

систем, обеспечивающих проявление психических функций (В. Д. Шадриков), как результат усвоения социального опыта в совместной деятельности и игре (Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин). Современные исследователи подчёркивают значимость специально организованных игровых ситуаций, в которых у дошкольников формируются предпосылки организаторских способностей.

Их вышеизложенного можно сделать вывод, что способность представляет собой индивидуальную особенность ребёнка, проявляющуюся в умении успешно осваивать новые виды деятельности, использовать знания и опыт в игре, труде и общении, а также организовывать взаимодействие со сверстниками. Развитие способностей в дошкольном возрасте происходит в процессе воспитания и обучения, при опоре на интересы и склонности ребёнка.

Заключение. Организаторские способности являются важным элементом социального и личностного становления дошкольников. Именно в 5—6 лет у ребёнка формируется готовность к ролевому взаимодействию, что делает игру ведущим средством воспитания этих качеств. Грамотно организованная игровая деятельность способствует развитию инициативности, ответственности и умения работать в коллективе. Это позволяет рассматривать игру как ключевой инструмент, обеспечивающий успешную социализацию и подготовку ребёнка к школе.

Список цитируемых источников

1. *Выготский, Л. С.* Воображение и творчество в детском возрасте / Л. С. Выготский. — М.: Просвещение, 1991. — 93 с.
2. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. — 4-е изд., доп. и испр. — СПб.: Прайм-Еврознак, 2008. — 868 с.
3. *Выготский, Л. С.* Психология развития ребёнка / Л. С. Выготский. — М.: Смысл, Эксмо, 2004. — 512 с.
4. *Эльконин, Д. Б.* Психология игры / Д. Б. Эльконин. — М.: Педагогика, 1978. — 304 с.
5. *Логинова, И. А.* Игровая деятельность в развитии ребёнка-дошкольника / И. А. Логинова. — СПб.: Речь, 2003. — 192 с.
6. *Бабаева, Т. И.* Психология общения детей дошкольного возраста / Т. И. Бабаева. — СПб.: Питер, 2005. — 240 с.
7. *Давыдова, Е. И.* Организация игровой деятельности в ДОУ / Е. И. Давыдова. — Минск: НИО, 2018. — 128 с.
8. *Сапожникова, Е. В.* Воспитание самостоятельности у дошкольников / Е. В. Сапожникова. — Минск: БГПУ, 2016. — 156 с.

УДК 378.14

Е. А. Волкова

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ 5—6 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Введение. Здоровье выступает важнейшим элементом общего благополучия человека и представляет собой неотъемлемое право, актуальное для всех возрастных категорий. Конвенция о правах ребёнка прямо закрепляет право каждого ребёнка на полноценный и здоровый рост и развитие [1]. Возраст 5-6 лет является сенситивным периодом для формирования многих функциональных систем организма, что создаёт оптимальные условия для закладывания основ здоровьесберегающего поведения и осознанного отношения к собственному здоровью. Интенсификация образовательного процесса, увеличение информационных нагрузок, распространение гаджетов, ограничение двигательной активности и ухудшение экологической обстановки — все эти факторы негативно влияют на здоровье современных детей и требуют поиска эффективных здоровьесберегающих технологий. В текущей социально-экономической конъюнктуре происходит переосмысление ценностей, где материальные ценности рассматриваются как первоочередные, что порождает необходимость острых мер со стороны государства, направленных на формирование престижа здоровья и популяризацию здорового образа жизни [2]. Закладка основ здоровья происходит в период формирования личности, особенно это актуально для дошкольного возраста, который играет ключевую роль в развитии человека.

Основная часть. Вопросы формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста приобретают особую актуальность в связи с тревожными тенденциями ухудшения здоровья подрастающего поколения. Период 5-6 лет представляет собой особенно благоприятный этап для становления осознанного отношения к собственному здоровью, когда дети активно усваивают новые модели поведения и способны понимать причинно-следственные связи между образом жизни и его последствиями для организма. Здоровьесберегающие технологии, внедряемые в УДО, открывают широкие возможности для формирования устойчивых навыков здорового образа жизни, которые впоследствии становятся фундаментом благополучия ребёнка [3, с. 35].

Здоровьесберегающие технологии представляют собой целостную систему воздействий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, включающую взаимосвязанные компоненты: образовательный, организационный и оздоровительный. Они охватывают все аспекты жизнедеятельности ребёнка в дошкольном учреждении, создавая безопасную среду, в которой гармонично развиваются физические, психические и социальные качества. Отличительной особенностью этих технологий является их направленность не только на защиту здоровья от неблагоприятных воздействий, но и на активное формирование осознанной здоровьесберегающей позиции самого ребёнка [4].

Анализ научной литературы позволяет выделить несколько ключевых групп здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе с детьми 5-6 лет: медико-профилактические, физкультурно-оздоровительные, технологии обеспечения социально-психологического благополучия, валеологическое образование детей старшего дошкольного возраста [5].

Медико-профилактические технологии направлены на сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала учреждения дошкольного образования. Они включают мониторинг здоровья, профилактические мероприятия, санитарно-гигиеническую работу и контроль питания детей [6].

Физкультурно-оздоровительные технологии представляют особую значимость для детей старшего дошкольного возраста, так как направлены на физическое развитие и укрепление здоровья через двигательную активность [6]. В контексте данной группы технологий особое место занимают различные виды гимнастики: утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, корригирующая гимнастика, ритмическая гимнастика.

Утренняя гимнастика, проводимая ежедневно, активизирует обменные процессы, повышает работоспособность и создаёт положительный эмоциональный настрой на весь день.

Дыхательная гимнастика, адаптированная для детей старшего дошкольного возраста, оказывает многогранное воздействие на организм: укрепляет дыхательную мускулатуру, улучшает вентиляцию лёгких, повышает насыщение крови кислородом. Регулярные упражнения для развития правильного дыхания помогают детям справляться с физическими нагрузками, способствуют профилактике респираторных заболеваний и формируют правильную речь. В практику работы с детьми старшего дошкольного возраста успешно внедряются игровые варианты дыхательной гимнастики, превращающие полезные упражнения в увлекательную деятельность.

Гимнастика для глаз приобретает особое значение в эпоху цифровых технологий, когда даже дети старшего дошкольного возраста проводят значительное время перед экранами. Специально разработанные упражнения, выполняемые в игровой форме, способствуют профилактике нарушений зрения, снимают зрительное напряжение, тренируют глазные мышцы. Эффективность данной технологии повышается при использовании ярких предметов, зрительных ориентиров и специальных офтальмотренажёров, вызывающих интерес у детей.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка в УДО направлены на обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка. Данная группа включает технологии психологического сопровождения, игротерапию, музыкотерапию, сказкотерапию. Применение этих технологий позволяет снизить уровень тревожности у детей, повысить их эмоциональную устойчивость и создать благоприятную атмосферу для формирования здорового образа жизни.

Валеологическое образование у детей старшего дошкольного возраста направлено на формирование осознанного отношения к своему здоровью через специально организованные занятия, беседы, игры. Дети получают доступные их пониманию представления о человеческом организме, правилах личной гигиены, рациональном питании, режиме дня, значении физической активности. Важным аспектом валеологического образования становится формирование ответственного отношения к своему здоровью как к ценности, которую необходимо беречь и приумножать.

Особое значение в формировании навыков здорового образа жизни у детей 5-6 лет имеет двигательная активность. Оптимизация двигательного режима положительно влияет не только на физическое, но и на психоэмоциональное состояние детей 5-6 лет [6]. Регулярные физические упражнения способствуют укреплению иммунитета, повышению умственной работоспособности, нормализации эмоционального фона [6].

В процессе формирования здорового образа жизни у детей 5-6 лет особую роль играет организация режима дня [4]. Рациональный режим, соответствующий возрастным особенностям детей 5-6 лет, обеспечивает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна, чередование различных видов деятельности и отдыха. Проблемные ситуации и экспериментальная деятельность позволяют детям самостоятельно приходить к выводам о полезности или вреде определённых действий для здоровья. Наблюдения за проращиванием семян в чистой и загрязнённой воде, опыты с проверкой чистоты рук, эксперименты с дыханием помогают наглядно продемонстрировать влияние различных факторов на живые организмы. Такой подход формирует не только знания о здоровом образе жизни, но и убеждённость в его необходимости.

Игровые технологии обеспечивают высокую мотивацию детей к освоению здоровьесберегающих практик. Сюжетно-ролевые позволяют в доступной форме освоить модели здоровьесберегающего поведения. Дидактические игры валеологического содержания закрепляют знания о здоровье, а подвижные игры обеспечивают необходимую двигательную активность. Игра, являясь ведущей деятельностью у детей старшего дошкольного возраста, становится эффективным инструментом формирования здорового образа жизни [7].

На современном этапе особую значимость обретают усилия, направленные на развитие у детей социальной ответственности. Достижению данной цели будет способствовать использование разнообразных методов и подходов, которые помогают ребёнку осознавать своё место в социуме, формировать положительное представление о себе и своих способностях, а также учат его конструктивно взаимодействовать с окружающими на основе взаимопонимания, уважения и эмпатии. Важным элементом является и воспитание у детей дошкольного возраста ценностных ориентиров, определяющих их отношение к миру, другим людям и самим себе. Именно такие ориентиры закладывают фундамент системы нравственных представлений, которая в дальнейшем будет оказывать влияние на личностное развитие ребёнка [3, с. 35].

Формирование у детей 5-6 лет бережного отношения к собственному здоровью представляет собой важную задачу воспитания, требующую комплексного подхода и опоры на специфику возрастного развития. Особенность этого процесса заключается в необходимости учёта как индивидуальных характеристики ребёнка, включая его интересы, когнитивные возможности и эмоциональную восприимчивость, так и социальных и педагогических условий, в которых осуществляется его обучение и воспитание. Проблема воспитания культуры здоровья не сводится лишь к передаче информации или формированию гигиенических навыков, но предполагает развитие внутренней мотивации ребёнка, осознания значимости здоровья как ценности и выработки устойчивых поведенческих моделей, направленных на его сохранение [8].

Заключение. Формирование у ребёнка понимания причинно-следственных связей между его действиями и состоянием здоровья является ключевым элементом успешного воспитания. Это осознание способствует развитию ответственности за своё здоровье.

В современной практике дошкольного образования особую значимость приобретает разработка инновационных здоровьесберегающих технологий, учитывающих изменившиеся условия жизни детей, новые факторы риска, достижения науки в области сохранения и укрепления здоровья. Перспективными направлениями развития являются цифровизация физического воспитания, формирование навыков информационной безопасности, разработка технологий профилактики гиподинамии и эмоциональных перегрузок, характерных для современного общества.

Список цитируемых источников

1. Конвенция о правах ребенка: Ратифицирована Постановлением Верховного Совета Белорусской ССР от 28 июля 1990 г. «О ратификации Конвенции о правах ребенка» (Ведамасці Вярхоўнага Савета Беларускай ССР, 1990 г., № 1, ст. 7): с изм. от 21 декабря 1995 г. // *іlex* : информ. правовая система (дата обращения: 22.09.2025).
2. *Масло, М. И.* Физкультурно-оздоровительные мероприятия как средство физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем : монография / М. И. Масло, И. М. Масло. — Мозырь : Мозыр. гос. пед. ун-т, 2022. — 92 с.
3. *Латыговская, О. В.* Психолого-педагогические особенности формирования культуры здоровья детей дошкольного возраста / О. В. Латыговская // *Вестник Полоцкого государственного университета. Серия Е: педагогические науки.* — 2016. — № 15. — С. 35—41.
4. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / Н. В. Полтавцева, М. Ю. Стожарова, Р. С. Краснова, И. А. Гаврилова; под общ. ред. Н. В. Полтавцева. — М. : «ФЛИНТА», 2016. — 44 с.
5. *Морозова, Г. К.* Основы здорового образа жизни детей дошкольного возраста: учеб-метод. пособие / Г. К. Морозова. — М. : ФЛИНТА, 2014. — 110 с.
6. *Полтавцева, Н. В.* Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании: монография. — М. : «ФЛИНТА», 2011. — 262 с.
7. *Дедулевич, М. Н.* Методика физического воспитания детей : учебник / М. Н. Дедулевич. — Минск : РИПО, 2016. — 234 с. 6
8. Создание здоровьесберегающего образовательного пространства в учреждении дошкольного образования : практ. пособие / сост.: Ж. М. Грибанова, С. С. Козлова. — Могилев : Могилев. гос. обл. ин-т развития образования, 2022. — 60 с.

УДК 373.3

Ю. С. Гашук

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

Научный руководитель Н. В. Романчук

ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Введение. Развитие образного мышления младших школьников — важный аспект современного образовательного процесса, который способствует формированию творческой личности и успешной социализации ребёнка. Этот процесс основывается на использовании различных методик и педагогических техник, направленных на активизацию воображения, ассоциативного и творческого мышления у младших учеников, что делает обучение более интересным и продуктивным. Развитие образного мышления помогает детям лучше воспринимать учебный материал, выражать свои мысли и эмоции, а также формировать коммуникативные умения.

Основная часть. Формирование образного мышления у младших школьников является одной из ключевых задач современной педагогики и психологии. Именно в этот период закладываются основы интеллектуального развития, творческого мышления и способности к абстрактному восприятию окружающего мира.

Развитие образного мышления младших школьников является важным аспектом формирования их психики и личности. Согласно взглядам Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, Д. Б. Эльконина, С. Л. Рубинштейна и других исследователей, воображение и образное восприятие играют ключевую роль в становлении высших психических функций ребёнка.

Образное мышление представляет собой способность человека мысленно воспроизводить предметы и явления в виде образов. У детей младшего школьного возраста оно развивается на базе наглядно-действенного и наглядно-образного мышления, постепенно переходя к абстрактно-логическому. По мнению Л. С. Выготского, обучение должно опережать развитие, создавая зону ближайшего развития, в которой ребёнок способен осваивать новые формы мышления при поддержке взрослого [1].