, яку вони можуть у вільний час переглядати. Проте, у них немає комп'ютера для проведення різних форм роботи, хоча, на думку малят, це було б дуже доречним.

Діти вказали, що вони дуже любляють переглядати твори анімації, при чому їм подобаються фільми різних років випуску, вітчизняні та зарубіжні. Головне для того, щоб мультфільм сподобався, на думку опитуваних, - цікавий сюжет, герої, їхні незвичні дії. Дітям подобаються сміливі або незвичні

Розглянемо результати, отримані нами після проведення *малюнквого тесту*. Метою тесту було визначення рівня сформованості усвідомленого ставлення до здоров'я та характер емоційного ставлення до проблем здоров'я дітей старшого дошкільного віку. Дошкільникам потрібно було на аркуші паперу намалювати *здоров'я*, як вони його собі уявляють. Результат визначено в таблиці 2. 1.

Таблиця 2. 1.

Рівні вихованості свідомого ставлення дітей до здоров'я  
 характер емоційного ставлення до проблем здоров'я  
 (за результатами малюнквого тесту)

| № | Показники тесту   | Рівень   | Кількість дітей %<br>ЕГ/КГ |    |
|---|---|----------|----------------------------|----|
| 1 | Ступінь деталізації зображення  | Високий  | 27                         | 40 |
|   |   | Середній | 47                         | 47 |
|   |   | Низький  | 27                         | 13 |
| 2 | Сюжетність і динаміка   | Високий  | 33                         | 44 |
|   |   | Середній | 40                         | 20 |
|   |   | Низький  | 27                         | 27 |
| 3 | Багатство колірної гамми  | Високий  | 47                         | 60 |
|   |   | Середній | 33                         | 27 |
|   |   | Низький  | 20                         | 13 |
| 4 | Оригінальність (специфічність) зображення, використання особливої символіки | Високий  | 33                         | 40 |
|   |   | Середній | 30                         | 33 |
|   |   | Низький  | 47                         | 27 |
| 5 | Разом   | Високий  | 33                         | 53 |
|   |   | Середній | 40                         | 33 |
|   |   | Низький  | 27                         | 13 |

За результатами цього тесту можна зробити такий висновок: 33% ЕГ та 53 % КГ показали високий результат, що дає змогу сказати, що в дошкільників сформований рівень усвідомленого ставлення до здоров'я, але не до кінця. Наприклад, в 47% ЕГ дітей і 60% КГ малюнки яскраві, використано багато світлих кольорів, що говорить про те, що вони бачать здоров'я, як щось прекрасне, чудове, корисне для людей. Але в своїх малюнках більшість не показали оригінальності, цікавих сюжетів і динаміки. Тобто діти дуже просто та елементарно сприймають, цю проблему. До кінця вони не усвідомлюють важливості і не можуть зобразити більш глобальніше здоров'я в своїх малюнках. Отже, потрібно більше дітей залучати до різних

заходів, розвивати, прикріплювати знання стосовно цієї проблеми, щоб потім вони на малюнках могли показати здоров'я не просто намалювавши просте зображення, а показати певний сюжет.

Узагальнені результати проведення двох діагностичних методик за інформаційно-змістовим критерієм сформованості уявлень про здоров'я надано у табл. 2. 2.

Таблиця 2. 2.

Розподіл старших дошкільників за інформаційно-змістовим критерієм сформованості уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації

| Рівні    | Кількість дітей | %  |
|----------|-----------------|----|
| високий  | 4               | 25 |
| середній | 5               | 30 |
| низький  | 7               | 45 |

Перейдемо до короткого аналізу результатів, отриманих нами за *емоційно-мотиваційним критерієм* означеної сформованості, який досліджувався за методикою *спостереження за емоційними проявами дітей* під час перегляду ними мультфільму валеологічного спрямування. Упродовж 3-х занять з валеології та у якості валеологічного дозвілля ми влаштовували перегляди спеціально дібраних мультфільмів (для тривалих за часом фільмів було взято найбільш суттєві уривки щодо уявлень про здоров'я).

Переглядалися такі мультфільми:

Віруси, мікроби, їх негативний вплив на здоров'я людини:

- 1) «Смішарики» серія «Супербактерія»;
- 2) «Уроки Тітоньки Сови», серія №21 «Мікроб».

Щеплення, їх роль в уникненні важких захворювань:

- 1) «Про Бегемота, який боявся щеплень»;
- 2) «Смішарики» серія «Щеплення від Кроша».

Негативний вплив агресивного стану на здоров'я:

- 1) «Як приручити дракона»;
- 2) «Богатирі»

У процесі спостереження за емоційними реакціями дітей під час спілкування з твором мультиплікації. Важливим для нас було спостерігати за проявами емоцій у старших дошкільників, їхні реакції на бачене. У більшості випадків, зафіксованих нами у процесі спостережень, діти ставилися до перегляду мультфільмів як до певного розважального заходу. Безперечно, вони отримували задоволення від того, що демонструвалося на екрані, переважено – веселих подій та мало замислювалися над смислом того, що відбувається.

При цьому, більш глибоко та вдумливо до переглянутого ставилася майже 33% дошкільників, які визначали зовнішню зацікавленість сюжетом твору, діями його героїв, інформацією, яка надається.

Ми помітили, що ті твори мультиплікації, в яких надавалися переважно доступна для розуміння дітьми наукова інформація (мультфільму типу «Смішарики», «Фіксики» тощо), заставляють дітей сприймати матеріал більш вдумливо, зосереджуючись на ньому. Такі вияви уваги ми помітили у 70% дітей, які проглядали мультфільми інформативного типу. У той же час, при перегляді фільмів, в яких спостерігається розгорнутий сюжет, активні дії героїв, спонукає малят емоційно «слідувати» за ними. У 85% таких випадків діти захоплювалися ситуацією і в подальшому не змогли пояснити логіку баченого на екрані при обговоренні.

Ми визначили, що діти визначають вмотивованість на роботу з мультфільмом, додивляються до кінця запропоноване. Більшість дошкільників ділиться після перегляду своїми враженнями від побаченого. Твори анімації слугують для дітей джерелом пізнання цікавого, тому вони з радістю включаються до роботи щодо їх перегляду та подальшого аналізу. Таку мотивацію ми спостерігали у 55% вихованців старшої групи.

Результати, які ми визначили у процесі спостереження за емоційними

проявами старших дошкільників у їхніх взаємодії з мультфільмом представлено у табл. 2.3.

Таблиця 2.3.

Розподіл старших дошкільників за емоційно-мотиваційним критерієм сформованості уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації

| Рівні    | Кількість дітей | %  |
|----------|-----------------|----|
| високий  | 5               | 30 |
| середній | 6               | 40 |
| низький  | 5               | 30 |

Як визначається з таблиці, майже 70% дітей 6-7 років мають зацікавлене та емоційно-позитивне ставлення до взаємодії з творами мультиплікації на заняттях. Вони відкриті до перегляду та подальшої аналітичної роботи з матеріалом фільму. Їхні емоційні реакції на сюжетну лінію, колізії, поведінку героїв мультфільму вказують на те, що вони зацікавлено сприймають. Проте, менше 1/3 малюків цієї визначають пасивне ставлення до такої роботи, їх переважно цікавить лише перегляд, а не подальша робота вихователя з твором.

Перейдемо до аналізу результатів, які ми отримали за **поведінковим критерієм** сформованості уявлень про здоров'я стосовно дітей 6-7 років, що діагностувалося нами за допомогою проведення спостереження за діяльністю й поведінкою дітей.

Ми з'ясували, що старші дошкільники у переважній своїй більшості самостійно, без нагадувань виконують елементарні гігієнічні процедури. Це стосується миття рук, елементарних навичок самообслуговування тощо. У контексті превентивних заходів, пов'язаних із профілактикою *Covid-19*, 90% дітей групи визначили гарно засвоєні навички миття рук після відвідування вулиці, приходу з дому тощо. Решта, 10% малят, виконувала такі дії за нагадування вихователя.

У процесі проведення заняття з валеології до обговорення його питань активно включався 45% старших дошкільників, таку ж кількість вихователів доєднував до розмови, решта дітей були достатньо безініціативними. Ми встановили, що під час вільної діяльності, у сюжетно-рольових іграх типу «Сім'я», «Аптека» діти вживають валеологічні терміни, які вони засвоїли на занятті, але разом з тим у мові дітей використовуються ті слова або фрази, які вони чули в кінофільмах і які не спрямовані на встановлення дружніх контактів, позитивного налаштування на гру.

Це такі фрази, як: «зараз як дам больно», «хто всім допомагає – даремно гає час», «забий на усе» та інші. Отже, діти у власній поведінці відтворюють ті елементи знань, уявлень, дій, які добре ними засвоєні або справили на них сильне враження.

Ми також з'ясували, що після перегляду фільмів, у яких пропагувалася взаємодопомога частина дітей визначала подібні дії в іграх. Наприклад, після перегляду фільму «Пригоди Лунтика та його друзів» серії «Дружба» 66% дітей будували на більш дружніх стосунках сюжет ігор, навіть імітуючи поведінку доброзичливого товстуну Лунтика та інших позитивних героїв фільму. У той же час, після обговорення на занятті поведінки персонажів серіалу «Богатирі» діти поводити себе у самостійних іграх більш агресивно, з проявами зверхності й, навіть, сили.

Ми визначили для себе, що 80% дітей визначали здатність та співчуття тим героям мультфільмів, які, за сюжетом мультфільмів, цього потребували. Проте, в реальних умовах, під час ігор, прогулянок, самостійної діяльності 40% дітей групи будували стосунки з однолітками ніби так, щоб інші побачили їхню сильну позицію. Ще 30% дітей визначали апатичне ставлення до подій, що відбуваються й за ситуацією приєднувалися до спільних ігор та іншої діяльності. Решта, 30% дітей, намагалися зробити ситуацію більш емоційно прийнятною для спільної діяльності, «згладжували» ті «гострі кути», які виникали в ігровій або самостійній колективній діяльності.

У табл. 2.4. наведено відсоткові результати, які ми визначили у процесі спостереження за емоційними проявами старших дошкільників у їхніх взаємодії з мультфільмом за відповідним поведінковим критерієм.

Таблиця 2.4.

Розподіл старших дошкільників за поведінковим критерієм сформованості уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації

| Рівні    | Кількість дітей | %  |
|----------|-----------------|----|
| високий  | 2               | 15 |
| середній | 5               | 30 |
| низький  | 9               | 55 |

Отже, за узагальненими результатами усіх проведених методик дослідження рівнів сформованості у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я засобами мультиплікаційних фільмів запропоновано кількісні результати (табл. 2.5) та запропоновано відповідний рівневий розподіл.

Таблиця 2.5

Розподіл старших дошкільників за рівнями сформованості уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації (надано у %)

| Рівні    | Критерії               |                       |              | Усього |
|----------|------------------------|-----------------------|--------------|--------|
|          | інформаційно-змістовий | емоційно-мотиваційний | поведінковий |        |
| високий  | 25                     | 30                    | 15           | 23     |
| середній | 30                     | 40                    | 30           | 34     |
| низький  | 45                     | 30                    | 55           | 43     |

З даних таблиці визначається, що лише  $\frac{1}{4}$  майбутніх школярів мають розвинені уявлення щодо здоров'я та відтворюють набуте у власній поведінці, намагаючись зберігати усі види здоров'я щодо себе та інших. Вони радо займають вивченням цікавих тем, переглядають анімаційний



матеріал, включаються до його обговорення. У той же час 33% старших дошкільників не сформували щодо себе та інших чіткої позиції з вивчення та підтримки здоров'я. На їхню діяльність та поведінку визначає великий вплив їх власний емоційний стан або керівництво інших. Відтворюють побачене у мультфільмах, переважно – позитивні елементи, швидко можуть змінити поведінку залежності від вражень, отриманих при перегляді творів. Решта, 43% дітей 6-7 років в усіх проведених нами методиках займали пасивну позицію. Вони переважно визначають позицію сили у стосунках з іншими, їх приваблюють сильні, сміливі герої. Ці діти люблять гратися спільно або керувати діями однолітків.

На підставі отриманих результатів констатувального експерименту було розроблено рівні сформованості у старших дошкільників уявлень про здоров'я засобами мультфільмів – високий, середній, низький.

**Високий рівень**, характеризує дітей, які мають необхідні знання щодо здоров'я та визначають його найціннішим багатством. Виокремлюють чинники, які сприяють підтримці здоров'я. Домірно до віку розрізняють негативний та позитивний вплив на стан власного здоров'я та стосовно інших. Діти цього рівня здатні аналізувати власну поведінку, діяльність, ставлення до людей з огляду на вплив на здоров'я, як власне, так і інших. Їхні судження щодо здоров'я розгорнуті й достатньою мірою аргументовані. Малята можуть правильно оцінити побачене у мультфільмах з огляду на користь здоров'ю, прокоментувати бачене. Вони цікавляться явищами, які не в змозі побачити наочно або одразу зрозуміти, для роз'яснення чого звертаються до дорослих. Вони наводять доцільні приклади здоров'язбережувальної поведінки анімаційних персонажів. Їхні уподобання в мультиплікації переважно базуються на прикладах позитивних героїв.

**Середній рівень** вихованості усвідомленого ставлення до здоров'я наявний у дітей, які розуміють важливість здорового стану організму для людини. Практично без допомоги дорослого визначають засоби зміцнення здоров'я, чинники, які несприятливо впливають на нього. У деталізації

сутності впливу чинників, що складають категорію уявлень переважно потребують допомоги дорослого. Усвідомлюють взаємозв'язок власного загального стану від способу існування. Намагаються дотримуватися правил здорового та безпечного способу життя, хоча не завжди реалізують ці наміри самостійно. Визначають уподобання у перегляді мультфільмів на користь швидких перемог героїв, їхньої сили, напору, енергетики. Не завжди визначають за необхідне аналізувати дії та поведінку героїв творів анімації щодо їх впливу на стан іншої людини.

**Низький рівень** характеризує дітей, які не вбачають здоров'я найвищою життєвою цінністю. Вони мають обмежений комплекс елементарних знань про здоровий спосіб життя. Діти цього рівня не виявляють розуміння того, які чинники, сприяють збереженню та зміцненню особистого здоров'я. Їхні уявлення про окремі аспекти здоров'я дуже обмежені й обумовлюються практичною відсутністю інтересу до даної тематики. На заняттях та в інших формах валеологічної роботи вони пасивні, включаються до роботи за прохання педагога. Дотримуються правил дбайливого ставлення до здоров'я свого та інших лише за нагадування. Їхні судження про правильність моральних дій і ставлення до здоров'я у героїв мультфільмів мають викривлений характер. Вони зорієнтовані в уподобаннях на героїв, які визначають силу, впевненість, нахабність, не уміють ураховувати думку інших, не здатні до взаємоузгоджених дій.

Розглянемо результати тих методик, які стосувалися визначення відповідності та ефективності стану **валеологічної практики закладу** дошкільної освіти та з'ясування місця творів мультиплікації у ньому.

За результатами проведеного **анкетування вихователів** садочка (дод. Д) з'ясовано, що більшість педагогів вбачає родину найбільш потужним засобом формування особистості дитини. Відповідь на це питання ми просили анкетованих надати у %. Таким чином, узагальнення отриманих

відповідей дозволило вибудувати своєрідний рейтинг тих чинників, які мають вплив на особистісне становлення дитини:

- 1) сім'я – 100%;
- 2) дитячий садок – 75%.
- 3) однолітки – 50%;
- 4) література – 20%;
- 5) візуальне мистецтво – 15%;

Отже, з отриманих відповідей визначається, що найбільший вплив на особистість дитини має родина, надалі зберігаються позиції найбільш впливових щодо соціально-особистісного розвитку малюка інститутів. Види мистецтва (кіно, література, анімація) не посідають важливі місця, їх роль визначається вихователями як достатньо другорядна у розвитку дошкільника.

Проте, уточнюючи у наступному питанні виховні позиції творів мультиплікації, 85% респондентів вказало на те, що це питання є актуальним для сьогоденної освітньої практики ЗДО. Виховний потенціал творів анімації педагоги пов'язують із становлення моральної свідомості дитини, розуміння нею правил поведінки у суспільстві, взаємин з іншими людьми тощо.

Лише 25% педагогів у відповіді на питання №4 зазначило, що використовують твори мультиплікації в різних напрямках освітньої роботи. З цієї кількості відповідей у якості виховного засобу мультфільм використовується 10% вихователями, 70% - добирають їх задля пояснення навчального матеріалу на заняттях. 20% - задля заповнення дозвілля дітей у другу половину дня.

У наступному питанні ми уточнювали у тих педагогів (їх визначилося 75%), які не послуговуються можливостями творів анімації у роботі з дітьми, чому простежується такий стан роботи. Ми отримали наступні відповіді (визначено у % щодо їх кількості):

- 1) у дошкільному закладі відсутні технічні засоби для перегляду

- мультфільмів – 90%;
- 2) не знаю особливостей організації заняття з використанням мультфільму – 75%;
  - 3) у педагога не залишається часу на організацію і підготовку такої роботи – 70%;
  - 4) немає необхідності планувати таку роботу, так як діти дивляться все поспіль – 40%.

Отже, головними чинниками впливу на осучаснення освітньо-виховного процесу ЗДО можна вважати такі, що пов'язані із його організаційно-методичними засадами.

З тим, що доцільно використовувати перегляди мультфільмів у процесі валеологічного виховання дітей, одностайно погодилися усі педагоги садка. Так само, стовідсотково визначено, що доцільніше включати твори анімації у педагогічний процес тільки із коментарями та роз'ясненнями педагога. Також було зазначено, що доцільним буде використання прийому «стоп» кадру: перегляд мультиплікаційних фрагментів з подальшим їх обговоренням. Особливо актуальним щодо цього є прийом роз'яснення вихователем тих ситуацій, які пов'язані із категоріями уявлень дітей, з тим, що вони не можуть побачити в реаліях.

Такі методичні моменти варто зробити більш рельєфними, деталізувати специфіку уявних образів, створених у мультфільмі. У подальшому побачене можна закріпити в дидактичних іграх, валеологічних вікторинах тощо. Усі анкетовані вказали на те, що варто створити у садочку єдину відеотеку матеріалів для різних напрямів освітньої та виховної роботи, а також стосовно кожної вікової групи.

У відповідях на останнє питання анкети педагоги зазначили, які саме твори анімації є найбільш прийнятні щодо валеологічного виховання дошкільників. Зазначимо, що серед запропонованих фільмів переважно були твори радянського періоду, а саме – 1950-1980 років. Ми помітили, що педагоги практично не вказали творів валеологічного спрямування сучасних

українських аніматорів і зарубіжних мультфільмів такої тематики.

Отже, за результатами анкетування вихователів ми з'ясували, що вони не мають належної компетентності щодо використання мультфільмів у валеологічній роботі з дітьми. Ця робота здійснюється з тим, щоб формувати у дошкільників ті категорії основ здорового способу життя, які належить до уявлень. Педагоги практично не обізнані зі станом сучасної вітчизняної анімації щодо валеології, користуються репертуаром мультфільмів, які знайомі їм із власного життєвого досвіду.

**Таким чином,** розробка критеріального апарату експериментального дослідження (когнітивний, емоційно-мотиваційний поведінковий критерії з відповідними до них показниками) надала можливість провести відповідну науково-дослідницьку роботу з дошкільниками 6 (7) років і педагогами ЗДО, виявити у дітей старшого дошкільного віку рівні сформованості уявлень здоров'я (високий, середній та низький). За результатами проведеного із педагогами садочка анкетування з'ясовано, що вони не сповна готові до використання у роботі з дошкільниками творів мультиплікації валеологічного спрямування. Виявлені нами чинники впливу на ефективність валеологічного виховання будуть ураховані у розробці педагогічних умов щодо підвищення ефективності зазначеного процесу.

## **2.2. Педагогічні умови формування у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації**

Проведене на експериментальне дослідження та його результати, отримані нами на констатувальному етапі напряду вказали на те, що стан валеологічної практики закладу дошкільної освіти не відповідає сучасним вимогам щодо набуття дітьми знань про навколишній світ, пізнання себе як особистості, формування системи життєвих цінностей, до яких належить і здоров'я. Методи, які використовуються вихователями у роботі з дітьми є

достатньо застарілими й не ураховують специфіку сприймання дітьми явищ навколишнього життя.

Педагоги це продовжують спиратися у роботі на друковану наочність, літературне слово тощо, не вбачаючи за необхідне візуалізувати навчальний матеріал, зробити характер освітньої роботи більш проблемним.

На підставі отриманих результатів експериментальної роботи з дошкільниками та педагогами, нами було виявлено та обґрунтовано три найбільш вагомні педагогічні умови щодо формування у дітей старшого дошкільного віку уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації. Розглянемо ці умови більш детально.

*Перша педагогічна умова. Дотримання вихователем чіткої методичної основи у роботі з перегляду мультфільму спільно з дошкільниками.*

Методика є частиною педагогічної науки, яка дозволяє будувати навчання з урахуванням багатьох важливих педагогічних позицій – вікових особливостей дітей, опори на попередньо вивчений матеріал, наявності проблемного підходу у побудові заняття, використанні найбільш доцільних методів та прийомів щодо роботи з навчальним матеріалом та низка іншого.

У наукових працях Н. Гавриш, Г. Клокової, В. Городиської, Є. Єрмизіної, О. Квашук, М. Корепанової, О. Куниченко, К. Крутій, О. Луцинської та ін. визначено ті принципові методичні позиції, які слід ураховувати вихователеві у спільному перегляді творів мультиплікації з дітьми.

Так, О. Луцинська вказує на те, що маючи великий вплив на свідомість та поведінку дітей, ці твори мають бути ретельно проаналізовані самим педагогом у його підготовці до заняття. Розкриваючи перед малятами окремі питання, наприклад – стосовно здорового способу життя, слід обов'язково продумати коментарі до такого перегляду, навідні або уточнюючі питання [41].

Дослідниця В. Городиська зазначає, що кожен із сюжетів мультфільму, який аналізувався на занятті, варто підкріплювати подальшою навчальною

роботою. Наприклад, діти можуть «програвати» ролі позитивних або негативних персонажів [16]. З уявлень, які надавалися дітям стосовно здоров'я, можна закріплювати шляхом створення власних міні-мультфільмів (як швидкого перегортання сторінок із намальованими на них персонажами), заповнення робочих зошитів, розгадування загадок тощо.

Мультфільми є гарним засобом навчати дитину чогось нового, надати їй інформацію, яка розкриває тайни незвіданого, того, що не можна побачити у реальному житті. Тому вихователям слід включати до перегляду фільми розвиваючого спрямування, які ознайомлюють дитину із різною науковою інформацією, доступною по віку для розуміння.

*Друга педагогічна умова. Добір фільмів, які дозволяють сформувати комплекс уявлень дітей щодо здоров'я.*

Важливу роль набуті дітьми знань про сутність та специфіку здоров'я, а також більш широкого поняття, такого як здоровий спосіб життя, відіграє комплексність такої роботи. Неможливо сформувати у дітей лише уявлення, наприклад, про засоби убезпечення від вірусів, коли не будемо розповідати про правила поведінки у скупченні людей, про ознаки хвороби та поведінку у долікарняний період. Усі категорії знань щодо ЗСЖ є достатньо самостійними (рух, здорове харчування, гігієна тощо), й, водночас, взаємопов'язаними між собою.

На основі вивчення праць науковців можна зазначити, що у роботі з мультфільмом педагогу слід урахувувати таку особливість мислення дитини, як конкретність, що ставить завдання максимальної конкретизації інформації, яка має бути усвідомлена дитиною через певні образи мультфільму, поведінку його героїв тощо.

Тому варто демонструвати твори мультиплікації не тільки з однієї теми (наприклад, «Мікроби, який ми не бачимо», «Гігієна», «Здоровий спосіб життя»), але й продовжувати цю тему в таких які стверджують думку про доцільність дотримання правил особистої гігієни, миття рук, утримання тіла у чистості, профілактика захворювань тощо. Робота, пропонована нами, може

здійснюватися тоді, коли вихователем буде створена своєрідна добірка мультфільмів валеологічного змісту, виокремлені найбільш вагомі фрагменти з них, дібрані питання до переглянутого, створено картотеку.

*Третя педагогічна умова. Обговорення з дітьми найбільш методично вагомих аспектів уявлень про здоров'я у додаткових формах освітньо-виховної роботи.*

Дослідниця О. Куниченко запропонувала побудову роботи з мультиплікаційними фільмами на основі певної дидактичної моделі (розроблено Л. Баженовою). Ця модель зумовлює обговорення баченого дітьми у мультфільмі за двох позицій – «від глядача» та «від автора». У позиції, яка стосується дитини, слід ураховувати ті емоції, відчуття, враження які отримав глядач під час перегляду твору анімації. З тим, педагог має ставити питання «Як почуття у тебе викликав цей фільм? Чому?», «Який момент фільму тобі сподобався найбільше?» та інше до обговорення.

Для дошкільника важливим визначається його рефлексія на певну ситуацію, зміст мультфільму. Згідно досліджень Л. Баженової, малята у процесі такого обговорення йдуть від власних емоцій та переживань до авторського задуму, що дозволяє більш усвідомлено та глибоко зрозуміти побачене. Якщо обговорювати з дітьми твір мультиплікації з «позиції автора», слід побудувати своєрідний ланцюжок: зміст фільму – його сюжет – герої. Тоді акцент в аналізі твору може робитися на поведінці героїв, встановленні причинно-наслідкових зв'язків.

На тому, що важливо детально проаналізувати з дітьми як зміст твору, так і дії його персонажів, наголошують К. Крутій, Ф. Мельникова, О. Міненко та ін. дослідники. Так, К. Крутій запропонувала авторську технологію використання відео сюжетів із мультфільмів стосовно розвитку мовлення дітей, проте основ такої роботи можна в інших напрямках освітньої роботи. Вчена вказує, що використання екранних засобів допомагає педагогові збільшити варіативність ситуацій у рамках теми, що вивчається. Привносячи шляхом варіативності та обговорення баченого щось нове,



вихователь викликає додатковий інтерес у дитини до матеріалу, який вивчається [35].

Таким чином, з урахуванням отриманих даних констатувального експерименту нами було розроблено ряд педагогічних умов, реалізація яких у валеологічному процесі ЗДО у подальшій експериментальній роботі дозволить суттєво підвищити його ефективність.

### **2.3. Презентація навчально-методичного забезпечення формування у старших дошкільників уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації**

На основі розроблених педагогічних умов, які мають сприяти підвищенню ефективності процесу формування у дітей комплексу знань, уявлень та відповідних умінь і навичок здорового способу життя, нами було розроблено програму експериментальної роботи. Вона мала забезпечувати ефективність валеологічного виховання дошкільників у старшій групі ЗДО. Включала у себе два напрями роботи – з вихователями (забезпечення першої педагогічної умови) та з дітьми 6-7 років життя (друга та третя педагогічні умови). Відповідно, було розроблено загальну стратегію програми та дібрано належне навчально-методичне забезпечення. Проаналізуємо їх більш детально за напрямами експериментальної роботи.

*Для вихователів*, на забезпечення *першої педагогічної умови* нами було розроблено програму з використання мультфільмі у валеологічному вихованні старших дошкільників «Мультфільми про здоров'я: переглядаємо правильно». У якості методичної основи роботи з мультфільмом (у напрямі формування уявлень здоров'я, здорового способу життя) нам було використано теоретичні положення досліджень М. Корепанової, К. Крутій, О. Куниченко, Ф. Мельникової, О. Міненко, М. Синовицької, Н. Северинчук та ін. Згідно позиції Л. Рябокони, особливу увагу у розгортанні педагогічної

роботи на основі творів мультиплікації має бути приділено розвитку в дітей художнього сприймання, аналітичного мислення. Важливо сформувати у малят осмислення інформації, яку вони отримують у процесі перегляду, на візуальному та усвідомленому рівнях. Закріпленню вражень дітей, вивірненню ідеї твору, яка мала бути правильно сприйнята усіма дітьми у колективному перегляді та подальшій аналітичній роботі з твором [53].

Дослідниця В. Городиська, вказуючи на необхідність добору дієвих, ефективних методів та прийомів роботи. Вона наголошує на необхідності програвання дітьми спільно з педагогом сюжетів мультфільмів, коли кожен із вихованців зможе приміряти на собі роль як позитивного, так і негативного героя. Тоді їхні дії та поведінка стануть більш зрозумілими для малюка [16, с. 148].

Сприймання дітьми твору мультиплікаційного жанру, подальше активне обговорення змістовної та моральної фабули фільму сприяє налагодженню асоціативних зв'язків із особистим досвідом дитини [52]. У процесі перегляду малюк виявляє певні почуття до долі, дій, вчинків героїв. Вихователь, організовуючи роботу над обговоренням баченого, має дотримуватися чіткого алгоритму:

- 1) перегляд мультфільму;
- 2) відбір епізодів, які мають найбільше логічне навантаження щодо певного виду виховання дитини (моральне, валеологічне, розумове, естетичне тощо) для подальшої аналітичної роботи;
- 3) завершення обговорення подальшими «проблемно-перевірочними запитаннями». Це дозволить педагогу виявити, наскільки у дітей сформувалися у процесі перегляду ті чи інші уявлення.

Дотримання вихователем чіткої методики роботи з мультфільмом має також включати ряд позицій:

- до роботи варто добирати короткі за обсягом фільми або демонструвати «найбільш значущі сцени». Кінотвори, які мають

тривалість більше, ніж 10 хвилин, педагогом використовуються нечасто.

- перегляд творів, які мають педагогічно значущий сюжет, проте є тривалими за часом, варто «розбивати» на дві частини. Кожна із частин аналізується дітьми спільно з вихователем окремо, а потім визначені малятами думки поєднуються в один центральний висновок стосовно переглянутого.
- дуже добре, коли цикл мультфільмів з однієї тематики презентує дітям цікавий для них герой – Незнайко, Невмивака, Петрик Пятчкін тощо. Цей герой може «брати участь» в обговоренні побаченого з дітьми, ставлячи проблемні й, навіть, провокаційні питання з тим, щоб отримати від глядачів правильну відповідь.

Робота зі *старшими дошкільниками* спрямовувалася у нашій програмі на забезпечення *другої та третьої педагогічної умов*.

Формування у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я пов'язане із проведенням заходів валеологічного спрямування. Спираючись на дані дисертаційного дослідження Н. Лісневської, зазначимо, що велику роль щодо цього відіграють валеологічні та дидактичні ігри валеологічного змісту [39]. Після того, як діти опанують певний валеологічний матеріал на заняттях з валеології, вони можуть закріпити це у відповідних іграх, а по тому – у перегляді мультфільмів та проведенні бесід після побаченого. Наведемо приклади кількох таких форм валеологічної роботи.

Валеологічні ігри, спрямовані на формування уявлень необхідності дотримання чистоти тіла, одягу, взуття, догляду за волоссям та розчісуванням.

*Гра «Водичка-водичка, вмий ясне личко».*

Мета гри: закріплювати у дітей навички миття рук та обличчя правильного користування милом-брусом та рідким милом; витирання рушником тканим та паперовим.

Після проведення гри доцільно переглянути мультфільми про бруднень та втілити висновки обговорення у малюнках на тему «Дотримуємося чистоти».

*Гра «Маленькі перукарі».*

Мета гри: закріпити у дітей (як у хлопчиків, так і у дівчаток), уміння правильно розчісуватися, тендітно вкладаючи волосся, не «роздираючи» його.

З тим, щоб зробити для дітей гру більш цікавою, можна улаштувати творчий конкурс «Кращий перукар», де спочатку дівчатка будуть робити зачіски хлопчикам, а потім – навпаки. Перемагає той учасник, який виявив уміння правильного розчісування та елементарного укладання волосся. По завершенню конкурсів можна переглянути мультфільми, в яких висміюють бруднень з нечесаним волоссям. Результати конкурсу доцільно подати у фото звіті «Ми охайні, ми доглянуті».

Мультфільми – це прекрасний спосіб для дитини вивчити щось нове. Безумовно, неможливо вирішити всі проблеми виховання і навчання за допомогою одних мультфільмів. Це всього лише один з варіантів виховання, але досить дієвий. Щоб отримати максимальну користь від перегляду мультфільмів, необхідно ретельно підходити до його вибору і бути впевненим в тому, що дитина зможе почерпнути потрібну, а головне корисну для себе інформацію, яка знадобляться йому при формуванні власного світогляду.

Перш за все, важливим визначалося створити доцільні добірки фільмів, які формують у дітей уявлення про ті категорії здоров'я, які найкраще набуті через відеосприймання.

Доцільно переглянути та обговорити зміст наступного (за тематикою):

*1) Віруси, мікроби, їх негативний вплив на здоров'я людини:*

- «Мийдодір»;
- «Смішарики» серія «Супербактерія»;
- «Уроки Тітоньки Сови», серія №21 «Мікроб».

2) *Щеплення, їх роль в уникненні важких захворювань:*

- «Про Бегемота, який боявся щеплень»;
- «Смішарики» серія «Щеплення від Кроша».

3) *Здоровий спосіб життя (різні аспекти):*

- «Уроки Тітоньки Сови», серія №15 «Хвороби» ;
- «Шуля та дядько Енік про здоровий спосіб життя»;
- «Фіксики» (добірка серій про здоров'я);
- «Казка про здоровий спосіб життя» (виробництво України);
- «Ключ до здоров'я» (виробництво України);
- «Корисні звички» (виробництво України).

Також у дод. Е нашої наукової роботи розміщено укладену нами добірку творів мультиплікації щодо здорового способу життя, створених українськими аніматорами в останні роки.

Перегляд з дітьми мультфільму має свою специфіку, оскільки для педагога це – частина його роботи, а для дитини, як правило, це розвага. Дитина, включаючись у цікавий, веселий вир подій, малюк частіше за все не надто замислюється над тим, що відбувається на екрані. Педагог має тримати увагу дітей на найбільш важливих епізодах фільму. Після перегляду доцільно провести роботу за переглядом.

Наводимо приклад такої роботи через проведення бесіди після перегляду анімаційного твору «Смішарики» серія «Щеплення від Кроша»:

- 1) «Якою ви вважаєте поведінку Кроша – розсудливою чи легковажною?»
- 2) Як ставився Крош до щеплення? Чому?
- 3) Що ви знаєте про щеплення?
- 4) Які ще мультфільми показували нам ставлення до щеплення?
- 5) Щоб ви порадили Крошу та іншим стосовно щеплення»

Після перегляду мультфільмів, бажано – однієї валеологічної тематики доцільно запропонувати дітям намалювати героїв певній життєвій ситуації.

Після того, в організованій виставці дитячих малюнків ще раз доцільно підкреслити ідею необхідності дотримання засад здорового способу життя.

На основі методичних розробок О. Куниченко [32] можна запропонувати нові підходи до відбору мультиплікаційного медіа матеріалу. Тематика мультфільмів може визначатися темою тижневого проекту, де спільний перегляд стає невід'ємною частиною освітнього процесу. Він зумовлює вибір форм і змісту освітньої діяльності дітей і педагога. Показ дібраного до теми мультфільму доцільно проводити раз на тиждень. Цільова установка дня спрямована на виділення значимих для розуміння понять, тем, пов'язаних зі здоровим способом життя.

Форми досягнення мети дня – варіативні прийоми комунікацій, які здійснюються через спільну бесіду, обговорення, співтворчість, спів діяльність, у тому числі – у рамках змісту переглянутого мультфільму. Робота над мультфільмом може продовжуватися в інші дні тижня за допомогою театралізованих ігор і продуктивних видів діяльності.

*Таким чином, у даному підрозділі нами було презентовано експериментальну програму щодо використання мультфільмів у процесі формування у дітей 6-7 років уявлень здоров'я. Вона розроблена відповідно усіх визначених педагогічних умов, викладених у п. 2.2, передбачає роботу з дітьми старшого дошкільного віку та вихователями. Запропоновано перелік мультфільмів до тем, надано репертуар українських творів анімації стосовно здорового способу життя.*

## ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

У даному розділі нами висвітлено результати проведеного констатувального експерименту, представлено кількісні та якісні результати практичної роботи у напрямі зі старшими дошкільниками та вихователями. Експериментальна робота була спрямована на з'ясування реального стану валеологічної практики садка з тим, щоб визначити якою мірою сформовані уявлення дітей стосовно здоров'я та здорового способу життя. Також ми визначали місце такого сучасного засобу навчання й виховання дітей, як мультиплікація у зазначеному вище процесі.

Нами було розроблено критерії та показники сформованості у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я, що дозволило виявити та обґрунтувати відповідні рівні (високий, середній, низький). Визначено, що менше, ніж  $\frac{1}{4}$  дітей перебуває на високому рівні сформованості у явлень про здоров'я. Ці діти визначають ціннісне ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших. Зацікавлено ставляться до вивчення різних тем з валеології, активні, люблять працювати із сучасними та цікавими для них засобами навчання. До творів мультиплікації ставляться із достатньою мірою аналітичного сприймання, уміють аналізувати бачене. У власній поведінці більше скеровуються швидше усвідомленими соціально-моральними нормами, ніж впливом однолітків або негативної поведінки героїв.

Більше ніж 33% дітей групи виявили достатню обізнаність із позиціями здорового способу життя. Вони мають достатній об'єм знань та уявлень стосовно здоров'я. Проте, у переглядах творів мультиплікації їх захоплює сюжетна канва, поведінка героїв, додаткові елементи фільму, через що вони не завжди вдумливо ставляться до роботи з відеоматеріалом. У власній поведінці, як правило, скеровуються ситуаціями в колективі однолітків. Можуть підпадати під вплив негативних персонажів творів або брати приклад з негативної поведінки авторитетних для них однолітків. Ці

характеристики розкриті стосовно дітей середнього рівня сформованості уявлень про здоров'я.

43% старших дошкільників (низький рівень розвиненості уявлень здоров'я) виявили пасивне ставлення до того, яким повинен бути їхній спосіб життя. Вони мало цікавляться інформацією з різних аспектів здорового способу життя. Найбільш прийнятною для себе вважають позицію сили та авторитарної поведінки з іншими дітьми.

З'ясовано, що педагоги практично не реалізують потенціал візуальних видів мистецтва у валеологічній роботі. Переважно, ними використовується на заняттях друкована продукція. У якості прикладів мультиплікаційних творів добирають фільми другої половини минулого століття, рідше – лише окремі із сучасних фільмів. Педагоги садка не визначають чіткої методики щодо роботи з фільмом, не виокремлюють у візуальному ряді твору ті місця, які стосуються категорії уявлень й не деталізують при переглядах з дітьми таку роботу. За браком часу педагоги не створили у закладі дошкільної освіти картотеку творів анімації (за напрямками роботи, за рубриками тощо). Також відсутня відеотека з різних розділів програми з валеології.

З урахуванням отриманих результатів нами було розроблено три педагогічні умови, які, на нашу думку, визначають найбільший вплив на якість валеологічного процесу щодо надання дітям необхідної сучасної інформації про основи здоров'я. Переважно ці умови стосувалися методичної сторони діяльності вихователя, проте їх комплексна реалізація дозволить активізувати участь дітей у валеологічному процесі.

Також нами, на основі даних констатувального експерименту та представлених педагогічних умов було розроблено експериментальну програму роботи з вихователями та дітьми 6-7 років щодо збільшення ефективності використання творів мультиплікації з метою формування у дітей комплексу уявлень про здоров'я, підвищення їхнього інтересу до здорового способу життя.



## ВИСНОВКИ

У результаті проведеного дослідження на теоретичному та емпіричному рівнях ми дійшли до наступних висновків за раніше визначеними завданнями.

За **першим завданням** нами було розкрито теоретичні засади проблеми формування уявлень про здоров'я. Відповідно до вимог сучасної дошкільної освіти, валеологічні засади розглядаються як необхідний компонент формування життєвої компетентності дитини-дошкільника стосовно власного здоров'я, способів його підтримки й налагодження емоційно та психологічно комфортних стосунків із оточуючими.

У теоретичній частині роботи нами проаналізовано ряд опорних понять, таких, як: здоров'я, здоровий спосіб життя, здоров'язбереження, знання, уявлення. Розкрито специфіку та функцію уявлень як особливої категорії пізнання навколишнього світу, його явищ, які на дані людини за допомогою споглядання або відчуттів. За теорією пізнання уявлення є однією із пізнавальних здатностей людини, що полягає у відтворення об'єкта у формі наочного образу та основі попередньої даності його у чуттєвому досвіді. В уявленнях певний об'єкт постає опосередковано. У структурі пізнання уявлення постають як своєрідна перехідна ланка від чуттєвого споглядання до абстрактного мислення.

Нами визначено специфіку формування уявлень у дітей старшого дошкільного віку уявлень про здоров'я, яка характеризується особливостями психічного розвитку дитини у даний віковий період, зокрема – переходом до мислення загальними уявленнями, здатністю узагальнювати, порівнювати, виробляти судження, мислити логічно. Утворення тимчасових зв'язків, – асоціацій, є базою для набуття нових уявлень.

Процеси засвоєння дітьми уявлень про спосіб життя людини формуються спочатку на прикладі життя родини, а потім – у спеціально

організованому навчанні у ЗДО.

**За другим завданням** ми обґрунтували потенціал творів мультиплікації з формування у дітей 6-7 років уявлень про здоров'я.

Мультфільми – це специфічний засіб виховання та соціалізації дітей, надання їм необхідної інформації про навколишній світ, людські стосунки, норми проживання, правила спілкування тощо. Мультфільми володіють багатими педагогічними можливостями: вони розширюють уявлення дитини про навколишній світ, знайомлять її з новими явищами, ситуаціями; допомагають розширити словниковий запас дитини, її кругозір, розвинути пам'ять, фантазію і уяву; показують приклади поведінки, що сприяє соціалізації, оскільки діти вчаться, наслідуючи людей або героїв творів, у тому числі – мультиплікаційних.

Мультиплікаційний фільм за допомогою образів вводить юного глядача в «інший», авторський світ за допомогою емоційних проявів щодо героїв і подій (співпереживання, співчуття, співчуття, спів-радість). Фільми демонструють дитині приклади взаємодії з оточуючими та навколишнім світом, формують першопочаткові уявлення про явища навколишнього світу, які людина не здатна сприйняти у реальному житті наочно, без спеціальних пристроїв.

У галузі здорового способу життя твори анімації здатні «відтворити» такі його категорії, які важко надати в зображенні на моделях та за допомогою картинок. Наприклад, це стосується понять: віруси, інфекції, мікроби, гігієна тощо. Безперечно, в образах, що відтворюються у спеціально розроблених розвивальних мультфільмах для дітей валеологічного змісту, які стали популярними в останні роки, не завжди покладено за основу науковий підхід. Проте, за допомогою зрозумілих дітям образів, їхніх специфічних дій можливо сформувати у дошкільників розуміння сутності того чи іншого уявлення про здоров'я та ЗСЖ.

**За третім завданням** нами розроблено критерії та показники сформованості уявлень про здоров'я в дітей старшого дошкільного віку

засобами творів мультиплікації.

Інформаційно-змістовий критерій визначає знання дітьми основних категорій здоров'я та ЗСЖ, які діти опановують на заняттях з валеології у закладі дошкільної освіти, а також знання дітей кількох мультфільмів, у яких ці питання порушуються. Показники даного критерію: розуміння дітьми валеологічної сутності анімаційного твору; знання сюжетів кількох мультфільмів, де пропагується необхідність бути здоровим або засуджуються прояви хибного ставлення до здоров'я. Емоційно-мотиваційний критерій виявляє емоційний вплив творів мультиплікації на ставлення дитини до проблеми здоров'я, його підтримки, уникнення шкідливих звичок тощо. Показники цього критерію: емоційне переживання дитиною змісту мультфільму, в сюжеті якого йдеться про підтримку / не підтримку здоров'я; вмотивованість на позитивний приклад героя мультиплікаційного твору щодо його відтворення у власному житті. Поведінковий критерій визначає втілення у поведінці малюка зразків поведінки героїв мультфільмів та реалізацію форм поведінки, пов'язаних із здоровим способом життя, безпекою життєдіяльності та підтримкою здоров'я. Його показники: втілення у власній поведінці зразків поведінки героїв мультфільмів, спрямованих на ЗСЖ та реалізація форм здоров'язбережувальної поведінки.

До кожного із розроблених критеріїв було дібрано необхідні методики діагностики, проведено констатувальний експеримент з дітьми 6-7 років, виявлено та обґрунтовано три рівні сформованості уявлень про здоров'я в дітей старшого дошкільного засобами творів мультиплікації (високий, середній та низький).

**За четвертим завданням** ми теоретично обґрунтували педагогічні умови формування уявлень про здоров'я засобами творів мультиплікації в дітей старшого дошкільного віку. Знання оздоровчого спрямування, які надаються дітям, не достатньою мірою відповідають вимогам Базового компоненту дошкільної освіти щодо формування засад здорової особистості. Лише 35% дошкільників мають належний обсяг знань і уявлень з питань

оздоровлення, намагаються зрозуміти сутність оздоровчих видів діяльності, їх цікавлять відомості про себе, свій організм. У планах освітньої роботи питання ЗСЖ висвітлені недостатньо, відсутній логічний зв'язок між темою заняття з даної проблеми і закріпленням її в різних видах діяльності, у повсякденному житті. В освітній роботі вихователі обмежуються наданням дітям знань щодо фізичної сфери здоров'я, не розкриваючи шляхи формування психічного і соціального здоров'я. З урахуванням результатів констатувального експерименту стосовно стану валеологічної практики ЗДО нами з'ясовано, що педагоги практично не реалізують потенціал візуальних видів мистецтва у валеологічній роботі. Переважно, ними використовується на заняттях друкована продукція. У якості прикладів мультиплікаційних творів добирають фільми другої половини минулого століття, рідше – лише окремі із сучасних фільмів. Педагоги садка не визначають чіткої методики щодо роботи з фільмом, не виокремлюють у візуальному ряді твору ті місця, які стосуються категорії уявлень й не деталізують при переглядах з дітьми таку роботу. За браком часу педагоги не створили у закладі дошкільної освіти картотеку творів анімації (за напрямками роботи, за рубриками тощо). Також відсутня відеотека з різних розділів програми з валеології.

З урахуванням отриманих результатів нами було розроблено три педагогічні умови, які, на нашу думку, визначають найбільший вплив на якість валеологічного процесу щодо надання дітям необхідної сучасної інформації про основи здоров'я. Ними є:

- 1) дотримання вихователем чіткої методичної основи у роботі з перегляду мультфільму спільно з дошкільниками;
- 2) добір фільмів, які дозволяють сформувати комплекс уявлень дітей щодо здоров'я;
- 3) обговорення з дітьми найбільш методично вагомих аспектів уявлень про здоров'я у додаткових формах освітньо-виховної роботи

Кожна із зазначених умов стосувалася визначення ролі творів анімації у валеологічній роботі з дітьми. Переважно ці умови стосувалися методичної

сторони діяльності вихователя, проте їх комплексна реалізація дозволить активізувати участь дітей у валеологічному процесі. Ті форми практичної роботи, які використовуються вихователями, зазначені у програмах попередніх десятиліть, отже, не повною мірою в них відображено вимоги сучасної редакції Базового компоненту дошкільної освіти стосовно особистісного розвитку дитини та закладання в неї валеологічної свідомості.

**За п'ятим завданням** на основі даних констатувального експерименту та представлених педагогічних умов нами було розроблено експериментальну програму роботи з вихователями та дітьми 6-7 років щодо збільшення ефективності використання творів мультиплікації з метою формування у дітей комплексу уявлень про здоров'я, підвищення їхнього інтересу до різних питань здорового способу життя. Нами було презентовано експериментальну програму щодо використання мультфільмів у процесі формування у дітей 6-7 років уявлень здоров'я. Вона розроблена відповідно усіх визначених педагогічних умов формування у старших дошкільників уявлень про здоров'я. Також наша програма передбачає роботу з дітьми старшого дошкільного віку та вихователями. Запропоновано перелік мультфільмів до тем, надано репертуар українських творів анімації стосовно здорового способу життя.

Проведене нами дослідження не розглядається як таке, що вичерпує усі аспекти обраної проблеми. Перспективи нашої подальшої наукової роботи будуть пов'язані із питаннями взаємодії ЗДО із сім'ями вихованців щодо залучення дітей до здорового способу життя.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрущенко Н. Феномени здоров'я та здоров'язбереження дитини в контексті сучасних наукових поглядів. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2016. Вип. 55. С. 238-246.
2. Андрущенко Т. К. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Переяслав-Хмельницький, 2007. 268 с.
3. Андрущенко Т. Формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності. Старший дошкільний вік: метод посібн. Тернопіль: Мандрівець, 2016. 120 с.
4. Бабюк Т. Й. Характеристика типів здорового способу життя дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2011. Вип. 4. С. 17-25.
5. Бісовецька Л. А. Українські мультфільми як засіб морального виховання дітей. *Інноватика у вихованні*. 2015. Вип. 1. С. 93-102.
6. Богініч О. Л. Оздоровчу ідеологію в життя малят. *Дошкільне виховання*. 2006. № 7. С. 7-9.
7. Бойченко Т. Є. Здоров'я як категорія валеології, медицини і педагогіки. *Культура безпеки, екології та здоров'я*. 2010. № 4. С. 41-45.
8. Бутенко В. Г. Підготовка майбутніх вихователів до формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників засобами ігрової діяльності: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Суми, 2018. 23 с.
9. Василенко Л. П. Психологічні умови засвоєння моральних норм дітьми дошкільного віку. Моральна свідомість та самосвідомість особистості: монографія / за ред. проф. М.В. Савчина, доц. І.М. Галяна. Дрогобич, 2009. С. 76-93.
10. Васильєва О. Використання мультиплікаційних і розвивальних фільмів у роботі з дітьми. *Дитячий садок*. 2013. № 6. С. 1-7.

11. Виготський Л. Питання дитячої психології. Особистість у психологічних дослідженнях. Хрестоматія / Упоряд.: О. Д. Кресан, О. І. Михайлова [та ін.]; За заг. ред. С. Д. Максименко, М. В. Папучі; Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України, Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя. 2-е вид., доп. і переробл. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2010. С. 197-209.
12. Гавриш Н. В., Клокова Г. А. Вплив мультфільмів на формування моральної свідомості у дітей. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2013. Вип. 13 (272). Ч. II. С. 103-110.
13. Галян О. І. Розвиток моральної свідомості та самосвідомості на етапі дошкільного дитинства. Моральна свідомість та самосвідомість особистості: монографія / за ред. М. Савчина, І. Галяна. Дрогобич, 2009. С. 64–76.
14. Гаращенко Л. В., Шинкар Т. Ю. Методичне забезпечення фізичного виховання та здоров'язбереження в закладі дошкільної освіти. *Науковий журнал «Інноваційна педагогіка»*. 2021. № 2 (31). С. 143-146.
15. Гнатів І. Проблема дотримання моральних норм дитиною дошкільного віку. *Психологічні проблеми соціальної адаптації та правової реабілітації громадян: збірник тез круглого столу (26 січня 2007 року)*. Львів: Львівський державний ун-тет внутрішніх справ. 2007. С. 34–36.
16. Городиська В. В. Використання мультфільмів для реалізації морального виховання старших дошкільників. *Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя. Серія: Психолого-педагогічні науки*. Вип. 4. 2015. С. 146-150.
17. Горюк І. Я. Особливості формування здорового способу життя у дітей дошкільного віку: кваліф. робота (другого магістерського рівня); спец. 012 «дошкільна освіта». Чернівці, 2021. 127 с.
18. Гришко Я. В., Корзун О. В. Використання мультфільмів у формуванні у старших дошкільників основ здорового способу життя. *Вісник студентського наукового товариства: збірник наук. праць студентів, магістрантів, аспірантів / за ред. О.В. Мельничука*. Вип. 24. Ніжин:

- НДУ ім. М. Гоголя, 2021. С. 159-163.
19. Державний Базовий компонент дошкільної освіти (ред. 2021 року).  
URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-bazovogo-komponenta-doshkilnoyi-osviti-derzhavnogo-standartu-doshkilnoyi-osviti-nova-redakciya>
20. Дроздова К. В. Формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у молодших школярів. *Наука і освіта*. 2016. № 4. С. 120–125.
21. Дуткевич Т. В. Дошкільна психологія: навч. посібник для вузів. Київ: Центр учбової літератури, 2007. 392 с.
22. Єременко А. Дивимося мультфільми правильно. URL: <http://www.science-education>
23. Желан А. В. Формування культури поведінки дітей дошкільного віку. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського*. Вип. 1.45 (106. Педагогічні науки.). С. 21-26.
24. Желева О. І. Формування навичок здорового способу життя : метод. посіб. / Київ : Золотоноша, 2014. 147 с.
25. Замрозович-Шадріна С. Проблеми збереження та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку. *Обрії*. 2014. Вип. №2 (39). С. 12-14.
26. Запорожець О. В. Значення ранніх періодів для формування особистості. Особистість у психологічних дослідженнях. Хрестоматія / Упоряд.: О. Д. Кресан, О. І. Михайлова [та ін.]; За заг. ред. С. Д. Максименко, М. В. Папучі; Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України, Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя. 2-е вид., доп. і переробл. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2010. С. 197-209.
27. Івшина Е. В., Куш Н. В. Вплив телебачення на емоційний розвиток дитини дошкільного віку. *Вісник педагогічного досвіду*. 2017. №23. С. 22-24.
28. Іващук Л. Ю. Сучасні концептуальні чинники інтегральної характеристики здоров'я особистості і суспільства. Загальна теорія



- здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. С. 33-40.
29. Калуська Л. В. Бережи здоров'я змалку. Авторська програма. Харків: Ранок-НТ, 2007. 96 с.
30. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві). Навч. посібник для вищих навчальних закладів. Київ: Освіта, 1998. 288 с.
31. Корепанова М. В., Куниченко О. В. Використання виховного потенціалу мультфільмів в соціально-особистісному розвитку старших дошкільнят. URL: <http://89.108.76.193/upload/iblock/d9e/Korepanova,%20Kunichenko.pdf> 27-31.
32. Куниченко О. В. Особливості виховання моральної поведінки старших дошкільнят засобами мультиплікаційних фільмів. URL: <https://www.dissercat.com/>
33. Кушнір В. М., Сопівник Р. В., Пижик І. Формування уявлень про моральні якості та норми у дітей старшого дошкільного віку засобами мультиплікаційних фільмів. *Science and Education*, 2017. Issue 10. С. 170-175.
34. Кравчук Н. П. Здоров'язбережувальна діяльність та її функції в процесі формування здоров'язбережувальної компетенції майбутніх вихователів дошкільних навчальних закладів. Умань. 2020. URL: <http://naukam.triada.in.ua/index.php/18-pedagogika/24-zdorov-yazberezhuvalna-diyalnist-ta-jiji-funksiji-v-protsesi-formuvannya-zdorov-yazberezhuvalnoji-kompetentnosti-majbutnikh-vikhovateliv-doshkilnikh-navchalnikh-zakladiv>
35. Крутій К. Л. Специфіка використання мультфільмів як засобу навчання мови і розвитку зв'язного мовлення дошкільників. *Дошкільна освіта*. 2013. № 2 (40). С. 22-30.
36. Левінець Н. Рухова та здоров'язбережувальна компетентність дитини. *Дошкільне виховання*. 2021. №8. С. 7-10.

- 37.Лисенко С. Використання мультиплікаційного фільму в навчально-виховному процесі дошкільного навчального закладу. *Практична медіаосвіта: навчання основ медіаграмотності*: збірник матеріалів обласної науково-практичної конференції (29 листопада 2017р.). Харків: Харківська академія неперервної освіти, 2017. С. 203–217.
- 38.Лисенко С. Мультиплікаційний фільм – засіб формування медіаграмотності дошкільників. *Збірник статей П'ятої міжнародної науковометодичної конференції «Практична медіаграмотність: міжнародний досвід та українські перспективи» (31.03–01.04.2017) / Упор.: В. Іванов, О. Волошенюк. Київ: Центр Вільної Преси, Академія української преси, 2017. С. 138–149*
- 39.Лісневська Н. В. Педагогічні умови створення здоров'язберігаючого середовища в дошкільному навчальному закладі: дис ... канд. пед. наук: 13.00.08. Київ, 2016. 345 с.
- 40.Лохвицька Л. Психолого-педагогічні засади формування основ здоров'язбережувальної життєдіяльності у дітей дошкільного віку. Формування відповідального ставлення до здоров'я підростаючої особистості : кол. монографія / В. М. Оржеховська (кер. авт. кол. і наук. ред.) та ін. Київ : Міленіум, 2018. С. 151-192.
- 41.Луцинська О. Мультиплікації як один із засобів впливу на свідомість та поведінку молодших школярів. *Гірська школа Українських Карпат*. 2016. №15. С. 190-193.
- 42.Матвієнко С. І. Методика формування у дошкільників соціальної компетентності: навч.-метод. посіб. Ніжин: Вид-во НДУ імені М. Гоголя, 2012. 106 с.
- 43.Матвієнко С. І. Формування у дітей старшого дошкільної віку основ здорового способу життя засобами ігрових технологій. *Інноваційні технології в дошкільній освіті. Збірник абстрактів Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, м. Переяслав-Хмельницький, 28-29 березня 2018 р. / за заг. ред. Л. О. Калмикової, Н.*

- В. Гавриш. Переяслав-Хмельницький: ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 2018. С. 88-90.
44. Матвієнко С.І. Фольклор як засіб формування соціального досвіду в дитини старшого дошкільного віку. *Наукові записки Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. Ніжин: вид-во НДУ. №2. 2016. С. 73-78.
45. Методики формування здорового способу життя : конспект лекцій / укладачі: Н. В. Коляда, С. М. Король, С. А. Король. Суми: Сумський державний університет, 2021. 183 с.
46. Міненко О. О. Психологічний аналіз сучасної мультиплікаційної продукції та її вплив на психічний розвиток дитини. *Проблеми сучасної психології*. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2018. Вип. 41. С. 188-205.
47. Мухамед'яров Н. Н. Формування здорового способу життя: теоретичний аспект. *Вісник Харківської державної академії культури*. 2013. Вип. 39. С. 249–256.
48. Осипчук О. П. Педагогічні умови формування моральної поведінки у молодших школярів. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: зб. наук. пр.: наук. зап. Рівнен. держ. гуман. ун-ту*. Вип. 17 (60) / Рівнен. держ. гуман. ун-т; / редкол.: В.В. Вербець та ін. Рівне: РДГУ, 2017. 332 с.
49. Печка Л. Є. Сучасний стан формування у дітей 6-7 року життя основ ціннісного ставлення до власного здоров'я. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, V (53), Issue: 114, 2017. С. 44-49. URL: [www.seanewdim.com](http://www.seanewdim.com)
50. Показники та соціальний контекст формування здоров'я підлітків: моногр. / О. М. Балакірева, Т. В. Бондар, Д. М. Павлова та ін. ; наук. ред. О. М. Балакірева. Київ : ЮНІСЕФ, Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О.

- Яременка, 2014. 156 с.
51. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / За ред. В. Шапаря. Харків: Прапор, 2009. 672 с.
52. Романюк Н., Оцалюк Н. Мандрівка морем здоров'я. Майстер-клас для педагогів. *Дошкільне виховання*. 2021. №8. С. 20-21.
53. Рябокониш Л. М. Педагогічні умови використання мультиплікаційних фільмів у засвоєнні дітьми старшого дошкільного віку моральних форм поведінки: кваліф. робота за ОКР «бакалавр»; спец. 012 Дошкільна освіта. Ніжин, НДУ ім. Миколи Гоголя. 2021. 77 с.
54. Северенчук Н. Вплив анімаційних фільмів на розвиток психічних процесів дитини. *Психолог*. 2007. № 16. С. 17 – 21.
55. Семеняко Ю. Б. Виховання у дітей старшого дошкільного віку основ культури використання медіапродукції у закладах дошкільної освіти: дис. ... канд. пед. наук. 13.00.08. Київ, 2019. 302 с.
56. Система профілактично-оздоровчих заходів з підготовки дітей старшого дошкільного віку до навчання у загальноосвітніх навчальних закладах : Методичні рекомендації МОЗ України (62.13/154.13): URL: <http://osvita.kr-admin.gov.ua>
57. Синовіцька М. Як обрати мультфільм для дітей та правильно влаштувати перегляд. *Музичний керівник*. №6. 2022.
58. Сітцева М. В. Психологічні аспекти впливу мультиплікаційних образів на моральний розвиток дітей молодшого шкільного віку. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2016. [Електронний ресурс] - Режим доступу: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE\\_FILE\\_DOWNLOAD=1&Image\\_file\\_name=PDF/Tipp\\_2016\\_3\\_22.pdf](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tipp_2016_3_22.pdf)
59. Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_599](http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_599).
60. Теплов Б. М. Психологія та психофізіологія індивідуальних

- відмінностей. Особистість у психологічних дослідженнях. Хрестоматія / Упоряд.: О. Д. Кресан, О. І. Михайлова [та ін.]; За заг. ред. С. Д. Максименко, М. В. Папучі; Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України, Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя. 2-е вид., доп. і переробл. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2010. С. 213-219.
- 61.Ткачук Л. Діагностика моральної поведінки старших дошкільників засобами українських мультиплікаційних фільмів. *Збірник наукових статей студентів спеціальності «Дошкільна освіта»* / за заг. ред. проф. О. Л. Кононко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2019. С. 269-276.
- 62.Уявлення, визначення поняття.  
[https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0\\_%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D0%BD%D0%BA%D0%B0](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0_%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D0%BD%D0%BA%D0%B0)
- 63.Філософський енциклопедичний словник / НАН України, Ін-т філософії ім. Г. С. Сковороди; голов. ред. В. І. Шинкарук. Київ : Абрис, 2002. 742 с.
- 64.Чорна Л. Сучасне телебачення та його вплив на внутрішній світ і поведінку людини. *Психолог*. 2003. № 46. С. 18 – 22.
- 65.Я у Світі. Програма розвитку дитини від народження до шести років / наук. кер. О.Л. Кононко. Київ: ТОВ «МЦФЕР- Україна». 2019. 488 с.

**ДОДАТКИ**

**Орієнтовний перелік валеологічних знань, уявлень та навичок дошкільників за віковими групами**

*У галузі здорового способу життя дитина дошкільного віку*

*повинна знати і уміти:*

**Старший дошкільний вік (6–7 років)**

- знати зовнішню і внутрішню будову людини;
  - знати правила здорового способу життя, режиму дня;
  - знати правила безпечної поведінки в побуті і на вулиці.
  - знати про корисні і шкідливі звички;
  - знати про поведінку хворіючої людини;
  - уміти самотійно обслужити себе;
  - уміти визначати стан свого здоров'я і здоров'я оточуючих;
  - уміти користуватися побутовими предметами: телевізор, пилосос, холодильник, комп'ютер, під наглядом дорослого;
  - уміти одягатися по погоді;
  - уміти розрізняти їстівні і отруйні гриби, рослини, ягоди, трави;
- уміти надати елементарні допомоги собі і оточуючим: промити очі, обробити ранку, звернутися до дорослого у разі потреби

**Питання для індивідуальної бесіди з дітьми старшого дошкільного віку на тему «Як я уявляю здоров'я»**

1. Що таке здоров'я?
2. Як поводиться людина, коли вона здорова?
3. А як поводиться людина коли вона хворіє?
4. Що потрібно робити, щоб бути здоровим?
5. Як ти уявляєш мікроби, що шкодять нашому здоров'ю?
6. Чи бачив (-ла) ти мультфільми, де герої турбуються про здоров'я?

Які саме?

7. Якщо герої мультфільмів надто агресивні – це сприяє їхньому здоров'ю? А здоров'ю оточуючих? Наведи приклади таких фільмів.

8. Якщо герої мультфільмів весь час сумні? – це сприяє їхньому здоров'ю? Наведи приклади таких фільмів.

9. Чи переглядаєте ви мультфільми про здоров'я на заняттях у садочку?



### Рисунковий тест «Що таке здоров'я?»

**О.С. Васильєвої та Ф.Р. Філатова, адаптований Г. А. Хакімовим.**

Мета: визначення рівня сформованості уявлень про здоров'я і характер емоційного ставлення до проблем здоров'я дітей старшого дошкільного віку.

Форма організації: індивідуальне тестування.

Матеріали: аркуш паперу, 7 кольорових олівців: синій, зелений, оранжевий, жовтий, фіолетовий, коричневий, чорний.

Дитині пропонується на аркуші паперу намалювати «здоров'я», як він його собі уявляє. Використовуючи таблицю представлену в цьому додатку, визначається рівень сформованості уявлень про здоров'я і характер емоційного ставлення до проблем здоров'я.

| № | Показники тесту   | Рівень   | Кількість дітей % |
|---|---|----------|-------------------|
| 1 | Ступінь деталізації зображення  | Високий  |                   |
|   |   | Середній |                   |
|   |   | Низький  |                   |
| 2 | Сюжетність і динаміка   | Високий  |                   |
|   |   | Середній |                   |
|   |   | Низький  |                   |
| 3 | Багатство колірної гами   | Високий  |                   |
|   |   | Середній |                   |
|   |   | Низький  |                   |
| 4 | Оригінальність (специфічність) зображення, використання особливої символіки | Високий  |                   |
|   |   | Середній |                   |
|   |   | Низький  |                   |
| 5 | Разом   | Високий  |                   |

**Бланк спостереження**  
**за емоційними та поведінковими проявами**  
**дітей старшого дошкільного віку, пов'язаних із переглядом**  
**мультиплікаційних фільмів**

| <i>Предмет спостереження</i>                                     | <i>Прояви у старших дошкільників, набуті під впливом творів мультиплікації валеологічного змісту:</i> |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <i>позитивного / агресивного налаштування на взаємодію з іншими</i>                                   | <i>умінь втілювати знання та уявлення ЗСЖ в діяльності та поведінці</i> | <i>вживання виразів щодо ЗСЖ, взятих з переглянутих творів мультиплікації</i> |
| <i>види діяльності</i>   |   |   |   |
| <b>Сюжетно-рольові ігри</b>                                      |   |   |   |
| <b>Вільне спілкування</b>  |   |   |   |
| <b>Дидактичні ігри валеологічного змісту (у II половині дня)</b> |   |   |   |

## Програма спостереження

**Мета спостереження:** дослідити емоційні та поведінкові прояви дітей старшого дошкільного віку під час їхньої участі в різних видах діяльності, пов'язаних із переглядом мультиплікаційних фільмів.

**Об'єкт спостереження:** діти.

**Суб'єкт спостереження:** експериментатор.

**Предмет спостереження:** емоційні прояви та поведінкові прояви дітей старшого дошкільного віку під час їхньої участі в різних видах діяльності, пов'язаних із переглядом мультиплікаційних фільмів

**Завдання спостереження:** дослідити у дітей старшого дошкільного віку наступні прояви, пов'язаних із переглядом мультиплікаційних фільмів валеологічного змісту:

- 1) позитивного / агресивного налаштування на взаємодію з іншими;
- 2) умінь втілювати знання та уявлення ЗСЖ в діяльності та поведінці;
- 3) вживання виразів щодо ЗСЖ, взятих з переглянутих творів мультиплікації.

**Форма фіксації** результатів спостереження: протокол. Бланк протоколу.

**Вид спостереження:** цілеспрямоване, вибіркове, безпосереднє, зовнішнє, систематичне.

### Анкета для вихователів

*Шановні педагоги! Просимо Вас відповісти на питання анкети, метою якої є вивчення деяких аспектів включення мультиплікаційних фільмів у зміст освітньої діяльності з дітьми. Результати дослідження будуть використані тільки в наукових цілях. Прізвище вказувати необов'язково. Питання анкети містять можливі варіанти відповідей. Оберіть з них ті, які найбільш близькі для Вас, відзначте їх, обвівши букву, що стоїть навпроти. Дякуємо за участь!*

1. Вплив яких факторів, на Ваш погляд, надає найбільший вплив на становлення особистості дитини старшого дошкільного віку? Розставте в порядку значущості:
  - А. сім'я;
  - Б. дитячий садок;
  - В. література, мистецтво;
  - Г. візуальні мистецтва;
  - Д. однолітки.

2. Чи вважаєте ви актуальним і необхідним використання мультфільмів в безпосередній освітній діяльності з дітьми?
  - А. Так
  - Б. Ні

3. У чому, на ваш погляд, може полягати виховний потенціал мультфільму?

---



---



---

4. Чи використовуєте Ви мультфільми в роботі з дітьми?
  - А. Так
  - Б. Ні

Якщо так, то в якості:

- А. заповнення дозвілля;
- Б. освітнього засобу;
- В. виховного засобу.

Якщо ні, то з якої причини:

- А. немає необхідності планувати таку роботу, так як діти дивляться все поспіль;
- Б. у педагога не залишається часу на організацію і підготовку такої

- роботи;
- В. у дошкільному закладі відсутні технічні засоби для перегляду мультфільмів;
- Г. не знаю особливостей організації заняття з використанням мультфільму.
5. Чи вважаєте ви можливим використання мультфільму в процесі валеологічного виховання дошкільників?
- А. Так
- Б. Ні
6. Яка організація перегляду дитиною мультфільму може зробити найбільший вплив на формування у дошкільника уявлень про здоров'я?
- А. супровід процесу перегляду мультфільму бесідою з дорослим;
- Б. використання прийому «стоп» кадру: перегляд мультиплікаційних фрагментів з подальшим їх обговоренням;
- В. самостійний перегляд дитиною мультфільму.
7. Чи вважаєте ви необхідним створення в дошкільних установах медіатеки, сформованої шляхом педагогічно і психологічно обґрунтованого відбору якісних мультфільмів?
- А. Так
- Б. Ні
8. Які мультфільми, на Ваш погляд, можна порекомендувати педагогам дошкільної освіти для формування у дошкільників уявлень про здоров'я?

---

---

---

Дякую!

**Перелік мультиплікаційних фільмів, дібраних до програми  
експериментальної роботи з дітьми**

1. «Казка про здоровий спосіб життя» (виробництво України)  
<https://www.youtube.com/watch?v=QEPvIO4YhDc>
2. «Ключ до здоров'я» (виробництво України)  
<https://youtu.be/yqDBRnf03t4>
3. «Корисні звички»  
<https://www.youtube.com/hashtag/%D0%BE%D0%B1%D0%B6>
4. Вакцинація – запорука здоров'я дитини  
<https://www.youtube.com/watch?v=RWE2NDl65gM>
5. Корисні підказки. Імунітет. [https://www.youtube.com/watch?v=X\\_t2fGl-7qo](https://www.youtube.com/watch?v=X_t2fGl-7qo)
6. Корисні підказки. Стоп, застуда! <https://youtu.be/7RSmReYh0NI>
7. Корисні підказки. Як почути своє тіло. <https://youtu.be/dgaovSRHGPO>
8. Охоронці здоров'я (серіал) <https://www.youtube.com/watch?v=E-ubext-Zog>
9. Здоровим бути здорово <https://youtu.be/OuBkMM8IXAI>

## Семінар-практикум

## «Зміцнення здоров'я дошкільнят засобами фізичного виховання»

Взято з джерела *Взято з джерела <https://vseosvita.ua/>*

## Мета:

- підвищити рівень професійної компетенції вихователів щодо збереження та зміцнення здоров'я дошкільнят засобами фізичного виховання;
- поглибити знання про основні засоби та умови фізичного виховання дітей у ЗДО, які в поєднанні з гуманізацією навчально-виховного процесу, створенням належного розвивального (предметно-ігрового, природного й соціального) середовища сприятимуть підготовці дитини до змін швидкоплинного світу, її адаптації до мінливих умов життя.

## План

1. Вступна частина.
2. Традиції фізичного виховання в Україні.
3. Засоби фізичного виховання в ЗДО.
4. Ігрові вправи, спрямовані на набуття педагогами знань, умінь, навичок.
5. Виступ «Охорона здоров'я педагогів».
6. Рекомендації.

## 1. Вступна частина

## Ведучий.

Тема нашого семінару «Зміцнення здоров'я дошкільнят засобами фізичного виховання».

Турбота про фізичне здоров'я дитини дошкільного віку завжди була й залишається одним із пріоритетів педагогічної роботи.

Життєздатність дитини в ЗДО визначається високим темпом, жорсткою унормованістю, дією великої кількості стресів, орієнтацією на змагання як обов'язковий складник сучасного життя, шумністю оточення, неможливістю дитини усамітнитися, повсякчасними оцінками її навчальних досягнень. Це зумовлює надмірну мобілізацію ресурсів, високу емоційну напругу, пов'язану з прагненням вихованців відповідати вимогам дорослих. Так, виникає ризик не тільки соматичних, а й психічних порушень, виникнення дратівливості, як хвороби особистісного зростання, прояву депресії, різних фобій, відчуття власної неповноцінності.

У переважній більшості дошкільників спостерігається дефіцит руху, вони недостатньо загартовані, характеризуються низькою витривалістю. І надзвичайно відповідальний період для становлення організму, психіки дітей відбувається в ускладнених умовах. Наприкінці дошкільного віку стійкі нервові розлади фіксуються приблизно в кожній п'ятій, а функціональні — у кожній третій дитини.

Завдання та зміст фізичного виховання в ЗДО визначаються вимогами Базового компонента дошкільної освіти в Україні, чинними програмами. Вони спрямовані на охорону й зміцнення здоров'я, підвищення опірності й захисних сил організму, підвищення його працездатності, своєчасне формування в малюків життєво важливих рухових умінь та навичок, розвиток фізичних якостей і забезпечення належного рівня фізичної підготовленості й фізичної культури взагалі, на виховання стійкого інтересу до рухової активності, потреби в ній, вироблення звички до здорового способу життя.

Завдання педагогам: визначити поняття «здоров'я», «здоровий спосіб життя» (порівняти їх із визначенням ВООЗ).

Варіанти відповіді:

1. Здоров'я — це стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних вад.
2. Здоровий спосіб життя — це такий спосіб життя, який зберігає й поліпшує здоров'я.

II. Традиції фізичного виховання в Україні

Ведучий. Народна педагогіка ставить піклування про здоров'я та фізичний розвиток дітей на перше місце. З цього, власне, й починається виховання дитини в сім'ї. Одразу ж після появи немовляти на світ батьки вважають своїм першим і головним обов'язком піклуватися про його здоров'я. Велике значення нормального фізичного розвитку зумовлювалось цілком реальними життєвими потребами. У трудовій діяльності людини завжди постає чимало проблем, для подолання яких потрібні чималі фізичні зусилля. Сила й витривалість, стійкість і спритність у народі високо цінуються. Ці риси батьки прагнули виховати в дітей. Крім того, народ давно збагнув, що фізичне виховання нерозривно пов'язане з іншими сторонами формування особистості.

У народі, з покоління в покоління передаються казки, легенди, думи, оповідання про людей, наділених надзвичайною фізичною силою — богатирів: Іллю Муромця, Кирила Кожум'яку, Добриню Микитича, Микулу Селяниновича, Івася Коновченка (Удовиченка), Федька Ганджу Андібера, Котигорошка. Велич богатирів у тому, що їхня надзвичайна фізична сила поєднується з моральною довершеністю. Усі вони завжди на перше місце ставлять громадські справи, борються зі злом, відстоюючи інтереси народу. Тому й народ їм завжди глибоко симпатизує.

Значення фізичного виховання в народній педагогіці зумовлюється тим вагомим вкладом, який воно вносить у зміцнення молодого покоління, його фізичний розвиток, збільшення тривалості життя, формування в молоді найважливіших морально-вольових якостей.

У підході до фізичного виховання дітей родинна етнопедагогіка спиралася на раціональне ядро народної медицини, в основу якої покладений нагромаджений упродовж віків досвід, відкриті народом ефективні засоби і прийоми лікування, які передавалися з покоління в покоління.



В українському фольклорі знаходимо чимало приказок, прислів'їв про здоров'я та фізичний розвиток.

Ігрова вправа «Закінчіть прислів'я про здоров'я»

1. У здоровому тілі... (здоровий дух, здорова душа).
2. Здоров'я маємо — не дбаємо,... (а втративши — плачемо).
3. Весела думка —... (половина здоров'я).
4. Без здоров'я ... (нема щастя).
5. Без здоров'я ніщо ... (людині немиле).
6. Бережи одяг, доки новий, ... (а здоров'я — доки молодий).
7. Усе можна купити, а ... (здоров'я — ні).
8. Здоров'я дитини — ... (багатство родини).
9. Було б здоров'я, а ... (все інше буде).
10. Здоров'я — ... (найдорожчий скарб).

ІІІ. Засоби фізичного виховання в дошкільному навчальному закладі

Ефективність фізичного виховання в ДНЗ забезпечується комплексним застосуванням традиційних засобів фізичного виховання.

Завдання педагогам: подумати й назвати засоби фізичного виховання.

ІV. Ігрові вправи, спрямовані на набуття педагогами знань, умінь, навичок

Ігрова вправа «Доповніть»

Варіант А

1. Щоденний обсяг рухової активності дітей третього року життя становить... (3—4 год).
2. Тривалість фізкультурного заняття для дітей третього року життя... (15—20хв).
3. Прогулянки-походи проводяться, починаючи з ... (ІІ молодшої групи).
4. Протягом дня з дітьми організують ... (5—8) рухливих ігор.
5. День здоров'я проводять ... (раз на місяць).

Варіант Б

1. Щоденний обсяг рухової активності дітей старшого віку становить ... (4—5 год).
2. Тривалість фізкультурного заняття для дітей старшого віку ... (30—35 хв).
3. Рухливі ігри з дітьми розучуються на ... (прогулянках).
4. Фізкультурні розваги проводяться, починаючи з ... (І молодшої групи).
5. Дні здоров'я проводяться починаючи з ... (молодшої групи).

Ігрова вправа «Фізкультурне заняття»

1. Фізкультурне заняття — це ...

- а) форма активізації рухової активності;
- б) форма навчання основних рухів.

2. У першій частині фізкультурного заняття, яка має назву... (підготовча), вирішуються такі завдання:

- а) підготовка дітей до великого фізичного навантаження;
- б) формування правильної постави;
- в) підтримка гарного настрою дітей.

3. У другій частині фізкультурного заняття, яка має назву... (основна),

розв'язуються такі завдання:

- а) формування рухових навичок;
- б) організація дитячого колективу.

4. У третій частині фізкультурного заняття, яка має назву... (прикінцева), вирішуються такі завдання:

- а) зміцнення слабких м'язів;
- б) зниження навантаження;
- в) вдосконалення рухових навичок.

5. Фізичне навантаження — це ...

- а) збудження нервової системи;
- б) позитивні емоції;
- в) дія вправ на організм.

6. Моторна щільність заняття — це ...

- а) співвідношення часу, витраченого дитиною на виконання рухів, до загальної тривалості заняття;
- б) співвідношення часу, витраченого дітьми на рух, плюс педагогічно виправданий час, до загальної тривалості заняття.

7. Фронтальний спосіб організації дітей — це ...

- а) виконання однієї і тієї самої вправи чотирма дітьми водночас;
- б) виконання різних вправ підгрупами дітей;
- в) виконання рухів усіма дітьми водночас.

8. Визначте тривалість заняття для кожної групи:

- а) I молодша група;
- б) II молодша група;
- в) середня група;
- г) старша група.

V. Щоб навчити дітей, ми самі маємо добре знати закони здорового способу життя

Специфіка професії педагога є причиною того, що в педагогів частіше, ніж у представників інших професій, виникають різноманітні порушення у психічній сфері: ослаблення пам'яті, утруднення мислення, підвищення збудливості, погіршення сну.

На думку соціологів, рівень стресів, що зазнають педагоги, можна порівняти з напруженням, якого зазнають шахтарі, спускаючись у шахту, чи пілоти цивільної авіації під час зльоту літака в небо.

Стрес (поняття увів канадський фізіолог, дослідник Ганс Сальє) може виникати під впливом найрізноманітніших життєвих ситуацій, так званих «ударів долі», і зумовлюватися інформаційними чи емоційними (позитивними чи негативними) перевантаженнями.

Ігрова вправа на зняття напруги «Головне — другорядне»

## **VI. Рекомендації вихователям:**

1. Продовжувати роботу з реалізації завдань фізичного виховання дітей, керуючись вимогами Базового компонента дошкільної освіти в Україні, чинними програмами.

2. Всебічно сприяти оптимізації рухового режиму за умов комплексного використання всіх засобів фізичного виховання в різних організаційних формах.

3. Сприяти залученню дітей до занять фізичними вправами в сім'ї через проведення агітаційної, консультативної роботи з батьками.

4. Усю роботу з фізичного виховання здійснювати з урахуванням стану здоров'я, самопочуття, рівня фізичного розвитку й підготовленості дітей.

**Засоби фізичного виховання в ЗДО**

**Природні фактори:**

- сонце;
- повітря;
- вода.

**Гігієнічні вимоги:**

- гігієна одягу;
- відповідність одягу сезону;
- гігієна приміщення (достатність світла, чисте повітря, комфортна температура).

**Режим дня:**

- повноцінний сон (денний, нічний);
- прогулянки;
- гармонійне чергування навантаження та відпочинку.

**Харчування:**

- дотримання часу між годуванням;
- кількісний і якісний розподіл їжі;
- дотримання умов прийому їжі, правил поведінки під час прийому.

**Фізичні вправи:**

- шикування;
- перешикування;
- рухливі ігри;
- загально-розвивальні вправи;
- вправи спортивного характеру;
- масаж;
- піший перехід.

**"Формування здорового способу життя дітей дошкільного віку  
в умовах дошкільного освітнього закладу"  
(консультація для педагогів)**

*Взято з джерела <https://vseosvita.ua/>*

**Мета:** створити найсприятливіші умови для правильного розвитку дитячого організму, для підвищення його опірності інфекціям, а також для поступового і систематичного загартування.

Фізичне здоров'я є головною умовою духовного і морального здоров'я дитини. Від ставлення людини до здоров'я багато в чому залежить його збереження і зміцнення. Навчити дітей берегти і зміцнювати своє здоров'я – одне з найважливіших завдань сучасних дошкільних навчальних закладів. У дошкільному дитинстві закладаються основи здоров'я, виховуються основні риси особистості людини. Дошкільні заклади та сім'я мають створити сприятливі умови для оптимального фізичного розвитку дитини, отримання знань про людський організм, опанування санітарно гігієнічних навичок. У період дошкільного дитинства закладається фундамент здоров'я, формується життєво необхідні рухові навички, вміння, розвиваються важливі фізичні якості, що свідчить про необхідність правильного фізичного виховання, яке має сприяти оздоровленню і повноцінному розвитку дитини.

Теоретичний аналіз філософської і психолого-педагогічної літератури з проблеми формування здорового способу життя в системі освіти показав, що в наш час дана проблема є актуальною і недостатньо розробленою в практичному плані. Здоровий спосіб життя для більшості людей не представляє життєвої цінності, що більшою мірою пов'язане з недостатнім розумінням і осмисленням даного феномену. Актуальність проблеми формування здорового способу життя дошкільників підтверджується тим фактом, що за останні роки дуже зросло число дітей з порушеннями психічного здоров'я, постави, зору, органів травлення, збільшується число дітей які мають спадкові хвороби, а також хвороби, пов'язані з екологією.

Цю проблему не можна назвати новою, оскільки в різні часи існування людства вона вирішувалася відповідно до рівня розвитку суспільства. З історії нам відоме фізичне виховання в Спарті, Афінах, школа Вікторіно де Фельтре в Мантує, освітня школа Монтеня. Внесок у розвиток освітньої області здоров'язберігаючої культури вклали свого часу Платон, Гіппократ, Песталотці, Каменський та інші, які відзначали, що етичний і інтелектуальний рівень фізичної культури має величезне значення у вихованні підростаючого покоління.

Всі стародавні мислителі писали про здоров'я і чинники, що зміцнюють його:

режим дня, харчування, фізичні вправи, знання.

Необхідність фізичних вправ для зміцнення здоров'я і загартування організму дитини відзначали Сократ, Платон, Аристотель. Проблема людини та її здоров'я – одвічна.

Здоров'я – це не тільки відсутність хвороб, а й позитивне психологічне самопочуття. Усі його аспекти однаково важливі й мають розглядатися у взаємозв'язку.

Невипадково стародавня медицина приділяла велику увагу системі виховання, у якій поєднувалися фізичний і духовний розвиток дитини. Історія показує, що суспільство має постійну потребу формувати необхідні в житті людини рухові навички: ходьбу, біг, плавання, розвивати до оптимальних рівнів її фізичні здібності: силу, витривалість, спритність, гнучкість тощо .

Важливим, на наш погляд, у формуванні ціннісних орієнтацій здоров'язберігаючої освіти є спрямованість особистості. Вирішення проблеми збереження власного здоров'я закладено в самій людині, у знанні та розумінні нею проблем формування збереження, зміцнення і відновлення його, а також в умінні дотримуватися правил здорового способу життя. Діти повинні усвідомлювати, що майбутнє кожного, як і держави в цілому, за здоровими поколіннями, бо фізично і морально здорова людина здатна творити і приносити користь іншим.

На зорі людства мистецтву життя ніхто не вчив, у них був свій учитель – саме життя з його природним відбором і здоровим інстинктом самозбереження.

Умови цивілізації віддалили людей від інстинктів, тим самим позбавивши їх знаряддя захисту. Природний відбір в людському суспільстві відпав і, як такий, перейшов з площини біологічної в соціальну. Ось чому самозбереження повинне було бути замінене навчанням мистецтву правильно жити. У наш час недостатньо високий рівень здоров'язберігаючої освіти відчувається все сильніше, і це шкодить людині більше, ніж брак знань в будь-якій іншій сфері. Важливого значення в зв'язку з цим набуває здоров'язберігаюча освіта як змістовний компонент в цілому. З одного боку, вона покликана вирішувати завдання осмислення людиною відповідальності за стан свого організму, своєї тілесності, з іншого – сприяє усвідомленню індивідуальності, природної і соціально зумовленої унікальності. В зв'язку з цим, важливим стає отримання відчуття своєї цінності, особистої гідності, відповідального ставлення до себе, до світу, тобто здоров'язберігаюча освіта невіддільна від загальнокультурного розвитку людини.

Конституція України визнає життя і здоров'я людини однією з найвищих соціальних цінностей. Указом Президента України від 17 квітня 2002 року затверджено Національну доктрину розвитку освіти, у якій одним із пріоритетних завдань визначено «виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до

найвищої індивідуальної та суспільної цінності».

Дошкільний вік – безцінний етап у розвитку фізичної культури людини. У цей період формуються основи особистості, у тому числі позитивне відношення до спорту.

Успішне вирішення проблеми можливе за умови створення в дошкільних закладах ефективної системи роботи з пропаганди здорового способу життя, метою якої є:

- зміцнення морального та фізичного здоров'я дітей;
- спрямування уваги дошкільників на власне здоров'я та розвиток умінь і навичок його збереження;
- постійна пропаганда принципів здорового способу життя;
- інформування дітей про негативні наслідки шкідливих звичок;
- залучення батьків та громадськості до утвердження принципів здорового способу життя.

Здоров'я людини – як повітря: його не помічаємо, про нього не турбуємось, доки воно є. І головне завдання освіти – допомогти майбутньому поколінню зрозуміти, що його необхідно цінувати, берегти і підтримувати.

Фундамент здоров'я закладається в перші роки життя, що визначається особливостями нервової системи. У цей період починають розвиватися етичні якості, задатки інтелекту, менталітет (образ думок), формується і спосіб майбутнього життя людини.

У 6 років починається усвідомлення людиною місця і значущості своєї фізичної суті в структурі особи і свідомому плані. У молодшому дошкільному віці ставлення дитини до свого здоров'я визначається впливом найближчого оточення. Роль дорослих полягає в допомозі при освоєнні дій щодо поліпшення стану здоров'я, сприянню формуванню якостей і фізичної підготовленості.

Очевидно, що ставлення дитини до свого здоров'я повинно бути предметом педагогічного опікування. Форми, зміст, способи прямо пов'язані з тими віковими особливостями, які визначають своєрідність кожного етапу розвитку дитини і стають основою формування у неї певних внутрішніх установок, у тому числі і на здоровий спосіб життя.

Аналіз особливостей фізичного і психічного розвитку дитини в період дошкільного віку дозволяє зробити висновок про те, що даний період є сенситивним для формування основ здорового способу життя оскільки:

- спостерігається підвищена рухова активність;
- розвивається інтерес до себе, свого тіла, до нових знань та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту
- дитина легко підкоряється вимогам, правилам і нормам поведінки;
- у дитини формується підвищена потреба в схваленні вчинків і дій.

До складових здорового способу життя також належать: здібність до рефлексії; стан різних видів простору; раціональне харчування; режим.

Ефективність процесу формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя залежить від відповідної спрямованості виховного процесу,

форм та методів його організації. Серед форм і методів процесу формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя пріоритетна роль належить активним методам, що ґрунтуються на демократичному стилі взаємодії і сприяють формуванню критичного мислення, ініціативи й творчості.

Доцільно застосовувати традиційні методи: бесіда, спостереження, роз'яснення, переконання, позитивний і негативний приклади, методи вироблення звичок, методи вправ, контролю й самоконтролю тощо. Застосування цих методів сприяє створенню у дітей мотивації на здоровий спосіб життя. З нетрадиційних для педагогіки методів ефективно діють методи «педагогічної психотерапії», а саме: саморегуляції, рефлексотерапії. Ці методи створюють певну єдність і доповнюють один одного.

Критеріями формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя є:

- на рівні фізичного здоров'я: прагнення фізичної досконалості, ставлення по власного здоров'я як до найвищої цінності, фізична розвиненість, загартованість організму, дотримання раціонального режиму дня, виконання вимог особистої гігієни, правильне харчування;
- на рівні психічного здоров'я (психологічного комфорту): відповідність пізнавальної діяльності календарному віку, розвиненість довільних психічних процесів, наявність саморегуляції;
- на рівні духовного здоров'я: узгодженість загальнолюдських та національних морально-духовних цінностей, почуття прекрасного в житті, у природі, мистецтві;
- на рівні соціального здоров'я: сформована відповідальність за наслідки нездорового способу життя, доброзичливість у ставленні до людини тощо.

*Мотивація на здоровий спосіб життя* — це система ціннісних орієнтацій, внутрішніх спонук до збереження, відновлення і зміцнення здоров'я.

Указане свідчить про доцільність формування таких знань про: фізичне здоров'я; психічне здоров'я; духовне здоров'я; соціальне здоров'я.

Система дошкільних установ має широкі й різноманітні можливості для забезпечення реалізації завдань фізичного виховання дошкільників:

- зміцнення здоров'я;
- забезпечення гармонійного розвитку організму;
- розвиток рухових умінь, навичок і фізичних якостей;
- загартування організму;
- прищеплення культурно-гігієнічних навичок;
- виховання потреби у заняттях фізичною культурою.

**Завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку поділяють на три групи:**

1. Оздоровчі завдання.
2. Формування рухових навичок і умінь, виховання фізичних якостей.
3. Виховання у дітей культурно-гігієнічних навичок і вмінь здорового способу життя.

Ця робота може проводитися у формі

- фізкультурних занять (індивідуальних і групових):
- оздоровчо- профілактичної роботи: вітамінотерапія, загартовування (басейн, ходьба босоніж, полоскання горла солоною водою), фітотерапія;
- систематичне проведення ранкової гімнастики, занять плаванням, рухливих ігор, фізкультхвилинок на заняттях, гімнастики після сну, «Годин здоров'я», логоритмики, пальчикової гімнастики, спортивних свят, дозвіль, розваг, туристичні походи.
- організація різних заходів за участю батьків (з використанням їхнього професійного досвіду медичного працівника, спортсмена);
- ознайомлення батьків з результатами навчання дітей (відкриті заняття, різні загальні заходи, інформація в куточках для батьків та інше);

Для дітей і батьків бажано організувати тематичні виставки малюнків по пропаганді здорового способу життя.

Здоровий спосіб життя – складне явище. Він містить в собі матеріальні і духовні цінності, характеризується непростим специфічним процесом соціальної діяльності і формується упродовж життя. Теоретичні знання, які дозволяють формувати культуру здорового способу життя, зароджуються разом з культурою суспільства.



## АВТОРСЬКЕ ЗАНЯТТЯ "У гості до Бабуні-Травниці"

**Мета заняття:** розвивати зв'язне мовлення, образне мислення, розвивати фантазію дитини щодо створення образу казкового героя, розвивати дрібну моторику рук та уміння діяти із сипучим матеріалом.

**Виховувати** ціннісне ставлення до власного здоров'я, любов до рідної природи, естетичні почуття; поважне ставлення до старших людей.

**Формувати** розширювати знання дітей про цілющі **властивості** лікарських рослин, ознайомити дітей із поняттям "*фітомішечок*", закріпити уміння логічного аналізу при роботі із картками; стимулювати відповіді та міркування дітей на запропоновану тему.

**Характеристика заняття:** тематичне, дослідницько-пошукове.

**Демонстраційний матеріал:** плакат-схема із зображенням лікарських рослин та їх властивостей, картки-приклейки до плакату, коробочки із лакськими травами, посуд для чаювання фіточаїв.

**Роздатковий матеріал:** дидактичні картки із образами героїв, пазли-прикраси, посуд із сумішшю лікарських трав, мішечки та ложечки для наповнення, чашки та трубочки для чаювання.

### Хід заняття:

*Вихователь вітається із дітьми.*

— Діти, сьогодні на заняття до нас завітає чарівниця. Мабуть, усі ви любите щось дивовижне, казкове. Дуже багато казок є, де з'являються чарівники та відбуваються справжні дива. Ось давайте спробуємо уявити, якими ж ми бачимо цих чарівників. А для цього, щоб створити їх образ, вам допоможуть картки, які лежать перед вами. Переверніть їх, уважно розгляньте, подивіться на ті образи, що там намальовано і відберіть собі тільки одну картку. На ній повинна бути намальована та чарівниця, яка вам найбільше сподобається.

*/Діти відкладають картки/*

— А тепер підніміть картки і подумаємо разом, які ж чарівники вам більше до душі. Давайте послухаємо менших дітей: який герой зображений на твоїй картці: добрий чи злий, чим він тобі подобається (він посміхається, він лагідний).

— Так, діти, усім нам подобають добрі та лагідні, мудрі герої казок. А для того, щоб розгадати, хто саме з них завітає на наше заняття, давайте прикрасимо його чарівними пазлами. Але працюйте кожен окремо, думайте, бо це – таємниця!

*/Творча робота із картками/*

— Діти, мені здається, що ми майже розгадали, хто ж саме сьогодні з'явиться на занятті. Ось яка умова: якщо ми йдемо правильним шляхом до

відгадування нашої чарівниці, то скоро станеться диво. Погляньте на портрет – можливо хтось загадає нам загадку про нашу гостю? */Дитина розповідає загадку/. А хто пам'ятає про неї вірші? (Відповідь дітей).*

— Але ж... слухайте... */лунає музика, входить бабуня/.*

**БАБУНЯ:** добридень, мої любі! Як мені приємно, що ви так любите стареньких бабунь. Скільки ж ми знаємо всіляких цікавинок і про тварин, і про рослин. Я – Бабуня-Травниця, ціле літечко я збираю цілющі рослини, засушую їх та складаю до кошків. Ось і сьогодні я принесла вам свій чарівний кошик – бо великі цілющі сили приховані у ньому... Ой, дітки, вже час мені до інших дітей вирушати, а що у кошику моєму – самі про то довідайтеся!

*/лунає музика, бабуня йде/*

— Діти, підійдіть тихенько усі до мене. Давайте зазирнемо у кошик... Що ж там: розгляньте пакунки, понюхайте їх вміст. Так, це лікарські трави. Які ви знаєте лікарські трави (меліса, м'ята, чабрець, ромашка). А які **властивості** вони мають:

- ❖ Вони зміцнюють здоров'я людини;
- ❖ Допомагають одужати, лікують, коли людина хворіє.

Але є ще одна властивість наших лікарських трав. Цю таємницю мені й переповіла наша мудра Бабуня-Травниця. Такі духмяні, приємні трави допомагають утомленій людині відпочити після важкої праці, розслабитися, гарно заснути. Старенькі Бабуні-Травниці дуже-дуже давно шили спеціальні подушечки, в серединку їх напихали різні духмяні цілющі трави – звіробій та мелісу, м'яту й чабрець, ромашку й шавлію. Потім клали під голівку маленької дитини або людини, що втомилася – щоб гарно спалося й сни солодкі наснилися, щоб голова не боліла і людина здорова.

Тепер такі мішечки із цілющими травами називаються "*фітомішечками*". Давайте усі разом повторимо їх назву.

Дуже добре. А тепер кожен для себе зробить цілющій фітомішечок...

*/роблять фітомішечки/*

Дуже втомилися наші працьовиті дітки. Час вже й порухатися, розім'ятися., нових сил набратися.

*Фізкультхвилинка*

Ми лісочком йшли,

Рослинки знайшли

Нагнулися,

Зірвали,

Понюхали,

Вліво-вправо подивились;

У кошик поклали

І далі пішли...

— Молодці діти! Гарно сьогодні попрацювали! Давайте пригадаємо, чому ми навчилися на занятті. Хто приходив до нас у гості? Ми сьогодні говорили

про ... (лікарські рослини). Ось на великому плакаті зображені наші лікарські рослини. Хто назве їх цілющі властивості:

❖ Вони зміцнюють здоров'я людини;

❖ Допомагають одужати, лікують, коли людина хворіє.

— А що ж зображено на цій картинці? */фітомішечок/*

— Уже багато властивостей лікарських речей ми назвали. Погляньте, як багато їх на плакаті. Але є ще одна – */Показую картинку про чай/*.

## МАТЕРІАЛ ДЛЯ ЗАКРІПЛЕННЯ ВИВЧЕНОГО МАТЕРІАЛУ

(валеологія старшого дошкільного віку)

### І. ЗАПИТАННЯ

**1. Подумай, в яких ситуаціях ти можеш захворіти:**

- коли вбратися занадто тепло або занадто легко;
- коли не мити рук після туалету;
- коли пити воду з-під крану;
- коли не мити овочів та фруктів перед їдою;
- коли в холодні дні виходити на вулицю без головного убору.

**2. Яке значення для людини має шкіра?**

- шкіра утримує кістки і м'язи людини;
- шкіра захищає організм, від холоду;
- шкіра захищає організм від ушкоджень, холоду, проникнення збудників хвороб;
- шкіра є панциром людини і захищає організм від ушкоджень.

**3. Що потрібно робити, щоб бути фізично розвиненим?**

- рано лягати спати і пізно вставати;
- дивитись телепередачі про спорт;
- добре знати свій організм;
- не переїдати;
- виконувати ранкову зарядку,
- багато рухатися,
- нормально харчуватися.

**4. Чи впливає стан нервової людини на здоров'я людини?**

*Відповідь.: Якщо нервова система здорова, людина менше хворіє.*

**5. Відомо: якщо чисте навколишнє природне середовище, то людина є здорова.**

Як потрібно оберігати навколишнє природне середовище?

- ловити звірів, птахів і вирощувати їх вдома;
- ламати кущі, гілки дерев;
- збирати багато квітів і тримати їх в кімнаті;
- скидати промислові та побутові відходи в ріки, озера, лісосмути;
- не рубати дерев і кущів, не рвати багато квітів;
- взимку підгодовувати птахів і звірів.

**6. Як навколишнє природне середовище впливає на здоров'я?**

Намалюйте, що сприяє погіршенню екологічного середовища Вашої місцевості.

**7. Назвіть емоції, які позитивно впливають на здоров'я.**

**8. Назвіть емоції, які негативно впливають на здоров'я.**

**9. Які шкідливі для здоров'я емоції:** тривога, радість, задоволення, обурення, сором, хвилювання, ненависть, горе, образа, нудьга, сміх, злість, страждання, заздрість, смуток, презирство.