

користуватися послугами поштових серверів, використовувати віртуальні диски Google, Yandex, Ukr.net, а також удосконалюватиме навички володіння самим персональним комп'ютером й програмним забезпеченням, що дає доступ до веб-джерел.

Результати реалізації моделі використання ІКТ-технологій у методичній роботі забезпечить педагогові:

- доступ до інформації;
- володіння веб-ресурсами;
- володіння ПК та периферійними пристроями.

Однак вибудовувати методичну роботу слід, враховуючи усі психологічні особливості педагогічних працівників, а саме:

- потреба опанувати нове;
- алгоритм вміння діяти в конкретній ситуації з ІКТ;
- базові потреби знання ІКТ-технологій.

Тільки тоді, коли усі складові методичної роботи будуть добре проаналізовані, перспективно змодельовані, діяльність методичної служби буде результативною, сприятиме підвищенню професійності педагогів і тому підвищуватиме якість навчально-виховного процесу.

#### **Література**

1. Інформаційні технології і засоби навчання: зб. наук. праць /за ред. В.Ю. Бикова, Ю.О. Жука / Інститут засобів навчання АПН України. К.: Атіка, 2005. 272 с.
2. Інформаційне забезпечення навчально-виховного процесу: інноваційні засоби і технології: колективна монографія. К.: Атіка, 2005. 252 с.
3. Латишева С.О. Формування успішної особистості засобами нових інформаційних технологій. *Завуч.* 2009. № 1. С.9.
4. Мельник Н.П. Комп'ютерні технології як засіб розвитку творчої особистості учнів. *Завуч.* 2009. № 11-12. С.38.
5. Милютіна І.А. Технические средства обучения как фактор информатизации образовательного процесса [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://vio.fio.ru/vio\\_29/cd\\_site/Articles/art\\_1\\_4.htm](http://vio.fio.ru/vio_29/cd_site/Articles/art_1_4.htm)
6. Телятник К.В. Проблеми інформаційного супроводу навчально-виховного процесу загальноосвітнього навчального закладу. *Завуч.* 2009. № 1. С.3.
7. Закон України «Про освіту» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>

УДК 373.2:001.895 (082)

**Чобіт Д. Д.**  
студентка магістратури  
Мелітопольського  
державного педагогічного  
університету імені Богдана Хмельницького  
[darya.chobit88@gmail.com](mailto:darya.chobit88@gmail.com)  
Науковий керівник: **Федорова О. В.**  
кандидат педагогічних наук, доцент,

## **ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Дошкільний вік є найбільш важливим періодом у процесі формування особистості людини. Цей період характеризується інтенсивним розвитком різноманітних здібностей, формуванням моральних якостей та рис характеру. Саме в даному віці закладається і зміцнюється фундамент здоров'я та розвитку фізичних якостей, необхідних для ефективної участі дитини в різноманітних формах рухової активності, що, у свою чергу, створює умови для активного і направлено формування й розвитку психічних функцій та інтелектуальних здібностей дошкільника.

Однією зі сторін розвитку особистості є фізичний розвиток, який безпосередньо пов'язаний зі здоров'ям людини. Поняття здоров'я та проблему його збереження досліджують учені різних наукових напрямів – філософи, медики, соціологи, психологи, педагоги. Аналіз наукового фонду засвідчує, що вчені (Т. Андрющенко, А. Абаєв, Г. Апанасенко, Н. Башавець, І. Брехман, Д.Воронін, В. Горащук, О. Дубогай, Н. Зимівець, Ю. Замановський, В. Казначеев, В. Климова, Ю. Лісіцин, В. Петленко, І. Смирнов, Л. Сущенко та ін.) [1, 7] дослідили сутність і структуру поняття «здоров'я» та виокремили чинники, що на нього впливають.

На нашу думку, здоров'я – це стан взаємодії фізичної, психічної, духовної і соціальної складових, наявність високих адаптаційних можливостей організму, що забезпечують повноцінну життєву активність особистості.

Охорона здоров'я дітей та його зміцнення є головним предметом стурбованості дорослих, які створюють сприятливе матеріальне середовище, відповідають за безпеку життєдіяльності, харчування, сприяють руховій активності.

Педагогічна робота, спрямована на вирішення цієї задачі, включає в себе організацію режиму життя дитини, загартовування, застосування спеціальних вправ для розвитку рухової активності.

Важливим фактором здоров'я є фізична активність. Рухова активність забезпечує людині виживання. У кожному віці вона наповнюється різним змістом, але повинна бути присутньою завжди. Для режиму дошкільнику обов'язковими є ранкова гімнастика, рухові ігри, спортивні розваги. Під час організації рухової активності дітей, вихователю необхідно приділяти увагу різним видам діяльності, чергувати активність і відпочинок, при цьому не забувати, що рухи мають бути енергійними та тривалими [3, 5, 8].

Дошкільний вік є вирішальним у формуванні фундаменту фізичного та психічного здоров'я. До 7 років особистість проходить величезний шлях розвитку, який не можливо повторити протягом подальшого життя.

Саме в цей період відбувається інтенсивний розвиток органів та становлення функціональних систем організму, закладаються основні риси особистості, формується характер, ставлення до себе і оточуючих.

Виходячи з цього, стає зрозумілим необхідність формування у дітей ґрунтовної бази знань та практичних навичок щодо здорового способу життя, свідомої потреби в систематичних заняттях фізичною культурою та спортом [3].

В сучасному розумінні поняття здорового способу життя це дотримання певних правил поведінки, які забезпечують гармонійний розвиток особистості в фізичній, психічній, духовній та соціальній сферах життєвої активності.

Основною складовою здорового способу життя є режим дня. Завдяки чітко спланованому режиму дня, організм дитини привчається до певного ритму життя, зміни виду діяльності та оберігає нервову систему від перевтоми. В свою чергу, режим дня забезпечує повторення виконання щоденних гігієнічних процедур в один і той самий час, що сприяє поступовому формуванню навичок та культури поведінки. Подальше зміцнення цих навичок відбувається в іграх, побуті, заняттях.

Не менш важливим є комплексні фізично-оздоровчі заняття, які містять елементи дидактичних ігор та рухових вправ, викликають у дітей позитивні емоційні реакції. Особливу увагу слід приділяти і проведенню загартовуючих процедур, які сприяють зміцненню здоров'я та зниженню захворюваності. Прогулянки є найбільш доступним засобом загартовування організму. Перебування дітей на прогулянці у будь-яку пору року, сприяє підвищенню витривалості і стійкості дошкільників до несприятливих впливів навколишнього середовища, особливо застуди [3, 5].

Надаючи початкове поняття екологічної культури у дітей, ми не тільки виховуємо в них турботливе ставлення до навколишнього середовища, але й в першу чергу формуємо ставлення дитини до себе самої як частини природи, розуміння цінності життя і здоров'я та їхню залежність від екологічного стану навколишнього середовища.

Ця діяльність супроводжується позитивними емоціями, розвиває емоційне сприйняття і розуміння цінностей природи для здоров'я людини, виховує в дитячих душах прагнення і готовність надати дієву допомогу собі та оточуючим. Необхідно вже у дошкільному віці формувати в дітей уявлення про адаптацію людини до життя в природних умовах місця проживання; про здоровий спосіб життя: режим, харчування, житло, фізичну активність, звички, психологію безпечної поведінки і турботи про здоров'я. Дошкільники повинні усвідомлювати можливість особистого внеску у рішення місцевих екологічних проблем з метою покращення навколишнього середовища, що впливає на здоров'я людини.

В межах дослідження особливостей формування здоров'язбережувальних компетенцій дошкільників, нами було заплановано підготовчу роботу з вихователями і батьками, а тільки після цього з дітьми.

В межах роботи з вихователями ми провели анкету на визначення, на думку вихователів, причин погіршення здоров'я сучасних дітей. Для

вихователів було організовано і проведено лекторії з залученням лікаря-педіатра, лікаря-інфекціоніста, організатора фізичного виховання у дитячому садку за темами: «Здоровий спосіб життя як складова частина валеологічного виховання дошкільників», «Їжа – джерело тепла, енергії, росту і здоров'я», «Фізичні вправи – шлях до здоров'я», «Взаємодія дошкільного закладу і сім'ї з формування навичок здорового способу життя в зростаючого покоління». Наступним етапом стало опитування батьків з метою визначення ставлення до здорового способу життя. З батьками були проведені батьківські збори за темою «Правильне харчування – запорука здоров'я дитини», короткі консультації в «Куточку для батьків» та відбулося обговорення рекомендацій і пам'яток на тему «Це необхідно робити вдома» (комплекс загальнорозвивальних фізичних вправ); «Комплекс вправ і масажу для очей»; «Як правильно доглядати за зубами», «Режим дня вашої дитини» та ін.

Організуючи дослідницьку діяльність з дітьми старшого дошкільного віку, в ході спостережень, опитувань та ігрової діяльності нами було визначено, що:

- На запитання щодо особливостей здорового способу життя, більшість з вихованців визнали важливими для здоров'я лише окремі складові здорового способу життя. Типовими були відповіді: «Якщо їсти багато шоколадок і цукерок можуть заболіти зубки. А якщо наїстися холодного морозива заболить горло». «Багато бігати – це корисно». Але серед дітей були і відповіді «Не знаю» саме на це запитання.

- Наступні запитання мали на меті виявити рівень знань дітей про особливості дотримання режиму дня, особистої гігієни, правильного (раціонального) харчування, важливість занять фізичною культурою й спортом та загартовувальними процедурами, а також пояснити, чому це важливо робити. Аналіз отриманих даних засвідчив, що більшість дітей лише могли ствердити важливість дотримання перелічених вище складових здорового способу життя, а пояснити, як і чому це потрібно робити не зуміли.

- Ставлячи дітям запитання «Звідки ти про це знаєш?», ми мали на меті з'ясувати джерело здобутої інформації. В результаті бесід з'ясовано, що більшість дошкільників не мають ґрунтовних знань, а те, що знають, отримують у відносно рівних пропорціях з трьох напрямків: від батьків, вихователів, з власного досвіду.

- Особливо ми намагалися з'ясувати, чи хочуть діти знати більше про те, що слід робити, аби бути здоровим? Здебільшого дошкільників зацікавило, чи можна пізно лягати спати і не спати в обід; що треба їсти; чи можна не митися тощо.

- На запитання: «Що таке режим дня і як його дотримуватись?» більшість дітей вказували на необхідність спати в обід, гуляти.

Отже, ми можемо зробити висновок, що дошкільний вік – найважливіший період формування особистості. В цьому віці головне – не засвоєння дитиною достатньо складних для її віку знань, а загальне розуміння цілісності людського організму, взаємозв'язку способу життя зі здоров'ям людини. В подальшій своїй роботі плануємо розробити корекційно-розвивальну програму щодо

формування здоров'язбережувальних компетентностей у дітей дошкільного віку.

### Література

1. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей старшого дошкільного віку: методичний посібник/ Т.К.Андрющенко. Тернопіль: Мандрівець, 2016. 120 с.
2. Базовий компонент дошкільної освіти України / наук. кер. А.М. Богуш. К.: Видавництво, 2012. 26с.
3. Богініч О.Л. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку: навч.-метод. посібник / О.Л.Богініч, Н.В. Левінець, Л.В.Лохвицька, Л.А.Сварковська. К. : Генеза, 2013. 128 с.
4. Дитина: Освітня програма для дітей від двох до семи років / наук. кер. проекту: В. О. Огнев'юк; авт. кол.: Г. В. Беленька, О. Л. Богініч, Н. І. Богданець – Білоскаленко та ін.; наук. ред.: Г. В. Беленька, М. А. Машовець; Мін. осв. і науки України, Київ. ун.-т. ім. Б. Грінченка. К.: Київ. ун-т. ім. Б. Грінченка, 2016. С.15-19.
5. Дошкільне фізичне виховання дітей: навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту / Н. В. Москаленко, З.В. Анастасьєва, Т.В. Сичова, Н.Г. Лапшина. Д. : Інновація, 2011. 143 с.
7. Організація оздоровчої роботи в ДНЗ / упоряд. Л. А. Швайка. Х.: Вид. група «Основа», 2011. С. 111- 153.
8. Рунова М. О. Рухова активність дитини в дитячому садку : посіб. для працівників дошкільних закладів, викладачів, студентів / М. О. Рунова. Х. : Ранок, 2007. 192 с.

УДК 159.99

**Чорна І.М.**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології розвитку та консультування  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка  
[irynachorna@ukr.net](mailto:irynachorna@ukr.net)

### **ВПЛИВ 12-ТИ БАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ОЦІНЮВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ШКОЛЯРА**

**Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями.** З 2000 року в школах України діє 12-бальна шкала (система) оцінювання навчальних досягнень учнів, яку було введено згідно з Наказом Міністерства освіти і науки України від 04.09.2000 N 428/48 «Про запровадження 12-бальної шкали оцінювання навчальних досягнень учнів у системі загальної середньої освіти» [4]. Зважаючи на особливості психіки, людина будь-якого віку потребує об'єктивної оцінки її діяльності. Для дорослих форма оцінки діяльності може бути вербальною, матеріальною. У дошкільному віці діти особливо потребують оцінювальних суджень батьків,