

у паняцці і вобразы), але і ўключэнне псіхічных працэсаў (зркавых, слыхавых, датыкальных, нюхальных і тактыльных адчуванняў, памяці і ўвагі), эмацыянальных рэакцый (рэпрадуктыўнага і творчага ўяўлення, інтуіцыі, здагадкі) [3].

Для таго, каб маўленне малодшага школьніка развівалася, неабходна, каб дзейнасць настаўніка на ўроках літаратурнага чытання была мэтанакіраванай і скіраванай на стварэнне спрыяльнага маўленчага асяроддзя, на выяўленне тропы і высвятленне іх ролі у мастацкіх тэкстах, на арганізацыю назірання над адценнямі маўлення, якія дасягаюцца выкарыстаннем вобразных сродкаў, на ўзбагачэнне вуснага і пісьмовага маўлення дзяцей сродкамі мастацкай выразнасці.

На ўроках літаратурнага чытання можна і трэба выкарыстоўваць не толькі практыкаванні, скіраваныя на аналіз моўных сродкаў, выкарыстаных аўтарам (такія практыкаванні шырока прадстаўлены ў падручніках), але і “стылістычны эксперымент” – замену вобразнага апісання канкрэтным: гэты від працы ўдасканалвае ўменне выяўляць значэнне вобразных сродкаў. Карыснымі на ўроках будуць графічнае і слоўнае маляванне, музычнае ілюстраванне, паколькі яны развіваюць эмацыянальны водгук на прачытанае, узбуджаюць уяўленне, дэталізуюць і канкрэтызуюць мастацкі вобраз.

**Заклучэнне.** Разнастайнасць метадаў і прыёмаў аналізу вобразных сродкаў, сістэматычнасць іх выкарыстання на ўроках чытання будуць садзейнічаць таму, каб рашэнне адной з прыватных задач літаратурнай адукацыі спрыяла дасягненню галоўнай мэты – развіццю камунікатыўнай кампетэнцыі: малодшы школьнік павінен вучыцца свабодна і правільна ўжываць вобразныя сродкі ў адпаведнасці з сітуацыяй маўлення, а таксама адэкватна ўспрымаць іх не толькі ў тэкстах мастацкай літаратуры, а і ў чужым маўленні, акрамя таго такая праца развівае вобразнае ўяўленне, маўленчую актыўнасць і здольнасць да літаратурнай творчасці.

Спіс працытаваных крыніц:

1. Тонкович, И.Н. Компетентный подход в высшем образовании: содержательно-логический анализ / И.Н. Тонкович // Инновационные образовательные технологии. – 2011. – № 3. – С. 33–38.
2. Рэалізацыя кампетэнтнаснага падыходу ў навучанні беларускай мове і літаратуры / Н.П. Дзёміна [і інш.]. – Мінск: Мін. абл. ін-т развіцця адукацыі, 2017. – 76 с.
3. Рыжкова, Т.В. Теоретические основы и технологии начального литературного образования: учебник для студентов высш. учеб. заведений / Т.В. Рыжкова. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – С. 12–13.

**Я.С. ШКИРЕЕВА**

Республика Беларусь, Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

## **ВОСПИТАНИЕ СОЗНАТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

**Введение.** Человек как часть природы, как высшее звено эволюции наделён естественными жизненными силами. Однако главное в человеке – это его личность. Личность есть неповторимая комбинация взятых в единстве антропологических и социально-психологических характеристик человека. Личность соединяет в себе соматическую структуру, тип нервной деятельности, познавательные, эмоциональные и волевые процессы, потребности и направленность, проявляющиеся в переживаниях, суждениях, поступках [2, с. 17].

Основы здоровья должны закладываться в процессе формирования личности человека, начиная с дошкольного возраста. Поэтому основная задача педагога дошкольного образования – видеть, предупреждать и корректировать не только физическое состояние ребёнка, но и психологическое, в большей степени это взаимосвязано. Именно в старшем дошкольном возрасте возникает соподчинение мотивов, формирование свободного поведения, развитие самосознания, формирование внеситуативно-личностной формы общения, становление познавательной деятельности, а также закладывается готовность ребёнка к школе.

Самостоятельность – системное волевое качество личности. Данное волевое качество определяется как возможность осуществлять деятельность по собственной инициативе. Предпосылки проявления самостоятельности ребёнком появляются в возрасте ближе к двум годам [3, с. 181], поэтому дошкольный период наиболее благоприятен для формирования и развития правильного отношения к здоровью, правильного образа жизни, а также правильного отношения к окружающей

социальной среде. Педагог вместе с родителями должен заложить основы здоровья с первых лет жизни ребенка, раскрыть суть процесса оздоровления и всеми возможными способами помочь ребенку в процессе овладения определенными навыками.

Здоровье человека, исходя из данных кардиолога, академика С.В. Попова, зависит на 20% от наследственных факторов, на 20% – от экологии, на 10% – от системы здравоохранения, на 50% – от того, какой образ жизни ведет или вел человек. Исходя из этих данных можно сделать вывод, что человек сам для себя определяет будущее состояние своего здоровья и организма в целом [1, с. 15].

Основной **целью** данного исследования является изучение особенностей воспитания здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста, который в дальнейшем оказывает значительное влияние на подрастающий организм, гармоничное развитие личности ребёнка, его психоэмоциональное и физическое состояние.

При написании статьи использовались следующие методы исследования: изучение литературы по данной теме и ее критический анализ (работы ученых: С.В. Попова, Н.М. Амосова, И.И. Брехмана и др.), беседы с воспитанниками учреждений дошкольного образования г. Витебска, научно-фиксированное наблюдение за воспитательным процессом в старшей группе № 10 Государственного учреждения образования «Ясли-сад № 65 г. Витебска».

Основной трудностью, с которой сталкиваются дети старшего дошкольного возраста в ходе их приучения к здоровому образу жизни, являются недостаточные знания в области здорового образа жизни. В ходе проведенного нами опроса были получены следующие ответы: 96% учащихся знакомы с термином «Здоровье»; 29% – занимаются спортом (посещают спортивные секции); 54% – не посещают спортивные секции (кружки); 17% – посещали ранее спортивные секции (кружки); 38% учащихся часто употребляют сладкое; 92% – владеют знаниями о вредных привычках, 8% учащихся – не достаточно; 71% учащихся связывают труд со здоровьем, применяя на практике.

Проанализировав результаты опроса «Знания о здоровом образе жизни», можно сделать вывод, что большинство детей имеют общие знания о здоровом образе жизни. Стоит обратить внимание и на то, что большинство старших дошкольников применяют эти знания на практике.

На основе результатов опроса, были разработаны памятки для родителей и детей, а также разработаны и проведены беседы: с родителями «Правильное питание»; с детьми «Полезные и вредные привычки».

**Заключение.** Таким образом, здоровый образ жизни – это не только набор полученных знаний, но и образ жизни, который ведёт человек, адекватное и правильное поведение в различных ситуациях. Подход ребенка к собственному здоровью считается той основой, которая станет необходимой для дальнейшего формирования и развития в процессе жизни здорового организма как в физическом, так и в психоэмоциональном плане.

Основами, формирующими здоровый образ жизни и способствующими укреплению здоровья дошкольников, являются рационально организованный режим дня, правильное питание, разумная двигательная активность, закаливающие процедуры, поддержка устойчивого психоэмоционального состояния, личная гигиена. Развитие основ здорового образа жизни старших дошкольников происходит с использованием различных форм: индивидуальные беседы, физкультурные занятия, праздники, гимнастика, а также используются методы: беседа, чтение художественных произведений, закаливание, разнообразные средства: ИКТ, развивающая среда, игры, художественная литература, а также утренняя гимнастика.

Здоровый образ жизни является основой для гармоничного и правильного развития ребенка. На начальном этапе жизни необходимо вести здоровый образ жизни, закаляться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены, добиваться истинной гармонии и баланса со своим организмом.

#### Список использованных источников:

1. Антонов, Ю.Е., Кузнецова, М.Н. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века / Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова. – М.: Гардарики, 2008. – 164 с.
2. Болотина, Л.Р. Дошкольная педагогика: учебное пособие для вузов / Л.Р. Болотина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2021. – 218 с.
3. Сравнительный анализ развития самостоятельности здоровых и часто болеющих детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnitelnyu-analiz-razvitiya-samostoyatelnosti-zdorovyh-i-chasto-boleyuschih-detey-starshego-doshkolnogo-vozhrasta/viewer>. – Дата доступа: 06.04.21.