

УДК 373.21 : 796.011.3

ТЕХНОЛОГІЇ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ

Катерина Щербакова *, Лілія Макаренко **

* *Маріупольський державний університет,
проспект Будівельників, 129 А, Маріуполь, Україна, 87500*

** *Бердянський державний педагогічний університет,
вул. Шмідта, 4, Бердянськ, Україна, 71100*

Розкрито особливості забезпечення соціально-духовного здоров'я дітей дошкільного віку. На підставі аналізу попередніх наукових даних та власних досліджень висвітлено вплив оздоровчих технологій на рівень соціально-духовного здоров'я особистості. З'ясовано, що саме вибір найдоцільніших форм організації навчально-виховного процесу в дошкільному навчальному закладі, використання оздоровчих технологій та їхня відповідність пізнавальним можливостям дітей дошкільного віку сприяють формуванню позитивної мотивації до набуття навичок дбати про своє здоров'я.

Ключові поняття: здоров'я дитини, соціально-духовне здоров'я, оздоровчі технології.

Здоров'я – це стан живого організму, під час якого всі органи здатні виконувати свої життєві функції. Охорона здоров'я громадян – одна з функцій держави. У світовому масштабі головним органом охорони здоров'я є Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ). В Україні державним органом, що піклується здоров'ям громадян, є Міністерство охорони здоров'я України.

Зокрема, учені аналізують здоров'я як складну характеристику особистості дитини дошкільного віку (Т. Андрющенко, Н. Денисенко, Л. Калуська, О. Кононко, Л. Лохвицька, С. Максименко, А. Рогоза, С. Юрочкіна та ін.). У Базовому компоненті дошкільної освіти (2012) відображені основні вимоги щодо валеологічного виховання дітей у сучасному дошкільному навчальному закладі.

Наша мета – висвітлити вплив оздоровчих технологій на рівень соціально-духовного здоров'я дитини.

Сучасні науковці характеризують “здоров'я” як інтегровану якість. На їхню думку, відповіднішим визначенням складових здоров'я є поняття “компонент” (Н. Денисенко, О. Аксьонова та ін.). При цьому автори виділяють чотири компоненти здоров'я: фізичне, психічне, соціальне і

духовне. Характеризуючи здоров'я дитини, О. Кононко зазначає, що в реальному житті всі чотири складові діють одночасно, їхній інтегрований вияв визначає стан здоров'я людини як цілісного складного феномена. Між окремими компонентами здоров'я відбуваються тісні зв'язки. Зокрема, фізичне здоров'я впливає на психологічне, яке залежить від фізичного. Психологічне та духовне здоров'я також взаємодоповнюють.

На нашу думку, соціальне і духовне здоров'я настільки взаємопов'язані, що це дає підстави розглядати їх як цілісну складову, тобто *соціально-духовне здоров'я*. Щоб схарактеризувати соціально-духовне здоров'я дитини, спочатку розглянемо кожний компонент окремо. Аналіз наукових досліджень доводить, що саме в дошкільному віці закладаються засади соціальної компетентності дитини, визначається напрям її розвитку й успішної адаптації в соціумі.

Соціальне здоров'я визначають як кількість і якість міжособистісних зв'язків індивідуума і ступінь його участі в житті соціуму. Соціальний комфорт особистості поза системою суспільних відносин не існує. Людину сприймають на цьому рівні передусім як істоту суспільну, і в цьому випадку на перший план виходять питання впливу соціуму на здоров'я особистості. Наслідки цих дій для здоров'я можуть бути особистості як сприятливі, так і несприятливі.

Тільки люди, які перебувають у позитивному емоційному стані, можуть відчувати себе активними учасниками соціальної системи, а тому соціальне здоров'я прийнято визнавати як готовність до спілкування, соціальної взаємодії. Недоліки виховання, несприятливі умови навколишнього середовища часто стають причиною різних форм неадекватної поведінки людини в суспільстві, а іноді асоціального розвитку особистості, тобто знижують її соціальне здоров'я та надійність.

Серед чинників, які впливають на стан соціального здоров'я дитини, головна роль належить якості професійної діяльності педагога та сімейним взаємовідносинам. До інших соціальних чинників, що забезпечують соціальне здоров'я дитини, належать: вміння зберігати та підтримувати контакти з рідними та друзями; вміння налагоджувати безконфліктні взаємовідносини з іншими людьми; вдумливо організоване, пізнавально та емоційно насичене дозвілля.

Поняття *духовне здоров'я*, на думку вчених (Н. Денисенко, О. Кононко, С. Максименко), ще більш неточне, ніж поняття "здоров'я". До його ознак належать: позитивний погляд на життя і внутрішню рівновагу, оптимізм; здібність до концентрації; здатність приборкувати негативні емоції; високий рівень соціальної активності; розуміння почуття інших людей і ситуацій; вегетативна стабільність; уважність і зібраність; здатність слухати і чути, дивитися і бачити, поважати себе та інших. Важливішим показником

соціально-духовного здоров'я, на думку В. Демиденко, є совість. У своїй праці "Совість" учений, аналізуючи цю категорію, наголошує на її значенні у спільній діяльності людини з іншими. Він зазначав про її вплив на виховання загальнолюдських ідеалів, добрих почуттів, доброї волі [3].

У сучасній педагогічній науці духовність особистості розглядають як специфічно людську рису, яка ґрунтується на потребі пізнання й соціальної потреби жити – діяти "для інших". Людина духовна тією мірою, якою вона здатна замислюватися над цими проблемами та прагне отримати на них відповідь. Втрата духовності рівнозначна втраті людяності. Формування духовних потреб особистості є найважливішим завданням виховання, а результатом цього буде зміцнення її духовного здоров'я. Багато фахівців у галузі медицини вважають, що духовне здоров'я варто оберігати передусім (М. Амосов та ін.).

Духовне здоров'я ґрунтується на потребі жити, діяти, любити, виявляти доброту, турботу до близьких, рідних, друзів та отримувати від цього задоволення. Однак раніше, чим дитина зможе виявляти ці якості, вона повинна отримати їх, відчувати на собі. Забезпечення духовного здоров'я – це передусім обов'язок дорослих: батьків, вихователів та інших, які перебувають поряд із дитиною.

Отже, соціальне і духовне здоров'я має багато спільного в їхній характеристиці. Це дало нам змогу використовувати для їхнього визначення термін "соціально-духовне здоров'я" дітей. Соціально-духовне здоров'я можна визначити як спроможність особистості регулювати своє життя і свою діяльність відповідно до гуманістичних ідеалів, які виробило людство у процесі історичного розвитку. Саме соціально-духовне здоров'я є визначальним у ставленні людини до себе, до інших, до суспільства та його можна вважати пріоритетним в ієрархії здоров'я дитини.

Основний шлях до отримання результатів у забезпеченні соціально-духовного здоров'я малюків – це впровадження технологій в освітньо-виховну діяльність дорослих, які надають їм інформацію про здоров'я як найвищу цінність, а також створюють умови для спілкування з навколишнім світом. Основними технологіями, які ми використовували в нашому дослідженні, були такі: інформаційно-пізнавальна, ігрова та технології, засновані на спілкуванні з тваринами і природою.

Інформаційно-пізнавальна технологія спрямована на використання літератури різних жанрів, що забезпечує дітей знаннями. Ця технологія передусім збагачує досвід пізнавальної діяльності у різних видах і формах міжособистісної взаємодії, виконує когнітивну, діагностичну, комунікативну, моделюючу та формуючу функцію. Кульмінацією цієї технології є творча активізація дитини, в ході якої вона готова стати автором власного твору про

себе, в якому опосередковано висловлює свої переживання, осмислює особистісну проблему, прагне до пошуку шляхів виходу з неї.

Особливим літературним матеріалом для дітей є казка, за допомогою якої дитина може подолати негативні проблеми (агресивність, невпевненість, соромливість тощо). Метою нашого дослідження було допомогти дітям отримати почуття захищеності у світі, зрозуміти себе, підвищити самооцінку, дати змогу відтворити основні життєві ситуації у “захищеному режимі”. У результаті експерименту було доведено, що дитина, яка часто слухає казки, стає більш уважною, витриманою.

Ми констатували, що казка розширює рамки звичайного життя, допомагає дитині зустрітися зі складними явищами й почуттями, ідентифікувати себе з близьким для неї персонажем, порівнювати себе з героєм, розуміти, що в неї є такі ж проблеми, як у героя казки. Зокрема, ми провели заняття за казками “Колобок”, “Сумне жабеня” (О. Харченко) тощо. Під час слухання казки вихованці отримали картки із зображенням різних емоцій, виразами обличчя. Їм було надано інструкцію до карток: прослухати казку, визначити почуття, які Колобок відчував, коли щось робив, або потрапляв у пригоди, та викласти видані схематичні малюнки за різними емоційними станами (вирази обличчя) відповідно до змісту казки (радість, горе, страх, зацікавлення, образа, сором, гнів). Після розповіді дітям було запропоновано такі питання: “Розкажи тепер казочку за малюнками, які ти виклав. Які почуття переживав Колобок?”, “Як ти про це дізнався?”.

Науковець М. Сократов радить використовувати читання заспокійливої літератури для гіперактивних дітей, а для гіпоактивних – твори, які стимулюють емоційні переживання. Читання казок, оповідань перед сном сприяє швидкому засинанню, міцному сну. Після виконання фізичних вправ дитина, лежачи на килимку під спокійну музику, заспокоює свої емоції, набуває правильної поведінки.

Особливе місце у зміцненні соціально-духовного здоров'я дітей посідає *ігрова технологія*. Гру в педагогіці розглядають як провідну діяльність дошкільника. Як свідчить наш досвід, саме у грі створюються дитячі колективи, в яких дитина вправляється в налагодженні стосунків з однолітками. Гра для дитини є своєрідним способом переробки отриманих вражень. Вона відповідає наочно-образному характеру його мислення, емоційності, активності. До гри дітей спонукає прагнення знайомитися з навколишнім світом, активно діяти у спілкуванні з однолітками, брати участь у житті дорослих, здійснювати свої мрії. У цій діяльності виявляються та розвиваються всі психічні властивості та процеси, формуються якості особистості. Зокрема, Л. Віготський зазначав, що гра пробуджує в дитині сильні та яскраві почуття. Отже, здоров'я дитини значно залежить від організації ігрової діяльності.

Численні дослідження науковців (Л. Артемова, Р. Жуковська, Н. Кудикіна, Д. Менджерицька, О. Усова, К. Щербакова та ін.) свідчать про те, що в разі тактовного, педагогічно доцільного керівництва гра сприяє забезпеченню інтересів дитини, її моральному розвитку, засвоєнню норм поведінки. Завдяки грі, втім числі тренінгам у формі гри, діти набувають соціального досвіду, пізнають світ і взаємини в ньому, опановують соціальними ролями і функціями, загальнолюдськими цінностями, культурою, системою знаків, створених соціумом (Н. Захарова). Кінцевим результатом цієї діяльності є емоційне задоволення (або не задоволення) від спільної гри, тобто саме те, що природне впливає на соціально-духовне здоров'я дитини. Зокрема, дітям була запропонована гра "Вчимося говорити компліменти оточуючим". Як показали наші спостереження, дітям подобалася гра, але їм було важко висловлюватися. Це може свідчити про те, що діти не часто чують слова похвали.

Велике значення для зміцнення здоров'я малюка має комфортне перебування в дошкільному навчальному закладі, створення умов для їхньої самореалізації та самовираження, що відбувається за допомогою *бестінгу* – створенню дружньої підтримки, добрих побажань та інших приємних для сприймання дитиною дій. Змістом більшості компліментів (85%) була конкретизація духовних якостей: "Оля добра", "Матвій веселий", "Денис завжди запрошує гратись". Інша ж частина дітей (15%), роблячи комплімент, спиралася на зовнішні риси особистості: "У Лізи гарне волосся", "Маша гарна". Проте основною рисою готовності та зрілості культури спілкування було те, що під час спілкування діти дивились один одному в очі, тулуб був злегка повернутий до співбесідника.

Важливе значення в оздоровленні дітей, як засвідчують науковці (медики, психологи, педагоги), має спілкування з *тваринами*. Всесвітня організація охорони здоров'я визнала, що живі істоти приносять велику користь людям. Позитивна дія тварин на людину підтверджена значним досвідом. Доведено, що люди, в яких є домашні улюбленці, живуть довше і хворіють менше. При цьому їхня нервова система перебуває в кращому стані, ніж у тих людей, у кого немає "молодших братів". Основними функціями цієї технології є психофізіологічна, самореалізаційна, задоволення потреби у спілкуванні та комунікації. З огляду на це робота може відбуватись як на спеціальних (предметних), так й інтегрованих заняттях у контексті забезпечення соціально-духовного здоров'я дітей. На цих заняттях діти не тільки отримували знання, але завдяки взаємодії педагога з дитиною та дітей між собою простежувалось стимулювання соціально-духовних потенцій і прагнень щодо збереження та укріплення власного здоров'я.

Зокрема, заняття на тему "Брати наші менші" мало не меті показати дітям цінність спілкування з тваринами; спрямовувати увагу дітей на добрі

дії, виховувати співчуття, емпатію; пояснити правила ставлення до тварин; вправляти у загальноприйнятих соціальних нормах поведінки. У таких випадках можна запропонувати дітям переглянути відео на відповідну тематику, де було б висвітлено умови життя тварин у суспільстві. Після перегляду відео можна спитати у дітей “Які відчуття виникли після перегляду відео?” (“Стало сумно”, “Жаль тварин”, “Виникло бажання допомогти тваринам”).

На питання “Чи так ми маємо поводитися з тваринами? А як треба?”, частина дітей засудила дії, продемонстровані на відео (“Ні, не так”, “Так поводитися не можна”). Проте більшість дітей не лише засудили дії, зображені на відео, а також визначили правильний спосіб дій (“Маємо піклуватися про тварин”, “Треба пожаліти, погодувати”, “Можна взяти додому, якщо мама дозволить”). Це свідчить про те, що всі діти визначили байдуже ставлення до тварин як негативне. Проте тільки частина дітей змогла розповісти про свій власний, правильний спосіб дій.

На питання “А як саме можна піклуватися про тварин?”, діти визначили багато варіантів дій, що свідчить про обізнаність, компетентність, небайдужість: “Можна погодувати”, “Побудувати будиночок”, “Забрати додому”, “Погладити”, “Якщо тваринка хвора, треба вилікувати”.

Читання повчальної історії В. Сухомлинського “Соромно перед соловейком” та вірша Д. Чередниченко “Білявий котик” дає змогу сформуванню в дітей готовності встановлювати причинно-наслідкові зв'язки та співпереживати (“Треба допомагати, бо вони все відчують”, “Вони нас люблять, а ми маємо турбуватись про них”).

Отже, від використання в педагогічному процесі дошкільного навчального закладу інноваційних технологій залежить рівень соціально-духовного здоров'я дитини.

-
1. Базовий компонент дошкільної освіти / Наук. керівник: А. М. Богуш, дійсний член НАПН України, проф, д-р пед. наук. – К. : Видавництво, 2012. – 26 с.
 2. Бех І. Виховання особистості: У 2 кн. Кн.1: Особистісно-орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади / І. Бех. – К. : Лебідь, 2003. – 280 с.
 3. Демиденко В. К. Совість : навч.-метод. посібник / В. К. Демиденко; Наук.-метод. центр серед. освіти. – К., 2000. – 86 с.
 4. Денисенко Н. Оздоровчі технології – в освітній процес / Н. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2009. – № 11. – С. 7–11.
 5. Щербакова К. Й. Теорія та методика валеологічної освіти дітей дошкільного віку. Навч.-метод. посібн. / К. Й. Щербакова, Л. В. Макаренко. – Бердянськ : Видавець Ткачук О. В., 2015. – С. 162–177.

Стаття: надійшла до редколегії 09.06.2016
доопрацьована 11.08.2016
прийнята до друку 25.08.2016

TECHNOLOGIES OF PROVIDING OF SOCIAL AND MENTAL HEALTH OF A CHILD

Kateryna Shcherbakova*, Liliia Makarenko**

**Mariupol State University*
Budivelnykiv Ave., 129 A, Mariupol, Ukraine, UA – 87500

***Berdiansk State Pedagogical University*
Shmidta Str., 4, Berdyansk, Ukraine, UA – 71100

The features of providing of the social and mental health as an important part of the valeology formation of children of preschool age are disclosed in the article. On the basis of analysis of previous scientific researches and data that had been got from the author's own experience, author illuminates and proves the influence of health technologies on the social and mental health level of the personality of a child. In the article examples are shown and the methodology of the use of different technologies – informatively-cognitive, playing and the technology based on communication with animals and nature – is disclosed.

Exactly the realization of choice of the most expedient forms of organization of the educational process in the preschool educational establishment and the use of health technologies and their accordance to cognitive possibilities of children of preschool age help to form the positive motivation to accumulation of skills to care for their own health and to aspire to save the social health of surroundings.

Key words: health, social and mental health, health technologies.