

## **ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я – ОСНОВА МАЙБУТНЬОГО ЖИТТЯ ДИТИНИ**

Здоров'я – найголовніша цінність не лише окремої людини, а й усього суспільства. Люди продовжують своє життя в дітях, онуках, втілюють в них те, що не вдалося зробити самим. На сьогоднішній день в Україні все більше почала приділятися увага психічному здоров'ю дітей та суспільства в цілому. Валеологія, як наука та навчальний предмет, стає важливим інтегративним курсом в усіх ланках освіти, першою з яких є дошкільна освіта.

Основна мета валеологічної освіти - зберегти і зміцнити здоров'я дітей, покращити психічний розвиток, формуючи у дітей та їх батьків валеологічний світогляд, виховуючи свідоме і дбайливе ставлення до власного здоров'я як головної умови повної реалізації інтелектуального, психічного і фізичного потенціалу особистості, її духовного розвитку.

У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я записано: "Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад".

Неврівноважена психіка - головна причина дезадаптованості, тривожності та девіантної поведінки дітей. Своєчасна діагностика дає змогу з'ясувати причини відхилення в особистісному розвитку та розпочати профілактичну роботу зі збереження психічного здоров'я дітей.

Виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, психічний розвиток та формування засад здорового способу життя, зміцнення фізичного та психічного здоров'я дитини є одним із пріоритетів освіти.

Близько десяти державних програм спрямовані на пропаганду здорового способу життя дітей та молоді.

"З кожним роком в Україні спостерігається погіршення стану здоров'я дітей: хворобливість, відхилення в роботі внутрішніх органів, зниження рухової активності, 90% учнів-випускників - не здорові, мають ті чи інші відхилення в здоров'ї".

В Україні розпочалося реформування системи освіти. Визначено стратегічні напрями, основні засади, зокрема гуманізацію та гуманітаризацію. Нова школа повинна із суто дидактичної стати виховною. Нинішня школа, вважає Є.Коваленко, розлучає розум і серце. Дітей навчають азів і мало приділяють уваги тому, що вони відчувають. Їх орієнтують лише на стандарти книжного навчання, не пов'язаного із завданням формування людського характеру, творчого потенціалу особистості дитини, її самопізнанням, самовизначенням та самореалізацією [12].

За такої ситуації, коли особистість дитини розглядається лише в одній площині – площині навчаючого об'єкта (а не суб'єкта навчально-виховної діяльності), можливі різні дидактогенії. У психологічному словнику під ред. А.В.Петровського дидактогенія визначається як «викликаний порушенням

педагогічного такту з боку вихователя (педагога, тренера, керівника і т.д.) негативний психологічний стан дитини (пригнічений настрій, страх, фрустрація тощо), який негативно впливає на його діяльність та стосунки».

Дидактогенний невроз можна охарактеризувати як нервово-психічний розлад особистості дитини, основною причиною якого є порушення значущих для неї стосунків вихователь-дитина, а патогенним чинником може бути неправильна поведінка педагога, наприклад, будь-які необережні слова на адресу дитини.

Сильна перевтома, перенавантаження також можуть ставати причиною виникнення невротичних розладів. Вступ до школи – переломний момент у житті дитини. Успішність навчання в школі залежить від особливостей виховання в сім'ї, її рівня підготовленості до школи. Ось чому діагностика психічного здоров'я дітей важлива саме в дошкільному віці.

Пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності. Це здійснюється шляхом розвитку валеологічної освіти, повноцінного медичного обслуговування, оптимізації режиму навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору.

Отже, в усіх ланках системи освіти шляхом використання засобів оздоровчої роботи закладаються основи для забезпечення і розвитку фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я кожного члена суспільства.

#### **Список використаної літератури:**

1. Дем'янюк Т. Духовна культура в системі шкільної освіти й виховання / Педаг. газета. - 2001. - №6. - С.4.

2. Коваленко Є. Проблема фізичного і психічного здоров'я школярів / Педаг. газета.-2001.-№6.-С.5.