

Інтегрований підхід до реалізації завдань валеологічного виховання дошкільників // Професійно-компетентнісне становлення майбутніх педагогів початкової та дошкільної освіти у ВНЗ: Збірник науково-методичних праць / За заг. ред. Литнєва В.Є., Колесник Н.Є.- Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І Франка, 2011.- с. 23-26.

Максимова Олена Олександрівна,
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри дошкільного
виховання та педагогічних інновацій

Інтегрований підхід до реалізації завдань валеологічного виховання дошкільників

Сучасний етап розвитку нашого суспільства вимагає вирішення важливих проблем, серед яких, зокрема, виховання здорового покоління, яке цінує безцінний дар, що дала природа - власне здоров'я. Зберегти умови сталого розвитку суспільства, економіки та держави, забезпечити безпеку життя і діяльності самим собі і майбутнім поколінням можна лише за умов виховання особистості з високим рівнем екологічної культури, свідомості та нормального середовища навкруги неї. Науковий аналіз еколого-демографічної ситуації, що склалася напередодні нового тисячоліття, примушує замислитися кожного, хто дбає про власне життя і здоров'я, про долю нащадків, майбутнє людства. Очевидно, що максимум зусиль щодо формування здоров'я необхідно прикласти на ранніх етапах життя, на період активного соматичного і психічного становлення. У цьому зв'язку особливого значення набуває рівень здійснення валеологічного виховання дошкільника.

У системі сучасної освіти спостерігається тенденція до інтеграції курсів як у шкільній, так і в дошкільній ланці, що дає змогу розглядати певне явище, процес, об'єкт з різних боків, формувати у дітей цілісне уявлення про нього. Тому завданням нашої статті є висвітлити шляхи реалізації інтегрованого підходу при здійсненні валеологічного виховання дошкільників.

Людина – частина Всесвіту. Знання та вміння малюка турбуватися про себе, про своє здоров'я безпосередньо пов'язані зі знаннями про оточуючий світ, зокрема про соціум. У дошкільному закладі валеологія є інтегрованою системою знань (наукових та позанаукових), які викреслюються з таких галузей: „Навколишній світ” (або „Світ людини”), „Природа”, „Фізкультура та здоров'я”, „Музика і здоров'я”, „Українознавство”, „Зображувальне мистецтво і здоров'я”, „Математика і здоров'я”. У своїй сукупності базові знання інтегративних видів діяльності дітей дають можливість формувати елементи цілісної наукової картини світу. Ознайомлення дітей з навколишнім та валеологічне виховання дітей передбачає реалізацію однакових завдань, а саме: розуміти взаємозалежність людини (дитини) і природи, використовувати знання на практиці (з метою оздоровлення); регулювати своє життя і стан здоров'я в залежності від пори року, погодних умов, клімату; виконувати правила поведінки у природі; захищати природні об'єкти від забруднення та захворювань; відрізнити корисні рослини від

шкідливих і забороняти своїм товаришам та дорослим користуватися ними; розуміти користь всіх видів праці для здоров'я людей і дітей, допомагати дорослим, жаліти їх; брати участь у побутовій праці дорослих (в родині, дитсадку), разом з ними створювати умови для життя; не хвилювати батьків, вихователів та інших людей своєю негативною поведінкою; додержуватися правил етичної поведінки при спілкуванні з дорослими, дітьми різної статі, поважати їх; дотримуватися правил поведінки, обрядових ритуалів при участі в народних оздоровчих святах; поважати оздоровчі традиції української родини, при бажанні – використовувати; в ігровій, трудовій, навчальній діяльності використовувати прислів'я, загадки, приказки про здоров'я, розуміти їх зміст; розуміти доцільність для здоров'я архітектури українського життя, користь одягу, посуду, їжі, проявляти бажання харчуватися стравами національної кухні, вдягатися в одяг з натуральних тканин.

Малюки повинні не забувати, що вони – діти природи, і ставитися до неї шанобливо й доброзичливо, як до рідної мами. Спеціальне загартування, максимальне перенесення діяльності малюків в природу є не тільки цінними гігієнічними засобами фізичного виховання, але й першими зв'язками дитини з життєдайними силами природи, які допомагають їй усвідомлювати себе як частину природи і Всесвіту.

Діти, які відчувають природу (подих рослин, аромати квітів, шелест трав, співи птахів), вже не зможуть знищити цю красу. Навпаки, в них з'являється потреба допомагати жити цим творінням, любити їх, спілкуватися з ними. Встановлення гармонійних відносин з живою та неживою природою розвиває органи відчуттів, які є посередниками між довкіллям та мозком, трансформаторами і ретрансляторами енергій природи в тіло дитини.

Ознайомлюючи дітей з рослинним та тваринним світом, ми сприяємо розвитку духовності малюків, а також позитивно впливаємо на їх психічний стан, адже від довгого й захопленого розгляду чорнобривців, ромашок, троянд, фіалок, які прикрашають дитячий садок, від спостереження за гілкою, ніжного дотику до неї дитяча душа наповнюється захопленням і красою, рослини заспокоюють, навівають добро і щирість. Значний вплив на дитяче здоров'я має озеленення подвір'я: вихованці можуть вдихати повітря, насичене киснем, приходячи в дитячий садок, вітатися зі своїми улюбленими деревами, гладити їх своїми ніжними долонями й отримувати енергію природи, теплоти і радості. У затишному лісовому куточку, у тіні густих ялин діти можуть дихати ароматом хвойної зелені й опановувати навичками повного, ритмічного і силового подиху, грати у звукові ігри ("Підкорювачі космосу", "Гудок пароплава", "Мисливці" тощо) і виконувати вібраційно-вокальні вправи.

На кожній ділянці в ДНЗ є пісочниця, і всі знають, що це – улюблене місце дитячих ігор. Але не всі знають, що ігри з піском – пісочна психотерапія, що стає найпопулярнішою в педагогічній практиці. Граючись із піском і мініатюрними фігурками, споруджуючи вулиці, міста, заводи,

замки і палаци, діти відображають свої бажання і спогади, відкривають джерельця творчої фантазії, навчаються знаходити гармонію в картині на піску з навколишнім світом, тому що піскові картини є відбитком нашого внутрішнього стану.

Ознайомлюючи малюків з порами року, з працею та відпочинком людей о тій чи іншій порі, доречно літом дозволяти їм бігати босоніж, стрибати на свіжому повітрі під яскравим сонечком, приймати водні процедури. А взимку діти залюбки, досліджуючи особливості снігу, пограють у сніжки і зліплять снігову бабу. Восени з яскравих осінніх листків сплетуть віночки, із шишок, жолудів, каштанів зроблять цікаві поробки разом з вихователями. Діти завжди радіють кожній прогулянці, безпосередньому спілкуванню з природою, тому що свіже повітря, ігри, розваги, спілкування з однолітками та старшими дають їм радість, бадьорість, силу, насолоду, душевний комфорт. Діти знають: сонце, повітря і вода – основні джерела життя і здоров'я.

Позитивно на здоров'я дітей впливає створення у групових приміщеннях маленьких оазисів: квіти, рибки, птахи, рослини тощо. При підборі рослин вихователі мають враховувати їхнє специфічне значення: бегонія знищує мікробів, алое нейтралізує дію газів, папоротник зволожує повітря. Такі куточки природи не тільки оздоровляють дітей, але й прищеплюють працьовитість, доброту, відповідальність, позитивно впливають на світогляд, розвивають спостережливість.

Цікавими для дітей є природні “скарби” – дарунки природи (шишки, жолуді, каштани, насіння різних квітів і рослин, камінчики, дерев'яні бруски, пісок, глина, вода), з якими вони працюють на заняттях з образотворчого мистецтва. Ознайомлення дітей з цим воістину “казковим” матеріалом, проведення дослідів, виготовлення виробів – все це відкриває перед ними дивний, захоплюючий і неповторний світ природи, змушує мислити і міркувати, радіти своїм першим відкриттям і досягненням, розвиваючи разом з тим дрібну моторику, окомір.

Даючи вихованцям знання про будову тіла, функції органів тіла, засоби збереження здоров'я, про хвороби, надання першої допомоги, почуття та емоції, ми, безперечно, збагачуємо їх активний словник, вчимо зв'язно розповідати, відповідати на запитання.

Список використаної літератури

1. Булич Э.Г., Мурахов И.В. Здоровье человека. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
2. Гриценко Л.І. Формування навичок здорового способу життя у дітей та підлітків // Практична психологія та соціальна робота.— 2002. -№5. — С. 53-56.
3. Козленко М.П. Теорія і методика фізичного виховання. К.: Вища школа, 1994. – 210 с.