

**УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ПАВЛА ТИЧИНИ**

**ФАКУЛЬТЕТ ДОШКІЛЬНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ**

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

**КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ РОЗВИТКУ ДИТИНИ**

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

**РЕФЕРАТ НА  
ВИПУСКНУ КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ**

**освітнього ступеня «магістр»**

**НА ТЕМУ:**

**«ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО  
ВІКУ В ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ»**

Виконала: студентка \_ II \_ курсу,  
610з групи заочної форми навчання  
Спеціальності: 012 Дошкільна освіта

Освітня програма Дошкільна освіта  
**Мусієнко Тетяна Юліївна**

Керівник к. п. н. Кравчук Н.П.  
доцент кафедри  
психології та педагогіки розвитку  
дитини

Рецензент професор кафедри дошкільної  
освіти

Гаврилюк С.М.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ</b> .....	8
1.1. Теоретичні основи формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку.....	8
1.2. Аналіз стану досліджуваної проблеми в практиці роботи закладів дошкільної освіти.....	31
<b>РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....</b>	44
2.1. Обґрунтування методики формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку засобами здоров'язбережувальних технологій...44	
2.2. Методика формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку засобами здоров'язбережувальних технологій та оцінка її ефективності.....	52
ВИСНОВКИ.....	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	76
ДОДАТКИ.....	82

**Актуальність дослідження.** В умовах глобалізації суспільства в національній системі освіти особливої актуальності набувають питання розвитку особистості в соціокультурному контексті, формування культури здоров'я підростаючого покоління. Основні підходи до формування культури здоров'я дітей і молоді визначено в Національній доктрині розвитку освіти України у XXI столітті, Концепції загальнодержавної цільової соціальної програми «Здорова нація», Європейської стратегії ВООЗ «Здоров'я і розвиток дітей та підлітків» та інших документах, які створюють підґрунтя для взаємодії різних соціальних інститутів та регламентують правові основи педагогічної діяльності у вирішенні проблеми формування культури здоров'я підростаючого покоління.

Оскільки самій людині належить провідна роль у збереженні та зміцненні здоров'я, виборі способу життя, системи цінностей, ступеня гармонізації внутрішнього світу і відносин з оточенням, стає очевидним необхідність усвідомлення потреби бути культурно здоровою.

У дитячі роки відбувається сприйняття певних норм та зразків поведінки, накопичення відповідних знань та вмінь, усвідомлення потреб і мотивів, визначення ціннісних орієнтацій, інтересів і уявлень. Пріоритет формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку визначається ще й тим, що це один з найважливіших факторів, який детермінується визначальною роллю здоров'я у створенні здорового майбутнього країни.

Нині вкрай важливо навчити дитину самій піклуватися про власне здоров'я, сформувати в неї установку на його підтримку. Негативні зміни стосуються не тільки фізичного здоров'я, але й психічного та духовного. Зазначені негативні тенденції спонукали до появи нового напрямку у педагогіці – «культура здоров'я», засновником якого є вітчизняний науковець В. Горащук. Зазначений напрямок спрямований на формування в особистості ціннісного ставлення до власного здоров'я. На думку вченого, «культура здоров'я – це важливий складовий компонент загальної культури

людини, обумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок з формування, збереження й зміцнення її здоров'я» [3, с. 167–174]. Проблемі формування культури здоров'я особистості приділяли увагу такі вчені як: О. Ахвердова, Ю. Драгнєв, В. Горащук, С. Кириленко, Г. Кривошеєва, С. Лебедченко, Ю. Мельник, В. Скумін та ін.

Культура здоров'я визначається як готовність до здорового способу життя, вона містить декілька універсальних елементів, які належать до відтворення здоров'я, здоров'язбереження і розвитку здоров'я, а саме: сформовану систему знань про здоровий спосіб життя; розвинені ціннісні уявлення про здоровий спосіб життя; стійкі потреби у сфері здорового способу життя; бажання реалізувати всі компоненти здорового способу життя; конкретизовану мотивацію досягнення здорового способу життя; наявність максимально повних умінь і навичок з реалізації здорового способу життя; певні дії з досягнення здорового способу життя.

Відтак, формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку – це важлива умова становлення особистості, що сприяє її всебічному розвитку.

Важливість і актуальність досліджуваної проблеми, її недостатня теоретична і практична розробленість, зумовили вибір теми дослідження: ***«Формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти»***

**Мета дослідження** – на основі теоретичного обґрунтування досліджуваної проблеми визначити особливості виховання культури здоров'я дітей дошкільного віку.

Відповідно до сформульованої мети визначено такі **завдання дослідження**:

1. На основі теоретичного аналізу психолого-педагогічної літератури визначити педагогічну сутність понять «культура здоров'я дошкільників», «виховання культури здоров'я дітей».

2. Визначити критерії, показники та схарактеризувати рівні культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку.

3. Теоретично обґрунтувати та експериментально апробувати методику формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку.

4. Розробити рекомендації щодо виховання культури здоров'я старших дошкільників у взаємодії ЗДО і сім'ї.

**Об'єкт дослідження** – особливості виховання культури здоров'я дітей дошкільного віку в ЗДО.

**Предмет дослідження** – процес виховання культури здоров'я дошкільників у взаємодії ЗДО і сім'ї.

Для розв'язання визначених завдань використовувався комплекс взаємопов'язаних **методів дослідження**: *теоретичні* – аналіз, синтез та узагальнення психологічної та педагогічної літератури для узагальнення теоретичних питань із проблеми дослідження, визначення понятійно-категоріального апарату; порівняння для узагальнення наукових підходів щодо виховання культури здоров'я дітей дошкільного віку; *емпіричні* – діагностичні (бесіди, розв'язання проблемних ситуацій, діагностичні методики) для діагностування рівнів вихованості культури здоров'я дітей дошкільного віку; педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний етапи) для вивчення стану функціонування предмета дослідження.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідно-експериментальна робота здійснювалася на базі дошкільного навчального закладу (ясла-садок) № 12 м. Умані Уманської міської ради.

**Апробація результатів:** матеріали дослідження були обговорені на засіданні кафедри психології та педагогіки розвитку дитини та II Всеукраїнській науково-практичній конференції «Психолого-педагогічний супровід розвитку особистості дитини в умовах взаємодії закладу дошкільної освіти і сім'ї» (21 вересня 2023 року) на базі Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

Публікація: за результатами дослідження опубліковано тези на тему: «Формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку в умовах ЗДО» // матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психолого-педагогічний супровід розвитку особистості дитини в умовах взаємодії закладу дошкільної освіти і сім'ї» (21 вересня 2023 року).

**Структура та обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи – 100 сторінок, з них 98 – основний текст.

Результати дослідження свідчать про досягнення мети, виконання поставлених завдань і є підставою для таких висновків:

1. Проведене дослідження засвідчило, що проблема формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку є недостатньо розробленою в педагогічній теорії і практиці. У освітній роботі педагоги обмежуються ознайомленням дітей з фізичною сферою здоров'я, не розкриваючи шляхи формування психічного, духовного і соціального здоров'я. Наявна науково-методична література з означеної проблеми не забезпечує на необхідному рівні здійснення роботи з формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку. Основною причиною малоефективної організації означеного процесу є недостатнє використання вихователями здоров'язбережувальних технологій, ефективних для формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку та низький рівень співпраці ЗДО з родинами вихованців з даної проблеми. Вивчення психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження дало змогу встановити взаємозв'язок понять «здоров'я», «здоров'язбережувальні технології», «власне здоров'я». Це стало підґрунтям для уточнення сутності поняття «культури здоров'я» в контексті його формування в дітей старшого дошкільного віку. З'ясовано, що формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку є можливим, оскільки розвивається здатність до розуміння соціальних і моральних цінностей.

2. Узагальнення матеріалів дослідження дозволило визначити критерії (знання про основи здоров'я, емоційна реакція на оздоровчі дії,

здоров'ятворча діяльність), показники (усвідомлення дитиною здоров'я як найвищої цінності, наявність знань щодо фізичної, психічної та соціальної сфер здоров'я. Сформованість позитивного ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших людей. Дотримання здоров'язбережувальної поведінки та діагностувати рівні сформованості культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку (високий, достатній, середній, низький). У ході констатувального експерименту з'ясовано фактичний стан сформованості культури здоров'я. Виявлено, що в більшості дошкільників (40% у КГ і 36% в ЕГ) переважав середній рівень сформованості культури здоров'я. Лише незначна кількість дітей (17,0% у КГ і 17,0% в ЕГ) мала достатній рівень. Отже, процес формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку засобами здоров'язбережувальних технологій, потребував систематичного, цілеспрямованого впливу з боку вихователів і батьків.

3. Теоретично обґрунтовано та експериментально апробовано методику формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку доведено, що експериментальна робота сприяла збагаченню знань дітей про основи здоров'я (фізичну, психічну та соціальну його сфери). Усвідомленню ними здоров'я як найвищої життєвої цінності. Розумінню зв'язків, що існують між станом здоров'я людини та рівнем її знань про здоров'я, стосунками з іншими людьми, способом життя. Формуванню мотивації до збереження здоров'я і початкових навичок культури здоров'я. Охарактеризовано динаміку змін у ставленні дітей до власного здоров'я, що виявляється в зростанні кількості дітей експериментальної групи з достатнім рівнем – на 15,0% (у КГ – на 4,0%), зменшення кількості дошкільників із середнім рівнем на 18% (у КГ – підвищення на 1,5%), і відсутності дітей експериментальної групи з низьким рівнем (у КГ зниження низького рівня на 7,0%). На основі аналізу результатів проведеного дослідження розроблено методичні рекомендації для оптимізації подальшої діяльності вихователів і батьків з формування культури здоров'я у дітей дошкільного віку.

4. Розробили методичні рекомендації для вихователів ЗДО та батьків. Акцентовано увагу на тому, що дотримуючись педагогічних та гігієнічних вимог формування культури здоров'я у дітей старшого дошкільного віку, при забезпеченні необхідних умов, – ми виростимо здорове покоління дітей.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів розв'язання поставленої проблеми. Подальшого вивчення потребують питання здійснення наступності у формуванні культури здоров'я у дітей між дошкільною і початковою ланками освіти.