

ДОШКІЛЬНА ОСВІТА

 <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2026-3-163-170>

 <https://orcid.org/0000-0002-2423-1343>

АЛЕНДАРЬ Надія

кандидатка педагогічних наук, доцентка катедри загальної педагогіки та дошкільної освіти,
Волинський національний університет імені Лесі Українки

 alendar.n@gmail.com

УДК 373.2:613.955(043)

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку як одного з пріоритетних напрямів сучасної дошкільної освіти. Актуальність дослідження зумовлена погіршенням стану здоров'я дітей, зростанням гіподинамії, порушенням режиму дня, нераціональним харчуванням та надмірним використанням цифрових технологій, що негативно впливають на фізичний і психічний розвиток дитини.

Обґрунтовано, що дошкільний вік є чутливим періодом для формування базових цінностей, зокрема усвідомленого ставлення до власного здоров'я як важливої життєвої цінності.

Проаналізовано нормативно-правову базу, яка визначає формування здоров'язбережувальної компетентності та ціннісного ставлення до здоров'я одним із ключових результатів освітнього процесу.

Розкрито сутність понять «здоровий спосіб життя», «здоров'язбережувальна компетентність», «ціннісне ставлення до здоров'я», підкреслено їх інтегративний характер і взаємозв'язок із мотиваційною, когнітивною та поведінковою сферами особистості дитини.

Узагальнено наукові підходи до визначення педагогічних умов формування ціннісного ставлення до здоров'я. Особливу увагу приділено характеристичі здоров'язбережувального освітнього середовища як цілісної системи, що поєднує санітарно-гігієнічні, психолого-педагогічні та організаційні складники.

Висвітлено роль різних форм і методів роботи (фізкультурні заняття, рухливі ігри, оздоровчі процедури, інтерактивні та ігрові технології) у формуванні в дітей практичних навичок і позитивної мотивації до здорового способу життя.

Обґрунтовано значення педагогічної компетентності вихователя як чинника ефективності виховного впливу, а також доведено важливість узгодженої співпраці між закладом дошкільної освіти та родиною у формуванні здоров'язбережувальної поведінки дитини.

Наголошено на необхідності системного, цілісного та діяльнісного підходу до організації освітнього процесу.

Зроблено висновки, що ефективність формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку забезпечується комплексною реалізацією взаємопов'язаних

педагогічних умов, що сприяють гармонійному розвитку особистості дитини, формуванню її життєвих компетентностей, позитивної мотивації до збереження і зміцнення здоров'я та усвідомленого ставлення до власного фізичного і психічного благополуччя.

Ключові слова: діти дошкільного віку; ціннісне ставлення; здоровий спосіб життя; здоров'язбережувальна компетентність.

Постановка проблеми. Актуальність дослідження проблеми формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку зумовлена сукупністю соціальних, педагогічних, медико-психологічних і нормативних чинників, що визначають сучасні пріоритети розвитку дошкільної освіти в Україні.

Стан здоров'я дітей дошкільного віку впродовж останніх років характеризується тенденцією до його погіршення. Зростання рівня гіподинамії, порушення режиму дня, нераціональне харчування та надмірне використання цифрових технологій негативно впливають на фізичний і психічний розвиток дитини. У цих умовах особливого значення набуває не лише збереження і зміцнення фізичного здоров'я дитини, а й формування усвідомленого, позитивного, ціннісного ставлення до здоров'я як життєвої цінності з раннього дитинства.

Закон України «Про дошкільну освіту» (Про дошкільну освіту, 2024) визначає формування ціннісного ставлення до здорового способу життя одним із пріоритетних напрямів освітнього процесу в закладах дошкільної освіти. У Законі зазначено, що дошкільна освіта спрямована на забезпечення цілісного та всебічного розвитку дитини шляхом виховання, навчання, соціалізації та формування необхідних життєвих навичок і компетентностей. Формування здоров'язбережувальної компетентності закріплюється як один із результатів дошкільної освіти. У Законі задекларовано, що освітній процес повинен організовуватися у безпечному, здоровому та інклюзивному середовищі з урахуванням фізичного, психічного

та інтелектуального розвитку дітей. Це свідчить про інтеграцію фізичного, психічного й соціального компонентів здоров'я у зміст дошкільної освіти.

Важливим аспектом є положення статті 19, відповідно до якої кожен заклад дошкільної освіти зобов'язаний формувати здорове освітнє середовище та систематично здійснювати заходи з охорони здоров'я вихованців. Закон гарантує дітям право на здобуття якісної дошкільної освіти у безпечному та здоровому середовищі, а також передбачає організацію раціонального харчування, медичного обслуговування й психолого-педагогічного супроводу.

Такі положення спрямовані на забезпечення не лише фізичного благополуччя дітей, а й формування у них первинних уявлень про здоров'я та навички здорового способу життя.

Так, Державний стандарт дошкільної освіти (Базовий компонент ДО, 2021) підкреслює пріоритет формування особистісної компетентності, складником якої є здатність дитини дбати про власне здоров'я, дотримуватися здорового способу життя та безпечної поведінки. Водночас акцент переноситься з простого засвоєння знань про здоров'я на формування цінностей, установок і поведінкових практик, що значно ускладнює педагогічні завдання та потребує наукового осмислення ефективних умов їх реалізації.

Усвідомлення власних цінностей є важливим етапом процесу самопізнання та формування особистісної ідентичності. Воно передбачає глибоке осмислення індивідом тих життєвих орієнтирів, які визначають його ставлення до себе, інших людей і навколишнього світу. Цінності виконують функцію внутрішніх регуляторів поведінки, спрямовуючи діяльність особистості та забезпечуючи її орієнтацію в різноманітних життєвих ситуаціях. Вони знаходять своє відображення у повсякденних виборах, поведінкових моделях, характері міжособистісної взаємодії та ставленні людини до соціального середовища. Система цінностей визначає формування життєвих цілей, морально-етичних принципів і способів соціальної взаємодії.

Саме дошкільний вік є сенситивним періодом для становлення базових ціннісних орієнтацій особистості, а саме: формування первинних уявлень про власне тіло, фізичне самопочуття, безпечну поведінку, рухову активність, елементарні навички самозбереження та здорового способу життя.

Сучасні нормативно-правові документи у сфері дошкільної освіти орієнтують педагогів на компетентнісний і ціннісний підходи, підкреслюючи необхідність формування

в дітей життєво важливих компетентностей, зокрема здоров'язбережувальної.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових досліджень засвідчує, що проблема здоров'язбереження дітей дошкільного віку достатньо широко представлена в психолого-педагогічній літературі. Проблематика збереження та зміцнення здоров'я дітей висвітлена у працях Т. Андрущенко, О. Богиніч, Е. Вільчковського, Л. Волкова, Н. Денисенко, О. Дубогай, О. Іванашко, Н. Лисенко, Л. Лохвицької, З. Плохій та ін. Питання формування здорової особистості в період дошкільного дитинства знайшли відображення у наукових дослідженнях І. Бега, О. Кононко, В. Кузьменко, С. Ладивір, А. Сварковської, Н. Семенової.

Проте спостерігається суперечність між потребою суспільства у формуванні в дітей стійкої мотивації до здорового способу життя та недостатнім рівнем усвідомлення дошкільниками цінності власного здоров'я. Значна частина дітей не має сформованих елементарних навичок здоров'язбережувальної поведінки, не усвідомлює важливості дотримання режиму дня, раціонального харчування, фізичної активності та особистої гігієни.

Незважаючи на наявність сучасних освітніх програм і нормативних вимог, у педагогічній практиці часто домінує епізодичний підхід до ознайомлення дітей із питаннями збереження здоров'я, що не забезпечує системного закріплення відповідних моделей поведінки. Така ситуація значною мірою зумовлена відсутністю цілісної методичної системи організації здоров'язбережувального освітнього середовища, недостатньою інтеграцією валеологічного змісту в різні види дитячої діяльності, а також обмеженням використання діяльнісних і практико-орієнтованих форм роботи з дітьми. Нерідко здоров'язбережувальний аспект розглядається як додатковий, а не інтегрований складник освітнього процесу, що знижує його ефективність. В умовах сім'ї проблема поглиблюється через відсутність чітких орієнтирів і недостатню увагу до формування в дітей здорових звичок у повсякденному житті, що призводить до розриву між декларованими цілями виховання та реальними практиками їх реалізації.

Отже, питання формування саме ціннісного ставлення до здорового способу життя та педагогічних умов цього процесу досі залишаються недостатньо систематизованими, що зумовлює потребу в поглибленому теоретичному та практичному опрацюванні цієї проблеми.

Мета статті – теоретичне обґрунтування та визначення педагогічних умов формування

ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. За висновками О. Кононко та О. Кочерги, формування здорової особистості має розпочинатися від народження дитини з особливим посиленням педагогічного впливу в дошкільному віці. Це зумовлено тим, що, по-перше, саме цей віковий період характеризується наявністю сенситивних фаз розвитку; по-друге, у дітей дошкільного віку відсутні значною мірою суб'єктивні передумови до виникнення захворювань; по-третє, у процесі активної діяльності можливо ефективно сформувані свідоме й відповідальне ставлення до власного здоров'я (Кононко, 1998; Кочерга, 2017).

Розглядаючи критерії здоров'я дітей дошкільного віку, Г. Беленька, О. Богініч, М. Машовець пропонують диференціювати їх за такими вимірами: для морального здоров'я – «я обираю» (що відображає особистісний, відповідальний вибір індивіда), для духовного – «я прагну», а для соціального – «я здатний». Відповідність цим критеріям забезпечує гармонійність життєдіяльності особистості та узгодженість її біологічної, психічної, духовної й соціальної складових. Зазначені підходи були покладені в основу визначення структурних компонентів поняття «здорова особистість дитини шостого року життя» (Беленька, Богініч, Машовець, 2006).

Дотримання підростаючим поколінням вимог здорового способу життя сприяє формуванню у них здоров'язбережувальної компетентності як сукупності знань, умінь і навичок здорового способу життя. На думку А. Антонової та Н. Поліщук, структура здоров'язбережувальної компетентності повинна містити низку життєвих навичок, що сприяють формуванню здорового способу життя (Антонова, Поліщук, 2016). О. Іванашко акцентує увагу на визначальній ролі об'єктивної мотивації, яка зумовлює активність дитини та забезпечує підпорядкування безпосередніх імпульсивних дій опосередкованим мотивам. Усвідомлення мотивів власної діяльності розглядається у тісному взаємозв'язку зі становленням самосвідомості в структурі особистісного розвитку. Важливим показником цього процесу, за автором, є перехід поведінки на рівень свідомої регуляції (Іванашко, 2001). У цьому контексті здоровий спосіб життя постає як специфічна форма життєдіяльності, спрямована на розвиток, збереження та відтворення фізичного, соціального й особистісного здоров'я (Алендарь, & Семенова, 2022).

Т. Андрющенко розглядає поняття «культура здоров'я» як інтегративну характе-

ристику особистості та її діяльності, що відображає синтетичну природу культури, яка об'єднує створення людиною матеріальних і духовних цінностей як результат системи її ставлення до природи, суспільства, самої себе і свого здоров'я, зв'язку людини зі світом і прояву в ньому через створювані нею цінності (Андрющенко, 2014, с. 54).

За трактуванням А. Печка ціннісне ставлення до здоров'я розглядається як інтегративне навчання особистості, яке визначається наявністю у дітей необхідних уявлень про здоров'я, здоровий спосіб життя, сформованість стійкої мотивації на здоров'я, слідуванням такого стереотипу поведінки, в основі якого здоров'я людини усвідомлюється як найвища цінність. Потреба особистості у здоров'ї має бути спрямованою на мотиваційну сферу й атрибут здоров'я як відображення способу життя (Печка, 2021).

Н. Денисенко розглядає свідоме ставлення до здоров'я як «активну спрямованість дитини на своє здоров'я, що базується на визначенні його високої об'єктивної значущості в суспільстві та суб'єктивного особистісного смислу» (Денисенко, 2008, с. 4).

У свою чергу, А. Печка зазначає, що ціннісне ставлення до власного здоров'я характеризується наявністю у дітей старшого дошкільного й молодшого шкільного віку необхідних знань про основи здоров'я, мотивації щодо його збереження, усвідомлення цінності здоров'я, навичок здорового способу життя (Печка, 2021, с. 174).

У своїх дослідженнях автор визначив умови організації здоров'ясприятливого освітнього середовища у закладі дошкільної освіти й початкової школи:

- забезпечення просторово-предметної достатності для здійснення здоров'язбережувальної діяльності у навчальних закладах;
 - конструювання здоров'язбережувального змісту освіти та виховання дітей 6–7 року життя у відповідності до сучасних тенденцій і уявлень щодо формування ціннісного ставлення до здоров'я, позитивної мотивації на здоровий спосіб життя і дотримання здорового способу життя;
 - застосування здоров'язбережувальних технологій, методів навчання й виховання відповідно до мети педагогічної системи формування ціннісного ставлення до здоров'я дітей 6–7 року життя;
 - між учасниками освітнього процесу – встановлення гуманних демократичних стосунків (Печка, 2021, с. 222).
- Дослідник зазначає, що формування основ ціннісного ставлення до здоров'я буде ефективним, якщо:
- дотримуватись суб'єкт-суб'єктних відносин («дорослий – дитина»);
 - спрямовувати виховний процес на розвиток особистісних цінностей;

– основи ціннісного ставлення до здоров'я будуть визначатись як важливий компонент виховного процесу, що забезпечує самопізнання, самореалізацію й саморозвиток дитини;

– утверджувати активну життєву позицію дитини, збагачувати її соціальний досвід;

– організовувати спільну діяльність дітей, спрямовану на досягнення суспільно значимих результатів;

– забезпечувати реалізацію наступності в роботі закладів дошкільної освіти й початкової школи (Печка, 2021).

Отже, аналіз науково-педагогічної літератури (Т. Андрющенко, О. Богініч, Н. Денисенко та ін.) дав змогу констатувати, що поняття «ціннісне ставлення до здоров'я» включає в себе сукупність певних умов, а саме: гігієнічних, медичних, педагогічних, психологічних. Особливу увагу слід приділити створенню здоров'язбережувального освітнього середовища в закладі дошкільної освіти, що сприяє гармонійному фізичному, психічному й соціальному розвитку дитини.

Реалізація цієї педагогічної умови охоплює дотримання санітарно-гігієнічних вимог, раціональну організацію режиму дня, забезпечення достатньої рухової активності дітей, створення позитивного психологічного клімату в групі та впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес. Важливого значення набуває організація предметно-просторового середовища, яке має стимулювати дітей до активної діяльності, самостійності та формування навичок здорового способу життя.

Здоров'язбережувальне освітнє середовище також передбачає використання різних форм і методів роботи, спрямованих на зміцнення здоров'я дітей: ранкової гімнастики, фізкультурних занять, рухливих ігор, дихальної гімнастики, загартувальних процедур, релаксаційних вправ та елементів арттерапії.

Так, ранкова гімнастика розглядається як одна з базових форм організації рухової активності дітей, спрямована на активізацію фізіологічних процесів після сну. Її систематичне проведення сприяє нормалізації функціонування серцево-судинної та дихальної систем, підвищенню м'язового тону та загальної працездатності організму. У педагогічному контексті ранкова гімнастика виконує також організуючу функцію, формуючи у дітей дисциплінованість і потребу в щоденній руховій активності.

Фізкультурні заняття є провідною формою цілеспрямованого фізичного виховання, що забезпечує комплексний розвиток рухових якостей дитини. Їх значення полягає у формуванні базових рухових умінь і навичок, розвитку фізичних якостей

(сили, витривалості, гнучкості, спритності, координації), а також зміцненні опорно-рухового апарату. Науково обґрунтована побудова занять дозволяє здійснювати диференційований підхід до дітей з урахуванням їхніх індивідуальних можливостей та стану здоров'я.

Рухливі ігри виступають ефективним засобом інтеграції фізичного та психоемоційного розвитку дитини. Вони забезпечують природну потребу у руховій активності, сприяють розвитку швидко-силових якостей, координації рухів і витривалості. Водночас рухливі ігри виконують важливу соціалізуючу функцію, формуючи навички взаємодії, комунікації та дотримання правил поведінки у групі.

Дихальна гімнастика має вагоме значення у профілактиці захворювань органів дихання та оптимізації функціонального стану організму. Вона сприяє покращенню вентиляції легень, насиченню крові киснем, а також регуляції емоційного стану. Методично доцільним є використання ігрових прийомів, що підвищує мотивацію дітей і забезпечує ефективність виконання вправ.

Загартувальні процедури є важливим компонентом системи зміцнення здоров'я дітей, оскільки сприяють підвищенню неспецифічної резистентності організму до несприятливих факторів довкілля. Їх регулярне застосування (повітряні, водні, сонячні процедури) забезпечує розвиток адаптаційних механізмів, знижує рівень захворюваності та формує основи здорового способу життя.

Релаксаційні вправи відіграють значну роль у збереженні психічного здоров'я дітей, оскільки спрямовані на зниження психоемоційного напруження та відновлення функціонального стану організму. Використання технік м'язового розслаблення, дихальних вправ у поєднанні з музичним супроводом сприяє формуванню навичок саморегуляції та емоційної стабільності.

Елементи арттерапії є ефективним засобом гармонізації психоемоційного стану дітей. Через різні види творчої діяльності (малювання, ліплення, музикотерапія, казкотерапія) дитина отримує можливість виразити свої емоції, знизити рівень тривожності та розвинути креативні здібності. Включення арттерапевтичних методів у освітній процес закладу дошкільної освіти сприяє створенню психологічно комфортного середовища та підтримці позитивного емоційного клімату.

Таким чином, застосування різних форм і методів роботи у здоров'язбережувальному освітньому середовищі має комплексний характер і забезпечує всебічний розвиток дитини. Їх ефективність залежить від

систематичності застосування, науково-методичного обґрунтування та врахування індивідуальних особливостей дітей. Комплексний підхід до організації здоров'язбережувальної діяльності сприяє формуванню культури здоров'я та закладає основу для подальшого гармонійного розвитку особистості. Діти повинні усвідомлювати значення особистої гігієни, правильного харчування, фізичної активності, безпечної поведінки та дотримання режиму дня. При цьому особлива увага приділяється не лише засвоєнню знань, а й формуванню внутрішньої мотивації до здорового способу життя.

Важливим аспектом є інтеграція змісту здоров'язбережувальної освіти у різні види дитячої діяльності (ігрову, рухову, пізнавальну, художньо-творчу), що передбачає цілісне включення знань, умінь, навичок і цінностей здорового способу життя у всі напрями освітнього процесу закладу дошкільної освіти. Такий підхід забезпечує природне засвоєння дітьми валеологічних знань та формування практичних навичок здорового способу життя у повсякденній діяльності.

Передусім інтеграція здійснюється через ігрову діяльність, яка є провідною в дошкільному віці. У процесі сюжетно-рольових, дидактичних і рухливих ігор діти засвоюють елементарні знання про здоров'я, правила гігієни, безпечної поведінки, основи правильного харчування. Використання ігрових ситуацій (наприклад, «лікарня», «аптека», «спортивна зала») сприяє формуванню у дітей навичок догляду за власним здоров'ям, розвитку відповідального ставлення до нього. Дидактичні ігри валеологічного змісту забезпечують закріплення знань у доступній і привабливій формі.

У руховій діяльності здоров'язбережувальний зміст інтегрується через фізкультурні заняття, рухливі ігри, естафети, спортивні свята, ранкову гімнастику, гімнастику пробудження та оздоровчі вправи. Під час такої діяльності у дітей формується усвідомлення значення фізичної активності для зміцнення здоров'я, розвитку сили, витривалості та координації рухів. Водночас дошкільники набувають досвіду дотримання правил безпечної поведінки та навичок самоконтролю.

У межах пізнавальної діяльності інтеграція передбачає ознайомлення дітей із елементарними уявленнями про будову тіла людини, функції основних органів, значення режиму дня, харчування, сну та рухової активності. Це здійснюється через бесіди, спостереження, дослідницько-пошукову діяльність, розв'язання проблемних ситуацій. Важливим є формування причинно-наслідкових зв'язків між способом життя і станом

здоров'я, що сприяє розвитку усвідомленого ставлення дітей до власного організму.

У художньо-творчій діяльності здоров'язбережувальний зміст реалізується через малювання, ліплення, аплікацію, музичну діяльність, читання художніх творів та інсценізації. Діти відображають у творчих роботах уявлення про здоровий спосіб життя, корисні звички, фізичну активність, емоційне благополуччя. Художньо-творча діяльність сприяє емоційному осмисленню цінності здоров'я та розвитку позитивного ставлення до здоров'язбережувальної поведінки.

Не менш значущим у ефективному формуванні ціннісних орієнтацій дітей дошкільного віку є педагогічна компетентність вихователя. Вихователь має володіти знаннями про закономірності розвитку ціннісної сфери дошкільників, особливості формування їхніх мотиваційних установок, а також методами і прийомами виховання ціннісного ставлення до себе, інших людей і навколишнього світу, зокрема до власного здоров'я.

Ефективність формування ціннісних орієнтацій значною мірою залежить від узгодженості між декларованими педагогом нормами і його реальною діяльністю, способами взаємодії з дітьми, стилем спілкування. Позитивний емоційний клімат у групі, довіра, підтримка та повага до особистості дитини сприяють глибшому засвоєнню цінностей і перетворенню їх на внутрішні переконання.

Важливим складником педагогічної компетентності є готовність вихователя до постійного професійного саморозвитку, оволодіння вихователем сучасними педагогічними технологіями, спрямованими на формування ціннісних орієнтацій. До них належать технології особистісно орієнтованого навчання, діяльнісний підхід, інтерактивні методи взаємодії, ігрові, проєктні, проблемно-пошукові методи, а також технології здоров'язбереження.

Важливим аспектом у процесі формування в дітей дошкільного віку ціннісного ставлення до власного здоров'я та навичок здоров'язбережувальної поведінки є організація цілеспрямованої партнерської співпраці педагогів і батьків.

Передусім така взаємодія базується на принципах партнерства, довіри, відкритості та взаємної відповідальності за результати виховання дитини. Заклад дошкільної освіти виступає координатором і науково-методичним центром, який забезпечує батьків необхідною інформацією, рекомендаціями та педагогічною підтримкою у питаннях формування здорового способу життя дітей.

Важливим завданням педагогів є підвищення педагогічної культури батьків щодо питань здоров'язбережувального виховання. У процесі такої діяльності батьки ознайомлюються з віковими особливостями розвитку дитини, основами раціонального харчування, значенням рухової активності, режиму дня, особистої гігієни та емоційного благополуччя. Це сприяє підвищенню рівня їхньої педагогічної компетентності та формуванню відповідального ставлення до здоров'я власної дитини.

Інформаційно-просвітницька робота з батьками здійснюватися через консультації, бесіди, батьківські збори, тренінги, семінари, майстер-класи, інформаційні стенди, буклети та онлайн-комунікацію.

Консультації є однією з провідних індивідуалізованих форм роботи з батьками, що дозволяє надавати цілеспрямовану допомогу з питань фізичного, психічного та соціального розвитку дитини. У межах консультацій педагог має можливість врахувати індивідуальні особливості дитини, рівень обізнаності батьків, їхні запити та проблеми. Вони сприяють формуванню партнерських відносин між педагогами і родиною та забезпечують адресність педагогічного впливу.

Бесіди виступають доступною та гнучкою формою комунікації, що реалізується у повсякденній взаємодії з батьками. Вони забезпечують оперативний обмін інформацією щодо стану здоров'я дитини, її поведінки, успішності адаптації, а також спрямовані на формування у батьків свідомого ставлення до здоров'язбережувальних практик. Бесіди можуть мати як спонтанний, так і плановий характер, що підвищує їх ефективність у педагогічній практиці.

Батьківські збори є традиційною колективною формою роботи, що дозволяє системно розглядати актуальні питання розвитку, виховання і здоров'я дітей. Їх значення полягає у створенні єдиного інформаційного простору для обговорення стратегічних аспектів освітнього процесу, ознайомлення батьків з принципами здоров'язбережувальної діяльності ЗДО. Сучасні підходи передбачають відхід від суто інформативного характеру зборів до інтерактивних форм взаємодії.

Тренінги, семінари та практикуми є ефективними формами активного навчання батьків, що сприяють не лише засвоєнню знань, а й формуванню практичних умінь і навичок. Вони допомагають моделювати реальні ситуації, пов'язані з вихованням і збереженням здоров'я дитини, розвивають рефлексію, комунікативні здібності та готовність до співпраці.

Майстер-класи дозволяють демонструвати ефективні здоров'язбережувальні технології у практичній діяльності. Вони забезпечують безпосереднє залучення батьків до виконання вправ, ознайомлення з методиками (рухливі ігри, дихальна гімнастика, арттерапевтичні техніки), що сприяє кращому засвоєнню матеріалу та мотивує до його використання у домашніх умовах.

Інформаційні стенди та буклети виконують функцію постійного інформування батьків про основи здорового способу життя, профілактику захворювань, організацію рухової активності дітей. Їх значення полягає у доступності, наочності та можливості багаторазового звернення до інформації. Вони є важливим інструментом формування здоров'язбережувальної компетентності батьків.

Онлайн-комунікація (сайти ЗДО, соціальні мережі, месенджери, електронні платформи) набуває все більшого поширення як сучасна форма взаємодії з родиною. Вона забезпечує оперативність, зручність і безперервність інформаційного обміну, дозволяє поширювати рекомендації, відеоматеріали, консультації у дистанційному форматі. Онлайн-ресурси сприяють активному залученню батьків до освітнього процесу незалежно від їх зайнятості.

Важливого значення набуває залучення батьків до спільної діяльності з дітьми. У закладі дошкільної освіти можуть організовуватися спортивні свята, дні здоров'я, туристичні прогулянки, фізкультурні розваги, творчі проєкти та акції здоров'язбережувального спрямування. Участь батьків у таких заходах сприяє формуванню позитивної мотивації дітей до здорового способу життя, зміцненню емоційних зв'язків у сім'ї та створенню єдиного здоров'язбережувального простору «заклад дошкільної освіти – родина». Реалізація цієї педагогічної умови також передбачає узгодження вимог закладу дошкільної освіти та сім'ї щодо формування здоров'язбережувальної поведінки дитини. Важливо, щоб навички особистої гігієни, культури харчування, дотримання режиму дня, фізичної активності та безпечної поведінки, які формуються у ЗДО, підтримувалися та закріплювалися у сімейному середовищі. Педагоги мають виявляти гнучкість у доборі форм співпраці, підтримувати сім'ї, що потребують додаткової уваги, сприяти створенню сприятливого мікроклімату в родинному середовищі.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, аналіз нормативно-правових документів дає підстави стверджувати, що формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку розглядається як один із

провідних напрямів державної освітньої політики. Законодавчі положення забезпечують нормативну основу для створення здоров'язбережувального освітнього середовища, розвитку валеологічної компетентності дітей та налагодження партнерської взаємодії між закладом дошкільної освіти і родиною.

Дослідження педагогічних умов формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку є актуальним з огляду на соціальний запит суспільства, сучасні вимоги дошкільної освіти, вікові особливості розвитку дитини та потребу вдосконалення освітньої практики в напрямі виховання здорової, свідомої та життєстійкої особистості.

Ефективне формування ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку можливе за умови комплексної реалізації взаємопов'язаних педагогічних умов, що охоплюють створення здоров'язбережувального освітнього середовища, інтеграцію змісту здоров'язбережувальної освіти в різні види дитячої діяльності, високий рівень педагогічної компетентності вихователя та партнерську взаємодію закладу дошкільної освіти із сім'єю. Сукупність зазначених умов забезпечує цілісність виховного впливу, сприяє формуванню у дошкільників стійких ціннісних орієнтацій, практичних навичок здорового способу життя, позитивної мотивації до збереження та зміцнення власного здоров'я. Реалізація такого підходу створює підґрунтя для гармонійного розвитку особистості дитини, становлення її соціальної активності, відповідальності та усвідомленого ставлення до власного фізичного й психічного благополуччя.

Важливим напрямом подальших досліджень здійснення експериментальних досліджень, спрямованих на визначення рівнів сформованості ціннісного ставлення до здорового способу життя у дітей дошкільного віку, критеріїв і показників його оцінювання, а також виявлення ефективності різних педагогічних технологій здоров'язбережувального спрямування.

Список бібліографічних посилань

- Алендарь, Семенова, 2022 – Алендарь, Н.І., Семенова, Н.І. (2022). *Технологія формування здорової особистості дитини старшого дошкільного віку у взаємодії закладу дошкільної освіти і сім'ї*. Навчально-методичний посібник. Луцьк: Мажула Ю.М. 68 с.
- Андрющенко, 2014 – Андрющенко, Т.К. (2014). *Формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку*. Умань: Жовтий О.О. 384 с.
- Антонова, Поліщук, 2016 – Антонова, О.Є., Поліщук, Н.М. (2016). Підготовка вчителя до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 248 с.
- Базовий компонент ДО, 2021 – Базовий компонент дошкільної освіти (2021): затв. наказом Міністерства освіти і науки України від 12.01.2021 р. № 33. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf
- Беленька, Богиніч, Машовець, 2005 – Беленька, Г.В., Богиніч, О.А., Машовець, М.А. (2006). *Здоров'я дитини – від родини*. Київ: СПД Богданова А.М. 220 с.
- Денисенко, 2008 – Денисенко, Н. (2008). Формування свідомого ставлення до здоров'я. *Дошкільне виховання*, 9: 3–5.
- Іванашко, 2001 – Іванашко, О.Є. (2001). Психологічний аналіз усвідомлення здорового способу життя дітьми дошкільного віку: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Рівне. 20 с.
- Кононко, 1998 – Кононко, О.Л. (1998). *Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві)*: Навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: Освіта. 255 с.
- Кочерга, 2017 – Кочерга, О. (2017). Дошкільник на порозі школи. *Палітра педагога*, 3: 3–5.
- Печка, 2021 – Печка, А.Є. (2021). *Ціннісне ставлення до здоров'я дітей: Наступність у роботі закладу дошкільної освіти і початкової школи*. Київ–Кременчук: NOVABOOK. 504 с.
- Про дошкільну освіту, 2024 – Про дошкільну освіту: Закон України від 6 червня 2024 року № 3788-IX (із змінами, внесеними згідно із Законами № 4059-IX від 19.11.2024, ВВР, 2025, № № 15-17, ст.40 № 4681-IX від 05.11.2025). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3788-20#Text>.

References

- Alendar', N.I., Semenova, N.I. (2022). *Technology of forming a healthy personality of a child of senior preschool age in the interaction of a preschool educational institution and a family*: Educational and methodological manual. Lutsk: Mazhula Yu.M. 68 p. [in Ukr.].
- Andryushchenko, T.K. (2014). *Formation of health-preserving competence in preschool children*. Uman: Zhovtyy O.O. 384 p. [in Ukr.].
- Antonova, O.E., Polishchuk, N.M. (2016). Teacher training for the development of students' health-saving competence: monograph. Zhytomyr: Publishing house of Zhytomyr State University named after I. Franko. 248 p. [in Ukr.].
- Basic component of preschool education (2021): approved by order of the Ministry of Education and Science of Ukraine dated January 12, 2021 No. 33. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf [in Ukr.].
- Belenka, G.V., Boginich, O.L., Mashovets, M.A. (2006). *Child's Health – From the Family*. Kyiv: Bogdanova A.M. 220 p. [in Ukr.].
- Denysenko, N. (2008). Formation of a conscious attitude towards health. *Preschool Education*, 9: 3–5 [in Ukr.].
- Ivanashko, O.E. (2001). Psychological analysis of awareness of a healthy lifestyle by preschool children: abstract Ph.D dissertation in Psychology. Rivne. 20 p. [in Ukr.].
- Kononko, O.L. (1998). *Socio-emotional development of personality (in preschool childhood)*: Textbook for higher educational institutions. Kyiv: Osvita. 255 p. [in Ukr.].

Kocherga, O. (2017). Preschooler on the threshold of school. *Palitra pedagoga*, 3: 3–5 [in Ukr.].
 Pechka, L.E. (2021). *Value-based attitude towards children's health: Continuity in the work of a pre-school and primary school*. Kyiv–Kremenchuk: NOVABOOK. 504 p. [in Ukr.].

On preschool education: Law of Ukraine dated June 6, 2024 No. 3788-IX (as amended by Laws No. 4059-IX dated November 19, 2024, VVR, 2025, Nos. 15-17, Art. 40 No. 4681-IX dated November 5, 2025). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3788-20#Text> [in Ukr.].

ALENDAR Nadiia

Ph.D in Pedagogy, Associate Professor at the Department of General Pedagogy and Preschool Education, Lesya Ukrainka Volyn National University

PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR FORMING A VALUE ATTITUDE TOWARDS A HEALTHY LIFESTYLE IN PRESCHOOL CHILDREN

Summary. The article provides a theoretical analysis of the problem of forming a value-based attitude to a healthy lifestyle in preschool children as one of the priority areas of modern preschool education.

The relevance of the study is due to the deterioration of children's health, the increase in physical inactivity, violation of the daily routine, unhealthy nutrition and excessive use of digital technologies, which negatively affect the physical and mental development of the child.

It is substantiated that preschool age is a sensitive period for the formation of basic values, in particular, a conscious attitude to one's own health as an important life value.

The regulatory framework (the Law of Ukraine "On Preschool Education", the Basic Component of Preschool Education) is analyzed, which defines the formation of health-preserving competence and a value-based attitude to health as one of the key results of the educational process.

The essence of the concepts of "healthy lifestyle", "health-preserving competence", "value attitude towards health" is revealed, their integrative nature and relationship with the motivational, cognitive and behavioral spheres of the child's personality are emphasized.

The article summarizes scientific approaches to determining the pedagogical conditions for the formation of a value attitude towards health.

Particular attention is paid to the characteristics of the health-preserving educational environment as a holistic

system that combines sanitary-hygienic, psychological-pedagogical and organizational components.

The role of various forms and methods of work (physical education classes, outdoor games, health procedures, interactive and gaming technologies) in the formation of practical skills and positive motivation for a healthy lifestyle in children is highlighted.

The importance of the educator's pedagogical competence as a factor in the effectiveness of educational influence is substantiated, and the importance of coordinated cooperation between the preschool educational institution and the family in the formation of the child's health-preserving behavior is also proven.

The need for a systematic, holistic and active approach to the organization of the educational process is emphasized.

It is concluded that the effectiveness of the formation of a value attitude towards a healthy lifestyle in preschool children is ensured by the comprehensive implementation of interrelated pedagogical conditions that contribute to the harmonious development of the child's personality, the formation of his life competencies, positive motivation to preserve and strengthen health and a conscious attitude towards his own physical and mental well-being.

Keywords: preschool children; value attitude; healthy lifestyle; health-preserving competence.

Одержано редакцією 19.06.2026
 Прийнято до публікації 04.07.2026

 <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2026-3-170-177>

 <https://orcid.org/0000-0002-2619-4419>

СТАДНИК Надія

кандидатка педагогічних наук, старша викладачка катедри педагогіки і психології, Білоцерківський гуманітарно-педагогічний фаховий коледж

 n.stadnik72@ukr.net

 <https://orcid.org/0000-0001-7862-0486>

ВОЛИНЕЦЬ Ірина

кандидатка педагогічних наук, доцентка, старша викладачка катедри педагогіки і психології, Білоцерківський гуманітарно-педагогічний фаховий коледж

 volynetsiryna@pedcollege.kiev.ua

 <https://orcid.org/0009-0004-7904-8441>

СЕМИГАЙЛО Ірина

викладачка катедри педагогіки і психології, спеціалістка вищої кваліфікаційної категорії, Білоцерківський гуманітарно-педагогічний фаховий коледж

 irinasemyhajlo@ukr.net

УДК 373.2.016:316.6:502/504:004.9

ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНО-ГРОМАДЯНСЬКОЇ ТА ПРИРОДНИЧО-ЕКОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ ДИТЯЧОЇ ЛІТЕРАТУРИ Й ЦИФРОВОГО СТОРІТЕЛІНГУ

У статті проаналізовано нормативні орієнтири й сучасні публікації щодо формування соціально-громадянської та природничо-екологічної компетентностей старших дошкільників. Встановлено педагогічний потенціал дитячої літератури, спільного читання, книжки-картки й цифрового сторітелінгу для осмислення

морального вибору, природних взаємозв'язків і відповідальності за спільний простір.

Визначено інтегровану методичну модель, що поєднує літературно-художній, соціально-громадянський, природничо-екологічний, діяльнісний і цифрово-медійний компоненти.