**УДК 37. 018. 46**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ** **КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Ус Валентина Анатольевна**

***Воспитатель***

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЯСЛИ – САД КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА № 327 ГОРОДА ДОНЕЦКА»**

***Аннотация:*** Актуальной проблемой последних десятилетий является ухудшение состояния здоровья у подрастающего поколения. Обоснованным и наиболее перспективным путем решения проблемы является формирование основ культуры здорового образа жизни, начиная с дошкольного возраста. Многогранность проблемы формирования культуры здорового образа жизни в дошкольном возрасте, обусловленная отсутствием единого научного подхода к пониманию проблемы, а также возрастными особенностями детей, определяющими специфику процесса ее формирования.

***Ключевые слова*:** здоровье, культура, старший дошкольный возраст, педагогические условия.

В современных условиях одной из значимых проблем общества является состояние здоровья людей, в том числе и подрастающего поколения. По данным Всемирной организации здравоохранения ежегодно отмечается ухудшение состояния здоровья детей, о чем свидетельствуют статистические данные. На этом фоне наблюдается повышенное внимание исследователей к проблеме формирования основ культуры здорового образа жизни ребенка.

В научных исследованиях формирование культуры здорового образа жизни рассматривается и как процесс, и как результат осознанного и целенаправленного освоения содержания понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», появления здоровьесберегающего поведения, устойчивой мотивации сохранения и укрепления здоровья.

Культура здорового образа жизни является частью общей культур человека, которая формируется с рождения. В психолого-педагогических исследованиях проблема культуры здорового образа жизни рассматривается Р.И. Айзмана, Н.Я. Веленского и другими учеными [1-3]. Они отмечают, что культура здорового образа жизни личности является сложным многокомпонентным образованием, которое формируется на протяжении всей жизни человека, в связи с чем важно как можно раньше, а именно с дошкольного возраста, уделять внимание формированию культуры здорового образа жизни.

Культуру здоровья и здоровый образ жизни важно рассматривать как категории целенаправленного воспитательного, мировоззренческо-преобразующего воздействия на формирование развивающейся личности.

Данный контекст основывается на идее здоровья человека как гармоничной и открытой биоэнергоинформационной системы, взаимодействующей с различными факторами окружающей среды, преобразование которых оказывает неизбежное влияние на человека.

Анализ современных программ дошкольного образования показывает, что вопросы укрепления здоровья детей приобретают все большую значимость, но в большинстве программ формируемые у детей представления о здоровье и навыки здоровьесберегающего поведения не образуют целостную взаимосвязанную систему, что влияет на результат формирования культуры здорового образа жизни.

Кроме того, наряду с целенаправленной организацией работы по формированию культуры здорового образа жизни, важное значение имеет создание необходимых условий.

На седьмом году жизни складываются благоприятные предпосылки для формирования культуры здорового образа жизни, к числу которых относится развитие когнитивной сферы ребенка, позволяющего усваивать больший объем информации, устанавливать причинно-следственные связи, выраженное стремление подражать образцам поведения взрослого, который выступает для ребенка в качестве авторитета.

Анализ проблемы культуры здорового образа жизни обращает нас, прежде всего, к рассмотрению данного понятия, которое тесным образом взаимосвязано с такими понятиями как «здоровье», «здоровый образ жизни», «культура».

По определению М.Я. Виленского, здоровье представляет собой соответствующий возрасту уровень физического, психического развития, развития физиологических систем, легкую адаптацию к меняющимся условиям и отсутствие заболеваний [3].

По мнению В.В. Давидович, здоровье является целостным динамическим образованием в совокупности его позитивных и негативных показателей, которые развиваются в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной среды и позволяют человеку осуществлять в разной степени его биологические и социальные функции [4].

Культура в широком смысле слова представляет собой совокупность достижений человечества в различных сферах жизни.

На данный момент в научной литературе содержание понятия «здоровый образ жизни» однозначно не определено.

Проанализируем ряд определений данного понятия с целью выявления его сущностных характеристик. С.И. Горчак рассматривает здоровый образ жизни, как глобальную, социальную проблему, которая характеризует недостаточную сформированность у людей потребности в сохранении и укреплении здоровья, проявляющаяся в осознанных действиях, направленных на укрепление здоровья [4].

Г.М. Соловьева определяет здоровый образ жизни, как образ жизни отдельного человека, который направлен на профилактику болезней и укрепление здоровья [9]. А.И. Киеня, определяя здоровый образ жизни, рассматривает его, как поведение человека, которое отражает определенную жизненную позицию, направленную на сохранение и укрепление здоровья [10].

С.А. Крылатов считает, что здоровый образ жизни - это динамическая система, состоящая из ряда взаимосвязанных компонентов, отражающих жизненные цели и ценности, касающиеся здоровья и соответствующую модель поведения [5].

Здоровый образ жизни, по мнению Р.И. Айзмана – это способы организации физической, социальной и духовной жизнедеятельности человека, которые обеспечивают действенное развитие, работоспособность и долголетие [1].

В рамках исследования мы придерживаемся позиции Э.Н. Антонелене в отношении определения культуры здорового образа жизни, под которой автор понимает сознательную систему действий и отношений, которые определяют качество человеческого здоровья, отношения к своему здорового образа жизни [2].

Седьмой год жизни является значимым периодом для формирования культуры здорового образа жизни. Г.А. Хакимова, Г.Н. Гребенюк указывают, что в старшем дошкольном возрасте у детей может быть сформировано ценностное отношение к здоровью.

Исследователями выделены критерии ценностного отношения и показатели. О сформированности ценностного отношения к здоровью у детей седьмого года жизни свидетельствуют с точки зрения когнитивного компонента: представления о сущности здоровья и факторах, его формирующих; знания о ценности здоровья, как необходимой предпосылки для полноценной жизни человека; суждения о необходимости быть здоровыми. В плане эмоционально-оценочного компонента: эмоциональная окрашенность при выполнении действий, направленных на сохранение и укрепление здоровья; оценочная деятельность. В плане поведенческо-деятельностного компонента: оперирование знаниями о том, что здоровье – это ценность в разных видах деятельности [11, 12]

Проведенное исследование данных авторов показало, что у детей седьмого года жизни не только сформированы на определенном уровне ценностное отношение к здоровью, но и этот уровень может быть повышен с помощью специально организованной работы.

Организация этого процесса обуславливает необходимость учета актуального уровня сформированности культуры здорового образа жизни. В проведенном исследовании мы выявляли организационно-педагогические условия формирования основ культуры здорового образа жизни у детей седьмого года жизни.

В качестве педагогических условий развития основ культуры здорового образа жизни у старших дошкольников мы выделили готовность педагогов к формированию основ культуры здорового образа жизни, состояние развивающей предметно-пространственной среды группы и готовность родителей к формированию основ культуры здорового образа жизни.

В результате анализа педагогических условий формирования основ культуры здорового образа жизни мы выявили необходимость организации работы по повышению уровня готовности педагогов и родителей к формированию основ культуры здорового образа жизни, а также по созданию развивающей предметно-пространственной среде в группах.

**Список литературных источников**

1. Айзман Р.И. Физиологические основы здоровья / Р.И. Айзман, А.Я. Тернер. – Новосибирск : Лада, 2011. – 524 с.
2. Антонелене Э.Н. Воспитание культуры здоровья ребенка в условиях инновационного образовательного учреждения / Э.Н. Антонелене. – Ставрополь, 2016. – 210 с.
3. Виленский М.Я. Методологический анализ общего и особенного в понятиях «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни» / М.Я. Виленский, С.О. Авчинникова // Теория и практика физической культуры. − 2004. − № 11. − С. 2–7.
4. Горчак С.И. К вопросу о дефиниции здорового образа жизни / С.И. Горчак // Здоровый образ жизни. Социально-философские и медико-биологические проблемы. – Кишинев, 2001. – 63 с.
5. Давидович В.В. Здоровье как философская категория / В.В. Давидович, А.В. Чекалов // Валеология. – 2003. – № 1. – С. 18– 24.
6. Крылатов С.А. Культура здорового образа жизни [Электронный ресурс] / С.А. Крылатов // Учёные записки ЗабГУ. Серия: Философия, социология, культурология, социальная работа. – 2013. – № 4 (51). – С. 56 –61.
7. Кутепов М.М., Ваганова О.И., Трутанова А.В. Возможности здоровьесберегающих технологий в формировании здорового образа жизни // Балтийский гуманитарный журнал. 2017. Т. 6. № 3 (20). С. 210-213.
8. Рахматов А.А. Научные основы здорового образа жизни / А.А. Рахматов // Образование и воспитание. – 2016. – № 2. – С. 5–7.
9. Соловьев Г.М. Культура здорового образа жизни (теория, методика, системы: учебное пособие / Г.М. Соловьев, Н.И. Соловьева. − М. : Илекса, 2008. − 432 с.
10. Тюмасева З.И., Орехова И.Л., Быстрай Е.Б., Артёменко Б.А., Челнокова Е.А. Детерминанты процесса формирования здорового образа жизни у обучающихся // Самарский научный вестник. 2019. Т. 8. № 1 (26). С. 307-313.
11. Хакимова Г.А. Гребенюк Г.Н. Формирование ценностного отношения к здоровью у детей : Монография / Г.А. Хакимова, Г.Н. Гребенюк. – Нижневартовск : Изд–во Нижневарт. гуманит. ун−та, 2010. – 175 с.
12. Чиркова В.М. Формирование здорового и безопасного образа жизни в начальной школе // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8. № 3 (28). С. 181-184.