**Формирование культуры здоровья**

**у старших дошкольников.**

**Введение**

Актуальность темы исследования обусловлена необходимостью сохранения здоровья детей в дошкольном возрасте как условия их готовности к школьному образованию и успешной жизни, в то время как статистические данные фиксируют снижение показателей здоровья детей в России. В «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается самоценность периода детства и право ребенка на счастье, необходимость охраны и укрепления здоровья детей. Проблемы дошкольного детства как особого периода жизни человека становятся в центре внимания педагогов, психологов, социологов (М.М. Безруких, Л.Б. Валова, А.Н. Давидчук, Т.Н. Доронова, Е.И. Герасимова, Н.П. Флегонтова, Т.В. Фуряева, Л.М. Шипицына и др.). В дошкольном детстве закладываются основы общей культуры личности, компонентом которой является культура здоровья. Ситуация в обществе требует от педагога нового уровня профессионализма как специалиста по развитию ребенка, инновационных взглядов на проблему здоровья и решительных действий, позволяющих создать прочный фундамент здоровья ребенка.

Дошкольный период детства как фундаментальный для последующего развития и самореализации человека обусловливает задачу поиска эффективных способов улучшения здоровья ребенка на этом важном возрастном этапе

Здоровье предопределяется психофизиологическими особенностями ребенка, и в то же время зависит от образа жизни семьи как ближайшего социального окружения растущего человека, обусловлено условиями социальной среды, в которой осуществляется его жизнедеятельность. Жизнедеятельность - это совокупность всех видов деятельности человека как биопсихосоциального существа, осуществляемых в каждый период времени его жизни.

Освоение дошкольниками знаний о здоровом образе жизни невозможно без ценностной мотивации личности детей. В процессе приобретения знаний воспитанники получают возможность осознать здоровье как главную ценность человеческой жизни, и у них формируется устойчивая мотивация: вести здоровый образ жизни и целенаправленно заниматься своим здоровьем.

*Актуальность*  определяется рядом существующих **противоречий** между:

- социальным заказом общества на выполнение образованием функций, связанных с воспитанием личности, осознанно относящейся к своему здоровью, понимающей значение здорового образа жизни, влияния социально- экологической среды на здоровье человека, и недостаточной готовностью образовательных структур к их реализации;

- необходимостью теоретического обоснования формирования культуры здоровья у детей и отставанием в разработке этого вопроса в теории дошкольного воспитания;

- потребностью дошкольного образовательного учреждения в теоретически обоснованных педагогических технологиях формирования культуры здоровья и недостаточной разработанностью таких технологий.

**Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

**1.1. Современное состояние процесса экологического образования**

Экологическое образование как комплексная проблема современности стала объектом внимания философских, социологических исследований, рассматривающих экологические проблемы как общечеловеческие, и изучалась Э.В. Гирусовым, Ю.Т. Марковым, Н.Н. Моисеевым и другими учеными.

Экологическое образование, по определению И.Д. Зверева, И.Т. Суравегиной,- это непрерывный процесс обучения, воспитания, развития личности, направленный на формирования системы научных и практических знаний и умений, ценностных ориентаций, поведения и деятельности, обеспечивающих ответственное отношение к окружающей социально- природной среде и здоровью. Обучение связано с формированием знаний о системной организации природы, развитием системы интеллектуальных и практических умений дошкольников по изучению, оценке и улучшению состояния окружающей среды своей местности и здоровья людей.

Экологическое образование детей дошкольного возраста - новое направление дошкольной педагогики. Новизна его проявляется в изменении подхода к ознакомлению детей с природой от биологического к экологическому, при котором педагогический процесс опирается на основополагающие идеи и понятия экологии, доступные дошкольникам (С.Н. Николаева).

Под экологическим образованием детей дошкольного возраста понимается непрерывный процесс обучения, воспитания и развития ребенка, направленный на формирование его экологической культуры, которая проявляется в эмоционально-положительном отношении к природе, окружающему миру, в ответственном отношении к своему здоровью и состоянию окружающей среды, в соблюдении моральных норм, в системе ценностный ориентации. Комплекс взаимосвязанных задач в области экологического обучения, воспитания и развития ребенка включает в себя:

- формирование системы элементарных научных экологических знаний, доступных пониманию ребенка-дошкольника (прежде всего, как средства становления осознанно-правильного отношения к природе);

- развитие познавательного интереса к миру природы;

- формирование первоначальных умений и навыков экологи чески грамотного и безопасного для природы и для самого ребенка поведения;

- воспитание гуманного, эмоционально-положительного, бережного, заботливого отношения к миру природы и окружающему миру в целом; развитие чувства эмпатии к объектам природы;

- формирование умений и навыков наблюдений за природными объектами и явлениями;

- формирование первоначальной системы ценностных ориентаций (восприятие себя как части природы, взаимосвязи человека и природы, самоценность и многообразие значений природы, ценность общения с природой);

- освоение элементарных норм поведения по отношению к природе, формирование навыков рационального природопользования в повседневной жизни;

- формирование умения и желания сохранять природу и при необходимости оказывать ей помощь (уход за живыми объектами), а также навыков элементарной природоохранной деятельности в ближайшем окружении;

- формирование элементарных умений предвидеть последствия некоторых своих действий по отношению к окружающей среде [51].

Впервые задачи, содержание и методы ознакомления детей с природой рассматривались на Третьем и Четвертом съездах по дошкольному воспитанию. В программе 1934 г. был более точно определен объем знаний о природе, умений и навыков по уходу за растениями и животными.

Результаты исследовательской работы А. Анохиной, А. Буяновер и других нашли отражение в «Программе воспитания в детском саду». В этой Программе обращается внимание на связь получаемых знаний о природе с разнообразной деятельностью детей. Программа определяет объем как конкретных, так и обобщенных знаний о природе, получаемых дошкольниками в разных возрастных группах, но недостаточно отражает знания о зависимостях и закономерностях в природе. Также в ней не всегда реализуется единство между воспитательными задачами и содержанием знаний.

Дальнейшее развитие теория и методика ознакомления детей с природой получила в исследованиях и методических пособиях С.А. Веретенниковой, Э.И. Залкинд, Е.И. Золотовой, Н.Ф. Виноградовой, М.В. Лучич, Л.М. Маневцовой, П.Г. Саморуковой. Специально вопросы экологического образования в этих исследованиях не рассматривались, однако в них затронуты его важные аспекты - развитие гуманного отношения к природе, формирование у дошкольников системных знаний о природе.

Первым исследователем проблемы умственного воспитания детей средствами природы является Э.И. Залкинд. В ее работе раскрывается методика наблюдений за птицами в разных возрастных группах. Данное исследование внесло большой вклад в создание методики ознакомления дошкольников с природой.

Продолжением исследования П.Г. Саморуковой по систематизации знаний занималась Н.И. Ветрова, изучавшая возможности формирования обобщенных знаний у дошкольников с помощью моделирования. Ею были разработаны модели по ознакомлению детей с комнатными растениями и закреплению существенных признаков внешнего вида животных.

В исследовании И.А. Хайдуровой также раскрыта возможность формирования у старших дошкольников первоначальных знаний о некоторых существенных зависимостях в растительном мире - потребности растений в свете, тепле, влаге. В основе работы с детьми лежат элементарные опыты с растениями и работа с предметно-схематической моделью.

Т.А. Ковальчук посвятила свое исследование формированию элементов материалистического понимания природы у детей 6-7 лет. Проблеме ознакомления дошкольников с явлениями неживой природы посвящены работы И.С. Фрейдкина, Л.И. Мищик, Т.В. Земцовой.

Исследования Н.Н. Кондратьевой, И.А. Хайдуровой, В.Г. Фокиной показали, что детям нужен минимум экологических знаний, которые помогут им понять необходимость вести себя экологически грамотно. Сочетание эмоционального отношения к природе и знаний о ней дает гораздо больший эффект.

В содержании экологического образования детей дошкольного возраста Н.А. Рыжовой выделены первоначальные знания из области трех основных направлений экологии: биоэкологии (или общей экологии), социальной экологии и прикладной экологии.

Такое разделение в определенной степени условно, так как многие проблемы являются актуальными для нескольких разделов одновременно. Все три направления тесно связаны между собой и дополняют друг друга.

В качестве начального этапа экологического образования предлагается знакомство дошкольников с элементарными биоэкологическими знаниями, включая вопросы: живая и неживая природа; особенности живых организмов, их многообразие, распространение, связь внешнего вида, строения живых организмов с особенностями среды обитания, их приспособленность к этой среде, к сезонным изменениям; взаимоотношения между организмами, между организмами и человеком.

Включение в содержание экологического образования дошкольников проблем социальной экологии способствует осознанию ребенком своего места в окружающем мире, выработке навыков экологически грамотного поведения.

Окружающая среда, как природная, так и социальная, - это в достаточной мере агрессивная среда по отношению к ребенку, его здоровью и жизни. Поэтому необходимо систематически и планомерно обучать детей умению безопасно жить, укреплять свое здоровье, благоустраивать окружающую среду.

Отдельные вопросы данного направления представлены в разработках Н. Авдеевой, О. Князевой, Р. Стеркиной, 3. Тюмасевой. Главные цели эколого-валеологического образования: формировать понимание зависимости здоровья от состояния окружающей социоприродной среды, образа жизни; развивать стремление оздоровлять окружающую среду, вносить посильный вклад в улучшение санитарно-гигиенических, эстетических условий жизни человека; развивать умения и навыки, направленные на сохранение и укрепление здоровья ребенка, привычки здорового образа жизни.

Основой формирования здорового образа жизни, как отмечает З.И. Тюмасева, является экологическое воспитание и образование, поскольку здоровье, по ее мнению, является критерием взаимоотношений человека и природы.

К знаниям из области прикладной экологии отнесены следующие вопросы:

-Как нужно вести себя в природе;

-почему нужно к ней бережно относиться;

-как экономить природные ресурсы;

-почему живые организмы и их сообщества нуждаются в нашей охране;

-почему на Земле должны жить все живые организмы;

-что такое заповедники;

-для чего созданы Красные книги;

-знакомство с охраняемыми растениями, животными своего края;

-их численности и с условиями, необходимыми для сохранения;

-формирование (но не запоминание) правил поведения в природе (деревья – столовая и дома для животных, поэтому к ним нужно бережно относиться);

-участие в посильных природоохранных акциях совместно со взрослыми (посадка растений, уборка мусора и т.п.).

Следовательно, природоохранные знания тесно связаны со знаниями биоэкологии и должны перенестись в поведенческие установки и отношение к природе. Ребенок знакомится с некоторыми последствиями экологически неграмотных действий людей, с тем, как вести себя экологически грамотно не только в лесу, но и в своем городе, поселке, в доме. В настоящее время вопросам экологической безопасности в образовательных программах для дошкольников уделяется недостаточно внимания, в то время как другие вопросы безопасности, например, правила поведения на автодорогах, активно изучаются. Дошкольник должен знать, что играть возле дороги нельзя не только из-за возможного наезда автомобиля, но и из-за опасности дышать выхлопными газами, что гулять возле свалки вредно для здоровья, что не во всех водоемах можно купаться, и т.п.

**1.2. Проблема формирования здорового образа жизни у**

**дошкольников в психолого-педагогической литературе**

Рассматривая сущность здоровья, болезни с экологических позиций, всегда необходимо исходить из представления о человеке как социальном существе в его природном соотношении социального и биологического; на уровне человека социальное опосредует биологическое, преобразует его. Следовательно, все стороны человека, в том числе состояние здоровья и болезни, нельзя понять и оценить лишь на основе биологических знаний, не учитывая социальной сущности. «Здоровье является состоянием полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов», так записано в Уставе ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения).

Человечество имеет опыт создания приоритета здоровья в обществе. Прекрасный пример того — Древняя Греция, воспитательная система в которой была основана на идее гармонического развития человека. Эллины справедливо считали, что люди должны быть одинаково совершенны как в духовном, так и в физическом отношении. Древнегреческий философ Платон называл «хромым» того, у кого тело и разум были развиты неодинаково. Творец афинской демократии Перикл как-то сказал, что не может доверить даже самую второстепенную государственную должность человеку, который свое интеллектуальное совершенство не подкрепит совершенством физическим, ибо тот, кто не умеет управлять собственным телом, едва ли в состоянии управлять другими людьми. Обосновывая свое стремление с раннего детства развивать и закалять тело, греки говорили: «Сначала надо создать прочный сосуд, а потом уже наполнять его вином просвещения».

Прекрасное привлекает всегда. Хотя со времени могучего культурного расцвета Эллады прошло более двух тысячелетий, мы и сегодня восхищенно рассматриваем, изучаем гениальные произведения античных скульпторов. Наши музеи, дворцы и парки украшают копии всемирно известных статуй: Аполлон Бельведерский, Венера Милосская, Геракл, изваянный Гликоном, Дискобол работы Мирона. И почти каждая скульптура того времени- это безукоризненное изображение не менее безукоризненного, совершенного человеческого тела. В большинстве случаев автору не приходилось фантазировать; перед его взором проходили сотни гармонично развитых людей; они-то и служили «натурой» античным мастерам.

Анализ философской и психолого-педагогической литературы показывает, что основополагающая идея воспитания здорового ребенка уходит в исторически сложившийся принцип природосообразности воспитания. Процесс формирования взаимоотношений человека и окружающей среды изучался на протяжении многих веков.

Начиная с Я.А. Коменского, которому принадлежит основополагающая идея природосообразности образования, сформированная в виде «золотого правила» дидактики, дошкольная педагогика пытается решать проблему формирования взаимоотношений ребенка и окружающей среды во имя благополучия, сохранения и укрепления его здоровья.

Значительный вклад в развитие теории и практики образования в области окружающей среды и здоровья внесли зарубежные ученые (Д. Локк, М. Монтессори, И. Пестолоцци, Ж-ж. Руссо и другие), а в последующем отечественные ученые, педагоги (П.П. Блонский, В.Г. Белинский, Л.С. Выготсий, Е.Н. Водовозова, Н.К. Крупская, В.А. Сухомлинский, Е.И. Тихеева, К.Д. Ушинский и другие), на теоретических и методических позициях которыхстроится современное дошкольное образование.

Интерес к экологическому направлению в формировании здорового образа жизни обусловлен не только решением проблемы гармоничных взаимоотношений человека и природы, но и необходимостью решения проблемы формирования здоровья, когда здоровье рассматривается как интегрированный показатель взаимоотношений человека и окружающей среды (М.А. Аршавский, И.И. Брехман, Г.К. Зайцев, В.П. Петленко, Л.Г. Татарникова, З.И. Тюмасева). Социальные факторы, постоянно воздействующие на человека, во многом обусловливают состояние его здоровья. Неблагоприятные социальные и экологические условия приводят к ухудшению здоровья подрастающего поколения.

Взаимоотношения человека с обществом, природой имеют глубокую экологическую сущность и проникают в область знания, называемого валеологией, предметом изучения которой является здоровье (И.И. Брехман, В.П. Казначеев, В.В. Колбанов, Л.Г. Татарникова, З.И. Тюмасева и др.). Человек существо не только социальное, но, прежде всего биологическое, что обуславливает необходимость ориентации содержания экологического образования не только на духовное, социальное, интеллектуальное развитие личности, как социального объекта, но и на телесное, физическое развитие. Основным экологическим критерием является здоровье, а гармония отношений с окружающей средой основывается на равновесии внутренней и внешней среды организма человека (С.Д. Дерябо, З.И. Тюмасева, В.А. Ясвин и др.).

В настоящее время возникла необходимость переосмысления сущности общего экологического образования, определения его направлений. Это происходит потому, что отрасли экологии начинают «отпочковываться» от основного объекта и отображаться соответствующей ветвью экологического образования: социально-экологическое, социально-экономическое, эколого-валеологическое (Е.В. Гончарова, А.М. Галеева, З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина, В.С. Шилова и др.). Систематизировав существенные знания по проблеме формирования гармоничных взаимоотношений ребенка дошкольного возраста с окружающей средой и самим собой, З.И. Тюмасева, Е.Г. Кушнина определили экологическое образование в силу сущностной взаимосвязи экологических и валеологических знаний как эколого-валеологическое.

Сочетание «эколого-валеологическое образование» отражает не просто факт объединения экологических и валеологических знаний, а глубинную взаимосвязь, взаимообусловленность этих видов образования. Здоровье интегрирует в себе экологическое и валеологическое единство организма, личности и окружающей его среды.

Современные исследования (А.Ф. Аменд, С.Т. Брезкун и др.) рассматривают вопросы влияния на здоровье детей экологических факторов. Здоровье, по их мнению, является критерием взаимоотношений человека и природы. В процессе развития представлений о здоровье, здоровом образе жизни, необходимо ориентироваться на биологические, социальные и природные условия окружающей среды родного края. Здоровье как ценность требует серьезного отношения и должно быть не самоцелью, а средством для хорошего, радостного самочувствия, для реализации всех заложенных в человеке возможностей.

Л.Г. Касьянова в своих исследованиях внесла дополнение в понятие «здоровый образ жизни», в содержании которого отражена объективная зависимость как био-социальной категории от окружающей социальной и природной среды, что нацеливает ребенка на гармоничные отношения с окружающей средой и активное взаимодействие с ней. Разработала педагогическую технологию формирования представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников, диагностику сформированности представлений о здоровом образе жизни.

В работах Л.Т. Кузнецовой внимание акцентируется на здоровьесберегающей компетентности, в качестве результата образования рассматривается способность ребенка действовать в различных жизненных ситуациях без причинения вреда своему здоровью. Здоровьесберегающая компетентность у детей старшего дошкольного возраста трактуется как интегративное качество личности ребенка, включающее совокупность знаний о человеке и его здоровье, здоровом образе жизни; мотивы, имеющие эколого-сохранительную направленность по отношению к себе и окружающему миру, побуждающие к ведению здорового образа жизни; потребность в освоении способов сохранения своего здоровья, ориентированных на самопознание и самореализацию.

Исследование Е.Г. Кушниной заключается в выявлении, теоретически обосновании педагогических условий, способствующих эффективной реализации эколого-валеологического образования в дошкольном образовательном учреждении. В ее работе определено содержание и разработана модель здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении; разработана культуротворческая образовательная технология как системообразующий фактор природосообразного, здоровьесберегающего образовательного процесса; разработан диагностический инструментарий определения уровней сформированности гармоничных отношений детей старшего дошкольного возраста к окружающей природе и своему здоровью.

Сегодня, несмотря на исследовательский бум в отношении проблем валеологии — науки о здоровом образе жизни, — существуют разногласия в понимании того, что же такое здоровье.

По точному замечанию Г.Л. Апанасенко., «...использовать показатели заболеваемости в качестве критерия здоровья — это все равно, что характеризовать белый цвет наличием или отсутствием черного. Ведь понятие «здоровье» означает нечто большее, чем просто отсутствие болезни. В то же время здоровье сосуществует с болезнью. Больной человек живет и выполняет свои биологические и социальные функции за счет определенных резервов здоровья, компенсирующих патологический процесс и недостаточность той или иной функции».

Если вести речь об определении индивидуального здоровья, то следует вспомнить профессора Г. Сигериста, который еще в 1941 году отмечал: «Здоровье не означает просто отсутствия болезней: это нечто положительное, это жизнерадостное и охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека». Определение Всемирной Организации Здравоохранения, сформулированное в 1946 году, основано на тех же положениях, которые выдвинул Г. Сигерист: «Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов» [9].

Право граждан России на здоровье утверждается Конституцией Российской Федерации. К сожалению, это право в реальной жизни не находит своего реального подтверждения. Реализация права на здоровье требует разработки специальной комплексной программы поддержания и охраны здоровья, в которой было бы определено место каждого социально-экономического звена: семьи, дошкольных учреждений, школы, органов здравоохранения, предприятий, физкультурных организаций, государства и др. Про­водимая в настоящее время разработка концепции под условным названием «Здоровье населения России в XXI веке» поручена Министерству здравоохранения. В концепции в очередной раз аспект делается на лечении болезней и, в некоторой степени, на обеспечении санитарных норм. Вместе с тем, как справедливо указывает Ю.Л. Лисицын, «в формировании здоровья населения важное место принадлежит поведенческим факторам: режиму труда и отдыха, взаимоотношений в семье и на производстве и т.д., а также условиям жизни и образу жизни. Функциональной же структурой понятия «образ жизни» являются такие аспекты, как трудовая, социальная, интеллектуальная (психологическая установка, характер умственной деятельности), физическая и медицинская активность».

Решение вопросов здоровья на государственном уровне требует учета следующих групп факторов:

1.Правовые: разработка законодательных и нормативных подзаконных актов, подтверждающих право граждан России на здоровье.

2.Социально-экономические, обусловливающие виды, формы участия и ответственность различных звеньев социально-экономических структур в формировании, сохранении и укреплении здоровья своих членов, финансирование такой работы и обеспечение нормативных условий для профессиональной деятельности.

З.Образовательно-воспитательные, обеспечивающие формирование жизненного приоритета здоровья, воспитание мотивации на здоровый образ жизни и обучение методам, средствам и способам достижения здоровья, умению вести пропагандистскую работу по здоровью и здоровому образу жизни.

4.Семейные, связанные с созданием условий для здорового образа жизни в семье и ориентацией каждого из ее членов на здоровье, на формирование в семье здорового образа жизни.

5.Медицинские, направленные на диагностику состояния здоровья, разработку рекомендаций по здоровому образу жизни, эффективную первичную, вторичную и третичную профилактику.

6.Культурологические, связанные с формированием культуры здоровья, организацией досуга населения, популяризацией вопросов здоровья и здорового образа жизни, этнических, общинных, национальных, религиозных и др. идей, традиций, обрядов обеспечения здоровья и т.д.

7.Юридические, обеспечивающие социальную безопасность, защищенность личности от преступлений и угроз преступлений, гро­зящих жизни и здоровью граждан.

8.Экологические, обусловливающие адекватное для здорового образа жизни состояние окружающей среды и рациональное природопользование.

9.Личностные, ориентирующие каждого конкретного человека на формирование, сохранение и укрепление своего здоровья и устанавливающие ответственность личности за свое здоровье.

Представленный далеко не полный перечень факторов, обеспечивающих поддержку здоровья граждан со стороны государства, предполагает координацию усилий ведомств и структур, компетентных за решение тех или иных аспектов здоровья. Вот почему так остро встает вопрос о создании межведомственного центра. Пока что, к сожалению, нет ни такого центра, ни согласованной деятельности ответственных за здоровье человека структур. Достаточно отметить, что отсутствие взаимопонимания и взаимозаинтересованности только двух министерств - образования и здравоохранения - не позволяет решить вопрос о подготовке широко эрудированного (знакомого с вопросами медицины, педагогики, психологии, валеологии и пр.) специалиста, который мог бы вести работу по формированию здоровья в семье, в образовательных учреждениях, проводить просветительскую работу в обществе по профилактике заболеваний и т.д.

Не вызывает сомнения культурологическая сторона проблемы. В.С. Семенов отмечает: «Культура отражает меру осознания и овладения человеком своими отношениями к самому себе, к обществу, к природе, степень и уровень саморегуляции его сущностных потенций…Культура есть особый деятельностный способ освоения, человеком мира, включая как внешний мир – природу и общество, так и внутренний мир самого человека в смысле его формирования и развития».

Современный человек знает о здоровье достаточно много, как и о том, что надо делать для его поддержания и достижения. Однако для того, чтобы эти накопленные человечеством знания начали давать результат, необходимо учесть и устранить целый ряд негативных обстоятельств, препятствующих их реальному воплощение. Например:

1.В стране не существует последовательной и непрерывной системы обучения здоровью. На различных этапах возрастного развития человек получает информацию о здоровье в семьи, в детском саду, в школе и т.д. Однако информация эта отрывочна, случайна, не носит системного характера. Отсюда встает исключительной важности проблема разработки системы непрерывного валеологического образования. Такая система должна иметь своей основной задачей совместную работу валеологов, педагогов, врачей, психологов и др. по сохранению и укреплению здоровья людей. Для этого должны быть разработаны концепция, программа, а отсюда - и организация валеологического образования на разных уровнях основного и дополнительного образования.

2.Формирование знаний человека о здоровье еще не гарантирует, что он будет, следуя им, вести здоровый образ жизни. Для этого необходимо создание у человека стойкой мотивации на здоровье. Культурный же человек, как отмечал И.И. Брехман, «не должен допускать болезни, особенно хронические, т.к. в подавляющем числе случаев они являются следствием образа жизни в течение довольно длительного времени: атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, диабет, ожирение, алкоголизм ...».

З.В настоящее время существующая санитарно-просветительская работа, проводимая через средства массовой информации под непосредственным контролем Минздрава России, ориентирует население преимущественно на лечение, а не предупреждение заболеваний.

4.Необходима разработка таких правовых актов, которые бы повысили ответственность человека за свое здоровье и установили бы его материальную зависимость от его уровня так же, как и от уровня профессиональной подготовки.

5.В стране отсутствует мода на здоровье. Средства массовой информации мало обращают внимания на формирование гармонично развитого – физически и духовно – человека.

6.В стране мало внимание уделяется вопросам формирования культуры отдыха, где бы особый акцент делался на его активных формах.

Воспитание культуры здоровья не может решить в полной мере самой проблемы здоровья - это направление должно стать составной частью государственной программы формирования здоровья.

В современных условиях возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья ребенка в процессе образовательной деятельности. Освоение дошкольниками знаний о здоровом образе жизни невозможно без ценностной мотивации личности детей. В процессе приобретения знаний воспитанники получают возможность осознать здоровье как главную ценность человеческой жизни, и у них формируется устойчивая мотивация: вести здоровый образ жизни и целенаправленно заниматься своим здоровьем.

Для успешного перехода ребенка из дошкольного учреждения в школу значимыми являются: уровень психического и физического развития; степень зрелости ведущих функциональных систем организма; состояние здоровья и знание основ здорового образа жизни и безопасности; уровень интеллектуального развития и познавательных способностей.

Физическое развитие является одним из наиболее важных показателей здоровья детского населения. Именно в детском возрасте формируется костно- мышечный аппарат, заканчивается развитие всех систем органов, поэтому антропометрические показатели, показатели функциональных проб достоверно показывают, как развивается детский организм. Отклонения в физическом развитии часто свидетельствуют о наличии в окружающей среде факторов, неблагоприятно влияющих на здоровье ребенка.

Антропометрические показатели физического развития – это, прежде всего, рост, вес, окружность грудной клетки, - позволяют дать оценку физическому развитию детей. Для оценки физического развития используют стандарты физического развития, которые разрабатываются для конкретного региона в результате обследования.

Функционально - физиометрические признаки также отражают степень физического развития детей, так как свидетельствуют о состоянии внутренних органов. К этой группе показателей относятся: пульс, частота дыхания, артериальное давление, жизненная емкость легких.

В старшем дошкольном возрасте изменения основных показателей физического развития протекают менее согласовано и плавно, чем в младшем дошкольном возрасте. Совершенствуются основные нервные процессы, существенно улучшается их подвижность, уравновешенность устойчивость. Однако еще остаются достаточно выраженными относительно быстрая функциональная истощаемость нервных клеток и развитие охранительного торможения при перегрузках .

Происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Двигательная активность становится все более целенаправленной, отвечающей индивидуальному опыту, интересам и желаниям. Движения старших дошкольников становится осмысленным, мотивированным и управляемым. Но в целом в характере двигательной активности детей сохраняются.

Организм дошкольников лучше подготовлен к проявлению скорости и гибкости по сравнению с силой и выносливостью. Гибкость к семи годам значительно увеличивается: больше становится амплитуда движений, процессы напряжения и расслабления работающих мышц становятся более слаженными. Высокая подвижность суставов у детей обусловлена эластичностью мышц, сухожилий, связок. У детей пяти – семи лет отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений, времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющих движений. Дошкольники хорошо приспособлены к недлительным скоростно-силовым динамическим действиям, которые составляют основное содержание их игр. Дети становятся способными к достаточно продолжительной двигательной деятельности разной интенсивности.

Состояние физического развития старших дошкольников определяется по следующим показателям:

* по положительным изменениям в физическом и функциональном развитии ребенка; устойчивости к изменениям внешней среды (хорошая сопротивляемость заболеваниям); качеству засыпания и сна; аппетиту (без отрицательного отношения к отдельным видам пищи); достаточно хорошей физической и умственной работоспособности; умению сохранять правильную осанку;
* по способности самостоятельно выполнять необходимые бытовые процессы (выполняют гигиенические процедуры, владеют навыками самообслуживания и др.); физической активности;
* по уверенному владению «азбукой движений»; умению самостоятельно пользоваться приобретенными действиями в различных условиях;
* по уровню развития произвольности действий;
* по положительной динамике индивидуальной физической подготовленности, соответствующей показателям возрастного развития моторики.

Физический статус ребенка тесно связан с его психическим состоянием.К пяти- шести годам ребенок начинает накапливать собственный опыт жизни, во многом стихийный и неосознанный. Многие известные психологи обращали внимание на значимость детского опыта в жизни человека (З. Фрейд, А. Адлер, Л.С. Выготский, П.П. Блонский и др.)

В этот период происходит становление личности ребенка, и общение с взрослыми является одним из важнейших условий ее развития. Ребенок открыт по отношению к существующим в обществе нормативным социо-культурным представлениям. Усвоение этических норм и правил, стремление следовать культурным образцам позволяют ему легко, не проявляя критичности и сопротивления, «врасти» в ту культуру, в которой он живет [10].

Дети пяти – семи лет особенно чувствительны к неблагоприятным воздействиям среды. Одним из основных негативных факторов является авторитарный стиль воспитания, который может привести к возникновению у детей психологического дискомфорта. При этом у них подавляется потребность в безопасности, любви, общении, познании окружающего мира самостоятельно и с помощью взрослых. Авторитарный стиль воспитания приводит к тому, что дети становятся необщительными, замкнутыми, нелюбознательными, отказываются с незнакомыми людьми.

Одно из важнейших условий укрепления психического здоровья детей – создание такой обстановки в группе детского сада, в которой ребенок чувствовал бы себя защищенным в любой ситуации, не боялся обратиться с любым вопросом к воспитателю и другим педагогам .

Руководя любым видом деятельности, взрослые могут влиять на ребенка, на его нравственные проявления, суждения, отношения к сверстникам, расширять и уточнять знания, формировать у него отношение к обществу, к природе, к людям, к труду, к своим обязанностям .

В настоящее время система дошкольного образования ориенти­рована на решение проблемы формирования взаимоотношений ребенка и окружающей среды на основе экологических, а также практически независимых от них валеологических программ.

Для того чтобы выяснить уделяется ли внимание к проблеме формирования культуры здоровья у старших дошкольников, в воспитательно- образовательном процессе, мы проанализировали ряд комплексных и парциальных программ.

Программа «Детство» создавалась, как программа обогащенного, многогранного развития и воспитания ребенка дошкольника в разных видах деятельности. Все содержание программы условно объединяется вокруг четырех основных блоков: познание, гуманное отношение, созидание, здоровый образ жизни.

Блок «Здоровый образ жизни» создает условия для полноценного физического и психического здоровья ребенка в детском саду, помогает ему освоить гигиеническую культуру, приобщить к здоровому образу жизни, сформировать привычку к закаливанию и физической культуре. Он представлен разделом «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными». Приобщение к основам гигиенической культуры происходит через усвоение социальных представлений (ориентаций) и практических умений в умывании, одевании. Культуре еды, уходе за вещами игрушками, отражении в играх на тему бытовых процессов.

В Программе «Истоки» обозначены задачи развития ребенка в деятельности по четырем основным линиям: социальное, познавательное, эстетическое и физическое развитие. В программе «Физического развития» заложены начала здорового образа жизни, физической культуры, связанные с активными движениями, дающими ребенку ощущения «мышечной радости». Дети получают представления о собственном теле, учатся адекватно реагировать на изменение окружающей среды, что позволяет более сознательно относиться к своему здоровью, избегать опасности.

В разделе «Здоровье» отражены современные представления о здоровье ребенка как о сохранении и укреплении жизнеспособности организма в конкретных условиях социальной и экологической среды. Здоровье рассматривается и как одно из условий, определяющих возможность полноценного физического и психического развития ребенка, и как результат процесса нормального хода его развития .

Цель программы «Радуга»:

1.Сохранять здоровье детей и формировать привычку здорового образа жизни.   
2.Обеспечить своевременное и полноценное физическое и психическое развитие детей.   
3.Обеспечить каждому ребенку радостное и содержательное проживание периода дошкольного детства.

В программе уделяется большое внимание охране и укреплению здоровья детей, формированию у них привычки к здоровому образу жизни, в специальном разделе «Растим здорового ребенка» освещаются общие задачи и рекомендации по двигательному режиму, закаливанию, физкультурно- оздоровительной работе[49].

В программе «Из детства в отрочество» (Т.Н. Доронова и др.) определены задачи, которые надо решать в условиях семьи и дошкольного образовательного учреждения по двум взаимосвязанным направлениям – «Здоровье» и «Развитие».

Первое направление программы – «Здоровье» - обеспечивает охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, их развитие и эмоциональное благополучие. Второе направление – «Развитие»- нацелено на:

-развитие личности ребенка (самостоятельности, любознательности и т.д.)

-приобщение детей к общечеловеческим ценностям.

Каждое направление имеет водную и основную части. Вводная часть несет публицистический характер. В основной части представлены задачи, которые необходимо решать в семье и дошкольном образовательном учреждении, для того чтобы обеспечить формирование здоровья, воспитание и полноценное развитие ребенка на этапе дошкольного детства.

Программа «Здоровье» (Автор В.Г. Алямовская)

Цель: воспитание дошкольника физически здорового, разносторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с чувством собственного достоинства.

Автор предлагает систему, состоящую из четырех основных направлений, каждое из которых реализуется одной или несколькими подпрограммами: обеспечение психологического благополучия («Комфорт»); охрана и укрепление здоровья детей («Группы здоровья»); духовное здоровье («Город мастеров», «Школа маленького предпринимателя»); нравственное здоровье, приобщение ребенка к общечеловеческим ценностям («Этикет», «Личность»).

Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Н.Н. Авдеевой и др. разработана на основе проекта государственных стандартов дошкольного образования. Программа содержит 6 разделов, среди которых: «Ребенок и природа», «Здоровье ребенка». Первый раздел содержит следующие темы: в природе все взаимосвязано; загрязнение окружающей среды; ухудшение экологической ситуации; бережное отношение к живой природе; ядовитые растения; контакты с животными; восстановление окружающей среды. Во втором раскрываются следующие темы: здоровье- главная ценность человеческой жизни; изучаем свой организм; прислушаемся к своему организму; ценности здорового образа жизни; о профилактике заболеваний; навыки личной гигиены; забота о здоровье окружающих; поговорим о болезнях, инфекционные болезни; врачи - наши друзья; о роли лекарств и витаминов; правила первой помощи .

В соответствии с современными психолого-педагогическими ориентирами в ней даются примеры возможных занятий и методических приемов, способствующих более эффективному усвоению детьми соответствующего материала.

Проанализировав комплексные и парциальные программы, мы убедились, что практически во многих программах уделяется внимание проблеме формирования культуры здоровья у старших дошкольников («Радуга», «Детство», «Истоки», «Здоровье» (В.Г. Алямовская), «Из детства в отрочество» (Т.Н. Доронова и др.) «Основы безопасности детей дошкольного возраста» (Н.Н. Авдеевой и др.)). Задачи по формированию основ здорового образа жизни в программах либо декларируются, либо сводятся к формированию физической культуры у дошкольников.

Детям предлагается поверхностные информации из области гигиены, медицины. Встречается излишне детальное изучение анатомо-физиологических особенностей человека, к которому дети психологически не готовы. Задачи, связанные с формированием навыков здоровьесберегающего по­ведения, встречаются реже.

**1.3. Теоретические основы понятия «культура здоровья**

**детей дошкольного возраста»**

Роль здоровья в жизни человека трудно переоценить. Здоровье по сути своей должно быть его первейшей потребностью. Здоровье ребенка является важнейшим интегральным показателем, отражающим его биологические и личностные характеристики, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования, жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете - отношение государства к проблемам материнства и детства. В. А. Сухомлинский писал; «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Процесс удовлетворения потребности в здоровье носит сложный, своеобразный (часто противоречивый), опосредованный характер и не всегда приводит к оптимальному результату. По мнению Д.Н. Давиденко, это обусловлено рядом обстоятельств, и прежде всего тем, что в нашем государстве еще не сформировалась положительная мотивация здоровья, что в человеческой природе заложена медленная реализация обратных связей как негативных, так и позитивных воздействий на организм человека, что здоровье, в первую очередь в силу низкой культуры общества, еще не стоит на первом месте в иерархии потребностей человека.

Здоровый ребенок на этапе дошкольного детства обусловлено заботой и вниманием родителей, и в значительной степени зависит от того, как они организуют жизнедеятельность ребенка. Здоровый ребенок определяется как состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений[34].

Формирование здоровья — процесс, регулируемый рядом факторов; основные из них — образ жизни человека и состояние окружающей среды. В настоящее время доказано, что в целом здоровье человека на 50 % определяется его образом жизни. Образ жизни включает три категории: уровень жизни, качество жизни и стиль жизни. Уровень жизни — это степень удовлетворения материальных, культурных и духовных потребностей (в основном это экономическая категория). Качество жизни характеризуется комфортом в удовлетворении человеческих потребностей (преимущественно социологическая категория). Стиль жизни — поведенческая особенность жизни человека, т. е. определенный стандарт, под который подстраивается личность (социально-психологическая категория). Оценивая роль каждой из категорий образа жизни в формировании здоровья, следует отметить, что при равных возможностях первых двух (уровень и качество), носящих общественный характер, здоровье человека в значительной мере зависит от стиля жизни, который в большей степени носит персонифицированный характер и определяется, с одной стороны, историческими и национальными традициями (менталитет), а с другой — личностными наклонностями (образ).

Сегодня особенно остро встает проблема: в обществе должен быть сформирован приоритет здоровья по сравнению с болезнью. И приоритет этот, по нашему мнению, может быть сформирован через культуру здоровья — как физического, так и психического, и нравственного, — воспитываемую с детства. Поскольку большинство факторов риска, определяющих становление здоровья, являются характеристиками, связанными с образом жизни человека, корни развития этих факторов находятся в детском возрасте. Причина столь раннего их возникновения связана с приобретением привычек питания, движения и многих других в раннем периоде жизни человека — детстве.

Формирование общей культуры должно начаться на самых первых этапах жизни, в дошкольном возрасте. Подчеркивая важность и уникальность дошкольного периода детства для всей последующей жизни человека необходимо определить культуру здоровья дошкольников, как неотъемлемую часть общей культуры дошкольного возраста.

Культура определяется как совокупность проявлений жизни, достижений и творчества народов. Понятие культуры является многоаспектным и представляет собой сложное структурное образование. Для современного сознания культура представляет процесс передачи и воспроизводства знаний, нравственных установок, смыслов, опыта от одного поколение к другому и является глобальным условием жизни человека в обществе. Культура определяется как совокупность материальных и духовных ценностей, а также способов их создания, умение использовать их для дальнейшего прогресса человечества, передавать из поколения в поколение.

Культура здоровья является частью общечеловеческой культуры, которая позволяет личности осуществлять любой вид деятельности и осуществляться в этих видах деятельности самой. Она позволяет внести в мир и личность смысл, человеческое значение, эмоциональный комфорт. Культура вбирает в себя способность, умелость, умение использовать то, что накоплено в процессе многовекового развития человечества.

Философский аспект культуры здоровья, являющей собой творческий синтез понятий Культура и Здоровье, разработанный таким отечественными философами как Э.С. Демиденко, И.К. Рерих, В.А. Скумин и др., говорит о том, что сознательная деятельность, духовное начало, как истинно человеческие качества, могут обеспечить одухотворенно- человеческое здоровье .

В отечественной науке разработаны следующие определения понятия **культуры здоровья**:

- Н.А. Тригуб рассматривает культуру здоровья как систему знаний, взглядов, убеждений, навыков, умений, способствующих использованию накопленной социальной информации о здоровом образе жизни, который трансформируется во все аспекты жизнедеятельности человека;

- в исследовании Л.И. Гришкиной культура здоровья определяется как интегрированная характеристика личности и жизнедеятельности человека, которая отражает синтетическую природу культуры, объединяющую созданные человеком материальные и духовные ценности как следствие системы отношений человека к природе, обществу, самому себе и своему здоровью;

-исторически обусловленный образ жизни, уровень развития творческих сил человека, способствующий продолжительности его активной жизни (И.И. Новоселова);

-динамический стереотип поведения, выработанный на основе личностных потребностей, способствующих здоровому образу жизни и определяющих бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей (В.В. Колбанов);

-особое позитивное мышление, чувства и действия, направленные на сохранение всех компонентов здоровья человека, а также его близких и окружающей среды (В.Т. Лободин).

По мнению В.А. Деркунскойсмысл **культуры здоровья,** прежде всего, выражается в обретении личностью смысла, заключающегося в бережном отношении человека к человеку, в здоровых отношениях с окружающим миром и в удовлетворенности этими отношениями, которые строит человек на протяжении всей жизни.

В.А. Деркунская считает, валеологически культурный ребенок старшего дошкольного возраста, это ребенок, у которого устойчиво сформированы ценности здоровья и человеческой жизни, который мотивирован к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих его людей, общества в целом. Это ребенок, который знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представления о себе, своей самоценности, ощущает себя субъектом здоровья и здоровой жизни. Это ребенок, который бережно, уважительно и заботливо относится к близким людям, своим родственникам, сверстникам и взрослым, предметному миру. Ребенок, осознающий и разделяющий нравственные эталоны жизнедеятельности (гуманность, доброту, заботу, понимание, уважение, честность, справедливость, трудолюбие и т.д.).

Культура здоровья дошкольников- характеристика жизнедеятельности и личности растущего ребенка, которая отражает знания и приоретит здоровья в формирующейся системе гуманистических жизненных ценностей, реальное состояние здоровья и активность в здоровьесозидающей жизнедеятельности ребенка на основе самоорганизации, обусловленной примерами здорового образа жизни ближайшего социального окружения.

Под **культурой здоровья** ребенка мы понимаем совокупность знаний о здоровом образе жизни, осознанном отношении к здоровью человека, умений и навыков поддерживать свою жизнь и здоровье.

Разработана психологическая структура культуры здоровья как части общей культуры человека (А.А. Бодалев, В.П. Давыдов, В.Г. Михайловский, Е.Г. Новолюдская, Е.Г. Диканова, Л.Г. Гришкина и др.), включающая когнитивный, мотивационно-ценностный и поведенческий компоненты. Когнитивный компонент культуры здоровья включает знания личности о здоровье, которые характеризуются системностью, полнотой и глубиной. Эмоционально- волевой компонент обуславливает систему жизненных ценностей, которые определяют отношение человека к своему здоровью и здоровью окружающих. Выделяются следующие мотивы: потребность в здоровом образе жизни, стремление к здоровому образу жизни, ориентация на здоровый образ жизни, убежденность в необходимости здорового образа жизни. Поведенческий компонент является наиболее значимым, поскольку поведение отражает отношение личности к миру и проявляется как общественно значимая система социального взаимодействия. Поведенческий компонент культуры здоровья основан на действиях индивида с целью сохранения и укрепления собственного здоровья, здоровья других людей и общества в целом .

Таблица 1

*Характеристика компонентов культуры здоровья*

|  |  |
| --- | --- |
| Компоненты | Характеристика |
| Когнитивный | Развитые познавательные интересы, элементарная система знаний о единстве человека и природы, мыслительные операции, познавательные умения, знания и способы действия. Объем, глубина, системность, осознанность знаний о здоровье, здоровом образе жизни, об основных ценностях жизни. |
| Эмоционально-волевой | Эмоциональная отзывчивость, способность к сопереживанию, радость, жалость, эмпатия, нравственно-волевое устремления в реализации своих поступков (твердость, самостоятельность, упорство, принципиальность), поступки, умение оценить собственное и поведение сверстников с точки зрения здорового образа жизни (критичность, честность). |
| Деятельностный | Склонности, поступки, привычки, навыки и умения в различных сферах деятельности и общения. Это сфера позволяет ребенку совершать нравственные экологические поступки, проявлять гуманное отношение к социоприродной среде, оценивать с нравственных позиций собственные поступки, оценивать поведение сверстников и взрослых с точки зрения социально- экологических норм. |

Повышение уровня культуры здоровья приводит к улучшению качества здоровья, следовательно, уменьшается влияние факторов риска, ухудшающих здоровье. Показатели уровней культуры здоровья связаны с основными компонентами личности (М.С. Каган, Н.И. Шевандрин, Л.Д. Столяренко и др.): когнитивным, эмоционально- волевым, деятельностным.

**Выводы по первой главе**

В первой главе мы изучили социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.Нами были рассмотрены понятия «здоровье» и «культура». Исходя из обозначенной нами проблемы, в теоретической части мы проанализировали разные подходы педагогов, психологов, выделили сущность и особенности формирования культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста. Дошкольное детство является самоценным этапом онтогенеза, в период которого формируется базовая культура личности и закладывается фундамент здоровья на всю последующую жизнь.

Исследования ученых в области здоровья привели к пониманию здоровья человека как комплексной характеристике статистических состояний и динамических процессов жизнедеятельности. Дошкольное детство является самоценным этапом онтогенеза, в период которого формируется базовая культура личности и закладывается фундамент здоровья на всю последующую жизнь. Изучали особенности психического и физического здоровья у дошкольников.

Для того чтобы выяснить уделяется ли внимание к проблеме формирования культуры здоровья у старших дошкольников, в воспитательно- образовательном процессе, мы проанализировали ряд комплексных и парциальных программ, который показал, что практически во многих программах уделяется внимание проблеме формирования культуры здоровья у старших дошкольников («Радуга», «Детство», «Истоки», «Здоровье» (В.Г. Алямовская), «Из детства в отрочество» (Т.Н. Доронова и др.) «Основы безопасности детей дошкольного возраста» (Н.Н. Авдеевой и др.)). Задачи по формированию основ здорового образа жизни в программах либо декларируются, либо сводятся к формированию физической культуры у дошкольников.

Определено основное понятие нашего исследования: культура здоровья дошкольников, компетентная здоровьесозидающая позиция педагогов ДОУ и родителей и др. Определена структура компонентов культуры здоровья дошкольников, которая отличается от культуры здоровья взрослого в связи с особенностями периода дошкольного детства и включает эмоционально- волевой, когнитивный, поведенческий компоненты.

**Список литературы**

1. Авдеева, Н., Князева, О., Стеркина, Р. Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. [Текст]/ Авдеева Н., Князева О., Стеркина Р.-СПб.2005,-144с.
2. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка.[Текст]/ Алямовская В.Г. – М.1993, -112 с.
3. Болотина, Л.Р., Комарова, Т.С., Баранов, С.П. Дошкольная педагогика: Учебное пособие для студентов средних педагогических заведений.- М.1997,-240 с.
4. Беспалько, В.П. Педагогика и прогрессивные технологии обучения.[Текст]/ Беспалько, В.П.- М. 1995, - 336 с.
5. Бобылева, Л. Экологические знания - дошкольникам [Текст]/ Бобылева Л. //Дошкольное воспитание.-1997, №7 –с.16-20
6. Брехман, И.И. Валеология –наука о здоровье. [Текст]/ Брехман И.И. 2-е изд. –М.1990,-206 с.
7. Вайнер , Э.Н. Общая валеология.[Текст]/ Вайнер Э.Н. – Липецк, 1998, -183с.
8. Ветрова, В.В. Уроки психологического здоровья.[Текст]/ Ветрова В.В..-М., 2001,-192с.
9. Гончарова,Е.В Социально-экологическое развитие личности ребенка в условиях гуманистического дошкольного образования.[Текст]/ Гончарова Е.В. Монография.-М.2005,-333с.
10. Гончарова,Е.В. Теория и методика экологического образования детей дошкольного возраста: Курс лекций для студентов высших педагогических учебных заведений. [Текст]/ Гончарова Е.В. Нижневартовск , 2008, – 326 с.
11. Меличева, М.В. Формирование культуры здоровья дошкольников в процессе сотрудничества педагогов и родителей. [Текст]/ Меличева М.В. Автореф.к.пед.н..СПБ 2006.