

## ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ КУРСУ «МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ»

**Калічак Ю. Л.**

*кандидат педагогічних наук,*

*доцент кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти*

*Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка*

*вул. Івана Франка, 24, м. Дрогобич, Львівська область, Україна*

*orcid.org/0000-0003-4348-1740*

*yukalichak@gmail.com*

### **Ключові слова:**

*здоров'язбережувальна діяльність, валеологічна освіта, оздоровчі методики, інформаційно-комунікаційні технології, підготовка фахівців дошкільного профілю, діти дошкільного віку.*

Стаття висвітлює вплив вивчення дисципліни «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» на формування здоров'язбережувальної компетентності студентів спеціальності «Дошкільна освіта», а також розглядає основні закономірності процесу опанування знань про здоров'я дошкільників майбутніми педагогами дошкільного профілю.

Охарактеризовано основні шляхи практичного використання інтегративних знань, умінь та навичок, засвоєних під час навчання у закладі вищої освіти задля усвідомленого формування культури здоров'я особистості дитини дошкільного віку, а також успішного формування стійкого інтересу щодо дотримання найелементарніших вимог здорового способу життя у повсякденному житті.

Виокремлено основні складники професіоналізму сучасного вихователя закладу дошкільної освіти, котрі з-поміж інших передбачають сформованість власних ціннісних валеологічних орієнтацій, спроможність добирати доцільний інструментарій фізичного розвитку та оздоровлення дошкільників, імплементацію всієї розмаїтості традиційних, нетрадиційних, нестандартних методик і технологій оздоровчої роботи, відповідність здоров'язбережувальному середовищу конкретного дитячого закладу тощо.

Проаналізовано необхідність вивчення курсу «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» студентами педагогічного університету з метою забезпечення належного ставлення дошкільників до власного здоров'я.

Доведено актуальність застосування інформаційно-комунікаційних технологій у освітній діяльності майбутніх вихователів на заняттях з фізичного розвитку, а також потребу активного впровадження комп'ютерних технологій у фізичне виховання студентської молоді задля отримання об'єктивних даних щодо показників психофізіологічних особливостей розвитку організму.

## TRAINING STUDENTS FOR HEALTH-PRESERVING ACTIVITIES IN THE COURSE OF STUDYING THE METHODS OF PHYSICAL AND VALEOLOGICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN

**Kalichak Yu. L.**

*Candidate of Pedagogical Sciences,*

*Associate Professor at the Department of General Pedagogy and Preschool Education*

*Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University*

*Ivan Franko str., 24, Drohobych, Lviv region, Ukraine*

*orcid.org/0000-0003-4348-1740*

*yukalichak@gmail.com*

**Key words:** *health preserving activities, valeological education, health improving techniques, information and communication technologies, training preschool specialists, preschool children.*

The article studies the influence of the discipline “Methods of physical and valeological education of preschool children” on the formation of health-preserving competence of students majoring in “Preschool education”, as well as identifying the basic patterns of future preschool teachers’ knowledge about preschoolers’ health.

The main methods of practical use of integrative knowledge, skills and abilities acquired during higher education are characterized in order to consciously form a culture of health of a preschool child, as well as the successful formation of sustainable interest in satisfying the most basic requirements of a healthy lifestyle in everyday life.

The main components of the professionalism of a modern preschool teacher are identified, which, among others, include the formation of their own valeological orientations, the ability to select appropriate tools for physical development and rehabilitation of preschoolers, the implementation of a variety of traditional, unconventional the environment of a particular children’s institution, etc.

The necessity of studying the course “Methods of physical and valeological education of preschool children” by students of pedagogical universities has been analyzed in order to ensure the proper attitude of preschoolers to their own health. The relevance of the use of information and communication technologies in the educational activities of future educators in physical education classes has been proved, as well as the need for active implementation of computer technology in physical education of students to obtain objective data on indicators of psychophysiological features of the body.

**Постановка проблеми.** Особистісно зорієнтована «концепція професійної педагогічної діяльності передбачає підготовку педагогічних кадрів, спроможних готувати молоде покоління до життєдіяльності в конкретних історичних умовах. Такий підхід вимагає від сучасного педагога окремого вектора особистісного розвитку, пошуку шляхів, засобів, форм, методів виховання в гуманістичному суспільстві» [4, с. 88].

Вища педагогічна освіта «покликана вирішувати цю проблему за рахунок підготовки висококваліфікованого фахівця та розвитку культури його особистості» [10, с. 7]. Нині актуальним є теоретичне обґрунтування інновацій, а також розробка здоров’язбережувального підходу до едукції як одного з актуальних підходів у сучасній педагогіці. Особливої актуальності набуває організація системи профе-

сійної підготовки фахівців дошкільного профілю до здоров’язбережувальної діяльності, адже здоров’я є фундаментом цілісного розвитку особистості дитини дошкільного віку, а також важливим сегментом модернізації системи едукції загалом.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** У публікаціях сучасних дослідників з питань фізичного розвитку дітей дошкільного віку Г.П. Барсуковської [6], Е.С. Вільчовського [3], Л.П. Загородньої [6], О.І. Курка [3], С.А. Титаренко [6] відзначається необхідність формування у фахівців з дошкільної освіти знань у галузі здоров’язбереження, усвідомленої потреби дотримання здорового способу життя, а також формування здатності системного розуміння здоров’язбережувальної діяльності в процесі виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку,

можливості здійснення інноваційної діяльності у сфері збереження та зміцнення здоров'я дітей.

Науковці Н.М. Букреева [2], Н.Ф. Денисенко [5], Н.В. Левінець [10] та інші переконливо доводять, що задля збереження та зміцнення здоров'я дошкільників педагогам потрібно якнайширше використовувати здоров'язбережувальні технології.

На думку Т.Є. Бойченко [1], А.І. Шамрай [11], вихователю в роботі з дітьми дошкільного віку необхідно активно застосовувати опановані впродовж навчання знання й навички щодо формування культури здоров'я особистості дитини, дотримання звички до здорового способу життя [1].

**Метою статті** є з'ясування специфіки здоров'язбережувальної діяльності та сутності підготовки до неї студентів у процесі вивчення дисципліни «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку».

**Виклад основного матеріалу.** Готовність до здоров'язбережувальної діяльності визначається рівнем розвитку науково-педагогічної свідомості, сформованістю ціннісних орієнтацій, обізнаністю з основами культури здорового способу життя, набутої відповідальності за власне здоров'я та здоров'я вихованців-дошкільників [1].

Метою здоров'язбережувальної діяльності вважаємо насамперед розвиток особистості. Підготовка студентів до її здійснення продиктована, зокрема, комплексним забезпеченням освітнього процесу. Методичне забезпечення, котре уможливує залучення до здоров'язбережувальної культури особистості, потребує напрацювання новітнього інструментарію, методів його реалізації. Актуалізація процесів інтеграції навчальних дисциплін потребує детальнішого аналізу проблеми підготовки вихователів до здоров'язбережувальної діяльності, котра здійснюється спеціальними дисциплінами [6].

Зміст дисципліни «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» спрямований на «теоретичну, практичну і методичну підготовку фахівців дошкільного профілю, котра зосереджена на вмінні організувати та здійснювати керівництво системою фізичного виховання в ЗДО, вмінні навчати дошкільників фізичних вправ, застосовуючи адекватні методи, форми, засоби фізичної культури, проводити різноманітні фізкультурно-оздоровчі форми роботи з дітьми дошкільного віку» [7, с. 10]. Стосовно керівництва системою фізичного виховання дошкільників, то такий курс в основному орієнтується на традиційну систему фізичного виховання дітей, науково обґрунтовану та перевірену на практиці. Проте натепер є потреба переосмислення педагогічних цінностей ЗДО, пріоритетність створення здоров'язбережувального середовища у сучасному дитячому садку [11].

Здоров'язбережувальне середовище вважаємо «комплексом організаційних, психолого-педагогічних, соціальних, гігієнічних, екологічних, фізкультурно-оздоровчих, навчально-виховних умов, що спрямовані на збереження різних видів здоров'я, забезпечення психічного комфорту та зручних побутових умов у закладі дошкільної освіти» [8, с. 88].

Звідси завданням професійної підготовки фахівця дошкільного профілю вважаємо спроможність організувати та реалізовувати власну здоров'язбережувальну діяльність у дитячому садку, оскільки вихователь є активним комунікатором з дітьми, їхніми батьками, колегами, а також добре поінформованим консультантом, просвітителем тощо [6].

Аналіз підготовки до здійснення здоров'язбережувальної діяльності студентів спеціальності «Дошкільна освіта» дозволяє стверджувати про наявність певних протиріч між теорією формування культури здоров'я особистості і практикою, котра потребує наукового обґрунтування, а також пошуку нових шляхів її застосування. Дисципліна «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» дозволяє поліпшити поінформованість студентів у сфері здоров'язбереження, однак відсутнього позитивного впливу на процес його практичної реалізації не забезпечує [2].

Студент отримує певну сукупність теоретичних знань, що уможливають пропаганду здорового способу життя згідно з вимогами роботи з родинами вихованців. Проте перебування на педагогічній практиці в закладі дошкільної освіти дозволяє йому констатувати відсутність дієвих практичних механізмів реалізації оздоровчих методик. Величезне розмаїття новітніх оздоровчих методик, на нашу думку, носить або виключно теоретичний характер, або яскраво демонструє формальний підхід до формування особистості педагога дошкільного профілю.

Прищеплення культури здоров'я й усвідомленого прагнення до здорового способу життя – пріоритетне завдання закладу вищої педагогічної освіти. Дисципліни, котрі забезпечують професійну підготовку фахівця, здатного реалізовувати соціальне замовлення суспільства – плекання здорової особистості, зобов'язані підготувати студентів до здійснення здоров'язбережувальної діяльності з різним контингентом дошкільників.

Курс «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» не сповна уможливує готовність студентів до подібної діяльності. Опанування дисципліни наштовхується на протиріччя об'єктивного та суб'єктивного характеру. Автономне викладання вищезазначеного предмета не забезпечує постійної інтеграції з іншими дисциплінами, котрі пов'язані

із вирішенням проблем здоров'я, абсолютно не враховано той факт, що здоров'я – це ще і соціальна проблема, а отже, суспільні науки повинні брати дієву участь у її розробці, а не лише валеологія. Після опанування вказаного курсу студенти, зрештою, не усвідомлюють особистої відповідальності за власне здоров'я, а за здоров'я дошкільників і поготів [3].

Лекційні та семінарські заняття зазначеного курсу мали б забезпечувати необхідне наукове обґрунтування використання оздоровчих методик в умовах сучасного ЗДО, ознайомлення з педагогічним досвідом здоров'язбережувальної діяльності, практичним вирішенням завдань оздоровлення дошкільників. Окремої уваги потребують навички моделювання педагогічної діяльності з обґрунтуванням необхідних умов, засобів, конкретної методики. Така робота здійснюється на практичних заняттях, що проводяться виключно на базі закладу дошкільної освіти. Вивчення курсу передбачає самостійну дослідницьку діяльність студентів (аналіз побаченого у закладах дошкільної освіти, пошук кращих і доступних зразків здоров'язбережувальної діяльності дитячих садків за кордоном, аналіз новітніх методик тощо) [10].

Студенти вчать здійснювати аналіз роботи вихователя, комплексну діагностику фізичного розвитку дошкільників, аналізувати державні й авторські програми з формування тілесності, інноваційні здоров'язбережувальні методики, готувати матеріал для фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми в дитячому садку. Вивчення окремих тем курсу дозволяє здійснювати перегляди відеоматеріалів різних форм роботи з фізичного розвитку та оздоровлення дітей у сучасних зарубіжних і вітчизняних закладах дошкільної освіти.

Головний акцент у викладанні дисципліни передбачає забезпечення у студентів справжнього дієвого інтересу до здоров'язбережувальної діяльності впродовж фахової підготовки, котра передбачає такі складники, як:

- формулювання вектора здійснення здоров'язбережувальної діяльності;
- засвоєння сутності здоров'язбереження дошкільників;
- навчання дошкільників на особистому прикладі;
- опанування інструментарію здоров'язбережувальної діяльності;
- вміння планувати здоров'язбережувальну діяльність залежно від специфіки та матеріально-технічної бази ЗДО [9].

Серед величезної кількості розмаїтих оздоровчих технологій фахівцеві дошкільного профілю повинен уміти вибрати властиві з них, проаналізувати ефект їх застосування, вільно володіти методикою навчання дітей різних способів оздо-

ровлення, сприяти створенню відповідного середовища задля збереження здоров'я дітей. При цьому необхідно дбати про формування особистості дошкільника, про його фізичне та психічне здоров'я, випромінювати повагу до вихованця, справжній інтерес до його проблем, бадьорий настрій і оптимізм після кожного заняття [6].

Таким чином, фаховість і майстерність вихователя продиктована вмінням знаходити адекватний інструментарій фізичного виховання та оздоровлення дошкільників, послуговуватися великим арсеналом різних стандартних і нестандартних форм роботи, відповідати здоров'язбережувальному середовищу конкретного ЗДО (взаємодія з вихованцями та їхніми родинами, колегами задля пропедевтики, діагностики й виправлення стану здоров'я і фізичного розвитку дітей, наявність власних ціннісних орієнтацій тощо).

Підготовка вихователів до здійснення здоров'язбережувальної діяльності у сучасному дитячому садку передбачає:

- наявність ґрунтовних наукових уявлень про здоров'я та здоровий спосіб життя;
- опанування навичок збереження здоров'я дітей;
- здатність добирати доступні, властиві засоби вдосконалення здоров'я;
- наявність аналітичних здібностей щодо практичного впровадження оздоровчих методик у дитячому садку [9, с. 115].

Зміст дисципліни «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» забезпечує теоретичну, практичну та методичну підготовку фахівців дошкільного профілю (загальне керівництво системою фізичного розвитку в ЗДО, навчання дошкільників фізичних вправ, проведення різноманітних форм фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку тощо). Зазначений курс зорієнтований на використання традиційної системи фізичного розвитку дошкільників, а тому не сповна дозволяє реалізувати повноцінний процес створення здоров'язбережувального середовища у сучасному закладі дошкільної освіти, а лише в площині рухової активності [8; 9].

Вивчення зазначеної дисципліни, ґрунтуючись на знаннях з інших предметів, особливо валеології, дозволяє розширити обізнаність студентів у сфері здоров'язбереження, однак практичного наповнення потреби дотримання здорового способу життя не формує [2].

Проблема виховання культури здоров'я є однією зі складових частин підготовки фахівця, спроможного виконати соціальне замовлення суспільства – виховання здорової особистості, носія здорового способу життя та здійснення здоров'язбережувальної діяльності загалом.



Сучасне інформаційне суспільство диктує вимоги щодо вміння здійснювати пошук необхідної інформації, а також застосування нових технологій задля вдосконалення рухових навичок. Нині значна кількість комп'ютерних технологій застосовується у фізичному вихованні студентської молоді (діагностика здоров'я, фізичного розвитку, педагогічний контроль).

Нині, на жаль, студенти все рідше відвідують спортивні зали, бібліотеки, а проводять левову частку вільного часу за комп'ютерами, планшетами, смартфонами. Тому з'явилася реальна можливість використовувати таку тенденцію з користю для освітнього процесу, тобто прийшов час застосувати інформаційно-комунікативні технології задля фізичної підготовки студентів, переглянути застаріле навчально-методичне забезпечення в бік використання мультимедійних дидактичних засобів навчання та електронних підручників нового покоління.

Широкі перспективи відкриваються у використанні комп'ютерних тестів та електронних програм задля визначення успішності студентської молоді. Цьому сприяє розмаїття сучасних спортивних браслетів, фітнес-браслетів, старт-годинників, котрі уможливають незаангажовану оцінку параметрів розвитку тілесності студентів. Нова дидактична організація інформаційно-освітнього середовища закладів вищої освіти вимагає модернізації джерел інформації, а не створення уявлень про виконання різноманітних фізичних вправ упродовж самостійної діяльності за допомогою текстового опису чи

статичного малюнку. Такі засоби навчання відірвані від реальності, позбавлені наочності, сповільнюють сприйняття матеріалу. Під час демонстрації викладач повинен мати можливість змінити послідовність дій, змоделювати власну траєкторію навчання тощо, а студент – сприймати й інтерпретувати масив інформації задля подальшого програмування своїх дій, прийняття швидких рішень, враховуючи наявні психофізіологічні особливості розвитку власного організму.

Нині наявність цілого розмаїття спорт-браслетів, фітнес-браслетів, розумного годинника та всіляких багатофункційних додатків у смартфонах уможливорює їх застосування на заняттях фізичною культурою у студентів задля ведення постійного контролю за різноманітними функціональними показниками організму (ЧСС, артеріальний тиск, насиченість крові киснем, інтенсивність навантаження (кількість кроків, відстань, енерговитрати тощо)).

**Висновки** та перспективи подальших розробок у цьому напрямку. Отже, очевидною є необхідність використання інформаційно-комунікаційних технологій у освітній діяльності студентів на заняттях з фізичного розвитку. Для максимальної ефективності їх застосування є потреба в розробці мультимедійних дидактичних засобів навчання студентів. Потенціал такого інструментарію належить комп'ютерним програмам визначення ефективності рухових дій, оперативному контролю за їх перебігом, методичним матеріалам оцінки отриманих результатів.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бойченко Т.Є. Валеологія – мистецтво бути здоровим. *Здоров'я та фізична культура*. 2005. № 2. С. 1–4.
2. Букреєва Н.М. Створення здоров'язбережувального середовища в дошкільному закладі. *Дошкільна освіта*. 2007. № 3. С. 54–61.
3. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Суми : Університетська книга, 2017. 428 с.
4. Гаращенко Л.В. Підготовка майбутніх вихователів до впровадження сучасних оздоровлювальних технологій в освітньому процесі закладів дошкільної освіти. *Народна освіта*. 2019. Вип. 2. С. 86–92.
5. Денисенко Н.Ф. Освітній процес має бути здоров'язбережувальним. *Дошкільне виховання*. 2007. № 7. С. 8–10.
6. Загородня Л.П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г.П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. Суми : Університетська книга, 2018. 272 с.
7. Інструктивно-методичні рекомендації «Щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи у ДНЗ». URL: <https://imzo.gov.ua/2016/09/08/list-mon-vid-02-09-2016-1-9-456-shhodo-organizatsiyi-fizkulturno-ozdorovchoyi-roboty>.
8. Калічак Ю.Л. Методика фізичного виховання дітей : навчально-методичний посібник. Модуль 1. Дрогобич : Ред.-вид. відділ ДДПУ ім. І. Франка, 2013. 198 с.
9. Калічак Ю.Л. Методика фізичного виховання дітей : навчально-методичний посібник. Модуль 2, 3. Дрогобич : Ред.-вид. відділ ДДПУ ім. І. Франка, 2014. 192 с.
10. Левінець Н.В. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти. *Вісник інституту розвитку дитини : збірник наукових праць. Серія «Педагогіка»*. Вип. 16. Київ, 2011. С. 25–27.

11. Шамрай А.І. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи в ДНЗ. *Дошкільний навчальний заклад*. 2007. № 10. С. 8–10.

#### REFERENCES

1. Boichenko, T.Y. (2005). Valeolohiia – mystetstvo buty zdorovym [Valeology is the art of being healthy]. *Zdorovia ta fizychna kultura*, No. 2, pp. 1–4.
2. Bukreeva, N.M. (2007). Stvorennya zdorovyazberezhual'noho seredovyscha v doshkil'nomu zakladi [Creating a healthy environment in preschool]. *Pre-school education*, No. 3, pp. 54–61.
3. Vilchkovsky, E.S., Kurok, O.I. (2004). Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya ditey doshkil'noho viku [Theory and methods of physical education of pre-school children]. Sumy: VTD “University Book” [in Ukrainian].
4. Harashchenko, L.V. (2019). Pidhotovka maibutnikh vykhovateliv do vprovadzhennia suchasnykh ozdorovliuvalnykh tekhnolohii v osvitnomu protsesi zakladiv doshkilnoi osvity [Preparation of future educators for the introduction of modern health technologies in the educational process of preschool education]. *Narodna osvita*, Vyp. 2, pp. 86–92.
5. Denisenko, N.F. (2007). Osvitnyi protses maye buty zdorov'yazberezhual'nym [The educational process must be healthy]. *Doshkil'ne vykhovannya*, No. 7, pp. 8–10.
6. Zagrodnyia, L.P., Titarenko, S.A., Barsukovskaya, G.P. (2018). Fizychno vykhovannya ditey doshkil'noho viku [Physical education of preschool children]. Sumy: University Book [in Ukrainian].
7. Instruktyvno-metodychni rekomendatsiyi “Orhanizatsiya fizkul'turno-ozdorovchoyi roboty u doshkil'nykh navchal'nykh zakladakh”. [Instructional and methodical recommendations “Organization of physical culture and health work in preschool educational institutions”]. Mon.gov.ua. Retrieved from: <https://imzo.gov.ua/2016/09/08/list-mon-vid-02-09-2016-1-9-456-shhodo-organizatsiyi-fizkulturno-ozdorovchoyi-roboty-u-doshkilne-navchalnih-zakladah> (Last accessed: 25.05.2022).
8. Kalichak, Yu.L. (2013). Metodyka fizychnoho vykhovannya ditei. Modul 1 [Methods of physical education of children. Module 1]. Drohobych: RVV DDPU im. I. Franka [in Ukrainian].
9. Kalichak, Yu.L. (2014). Metodyka fizychnoho vykhovannya ditei. Moduli 2, 3 [Methods of physical education of children. Module 2, 3]. Drohobych: RVV DDPU im. I. Franka [in Ukrainian].
10. Levinets, N.V. (2011). Vprovadzhennia zdoroviazberihaiuchykh tekhnolohii yak aktualnyi napriam suchasnoi doshkilnoi osvity [Introduction of health-preserving technologies as an actual direction of modern preschool education]. *Visnyk instytutu rozvytku dytyny*, Vol. 16, pp. 25–27.
11. Shamrai, A.I. (2007). Orhanizatsiya fizkul'turno-ozdorovchoyi roboty v doshkil'nomu navchal'nomu zakladi [Organization of physical culture and health work in preschool education]. *Doshkil'nyy navchal'nyy zaklad*. No. 10, pp. 8–10.