

УДК 373.2; 61

Модельные характеристики состояния здоровья детей в здоровьесберегающей деятельности ДОО

Родин Юрий Иванович, доктор психологических наук, кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики дошкольного образования ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет», Москва; yui.rodin@mpgu.su;

Лушникова Елена Николаевна, воспитатель, ГБОУ «Школа №67», Москва; lushnikova73@bk.ru

Аннотация. В статье обосновывается необходимость применения модельных характеристик состояния здоровья детей в здоровьесберегающем дошкольном образовании. Выдвинуто предположение, согласно которому разработка модельных характеристик здоровья повышает качество мониторинга состояния здоровья дошкольников. Цель статьи — определить место и значение модельных характеристик в расширении содержания показателей состояния физического, психического и психологического здоровья детей, привести их к единой порядковой шкале, позволяющей в полной мере реализовать комплексный и структурно-динамический подходы количественного и качественного анализа состояния здоровья ребенка. Задачи исследования: изучение и анализ научно-методической литературы по проблеме применения модельных характеристик в анализе состояния здоровья детей; выявление основных направлений моделирования желаемого состояния здоровья и развития на каждом возрастном этапе; разработка модельных характеристик, позволяющих выявить степень выраженности отдельных признаков здоровья, построить индивидуальный профиль состояния физического, психического и психологического здоровья ребенка, спрогнозировать возможные направления оздоровления психолого-педагогическими средствами и методами. Применялась совокупность теоретических методов исследования: абстракции, конкретизации, анализа, синтеза, индукции, дедукции, а также эмпирических методов диагностики и оценки состояния здоровья детей. Практическое значение исследования заключается в возможности применения модельных характеристик для диагностики и комплексной оценки состояния физического, психического и психологического здоровья детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: модельные характеристики состояния здоровья, здоровьесберегающие педагогические технологии, физическое, психическое и психологическое здоровье детей.

Для цитирования: Родин Ю.И., Лушникова Е.Н. Модельные характеристики состояния здоровья детей в здоровьесберегающей деятельности ДОО // Дошкольное воспитание. 2026. №4. С. 10–15.

5.8.2. Теория и методика дошкольного образования

Model characteristics of children's health status in the health-preserving activities of preschool educational organizations

Rodin Yuri I.,

Doctor of Psychology, Candidate of Pedagogy, Professor of the Department of Theory and Methods of Preschool Education, Moscow State Pedagogical University, Moscow; yui.rodin@mpgu.su;

Lushnikova Elena N.,

State Budgetary Educational Institution School 67, Moscow; lushnikova73@bk.ru

Abstract. The article substantiates the need to apply model characteristics of children's health status in the implementation of health-saving preschool education. When writing the article, we assumed that the development of model characteristics of health improves the quality of monitoring the health status of preschool children. The purpose of the article is to determine the place and significance of model characteristics: 1) in expanding the content of indicators of the state of physical, mental, and psychological health of preschool children, bringing them to a unified ordinal scale that allows for the full implementation of a comprehensive and structural-dynamic approach to the quantitative and qualitative analysis of a child's health status. Research objectives: study and analysis of scientific and methodological literature on the problem of using model characteristics in the analysis of children's health status; identify the main directions of modeling the desired health and development of children at each age stage; develop model characteristics that allow: to identify the degree of severity of individual health indicators of children, to build an individual profile of the physical, mental, and psychological health of a preschool child, and to predict possible ways of improving children's health through psychological and pedagogical means and methods. The purpose and objectives of the study were achieved through a combination of theoretical research methods: abstraction, concretization, analysis, synthesis, induction, and deduction, as well as empirical methods for diagnosing and assessing the health status of children. The practical significance of the study lies in the possibility of using model characteristics for diagnosing and comprehensively assessing the physical, mental, and psychological health of preschool children.

Keywords: model characteristics of children's health status, health-preserving pedagogical technologies, physical, mental and psychological health of children.

For citation: Rodin Y.I., Lushnikova E.N. Model characteristics of children's health status in the health-preserving activities of preschool educational organizations // Preschool education. 2026. N4. P. 10–15.

5.8.2. Theory and methodology of preschool education

Планирование и создание здоровьесберегающей педагогической системы детей дошкольного возраста невозможно без научного обоснования и воспроизведения гарантирующих оздоровительный эффект психолого-педагогических технологий, выстраиваемых в логически обоснованную цепочку воспроизводимых педагогических действий, операций, коммуникаций проспективного характера в соответствии с целевыми установками в форме конкретного ожидаемого и практически достижимого результата — здорового, жизнерадостного и своевременно физически и психически развивающегося ребенка. Это обуславливает предварительный анализ предстоящей здоровьесберегающей деятельности, ее планирование; определение содержания обучения и воспитания на весь период пребывания детей в ДОО и в каждом возрастном периоде, его реализацию, выбор наиболее адекватных для состояния здоровья каждого ребенка педагогических технологий и организационных форм образования, мониторинг состояния физического, психического и психологического здоровья детей [1].

Моделирование желаемого уровня состояния здоровья и развития детей на каждом возрастном этапе требует постоянного отслеживания состояния здоровья каждого ребенка с помощью

системы диагностических мероприятий, включающих наблюдение, тестирование, оценку, анализ и прогноз состояния физического, психического и психологического здоровья детей с целью получения информации, необходимой для принятия и коррекции управленческих решений. Отсутствие действенного механизма, позволяющего зафиксировать и оценить состояние здоровья каждого ребенка по единой шкале измерений, существенно снижает эффективность оздоровительной работы в ДОО.

Основные результаты исследования

Разработка программы мониторинга состояния здоровья детей предполагает: 1) согласование содержания диагностических программ с оперативным, текущим, этапным контролем; 2) определение основных направлений диагностики и количества параметров, соответствующих основным направлениям здоровьесберегающей деятельности; 3) установление этапов диагностики состояния здоровья детей — констатирующего, текущего, промежуточного, контрольного; 4) уравнивание длины оценки проявления состояния детей с последующим построением индивидуальных профилей здоровья, позволяющих определить проблемные зоны физического, психического и психологического здоровья, перспективы и основные на-

правления оздоровительной деятельности. Отсутствие программы мониторинга состояния здоровья детей, включающего научно обоснованные диагностические процедуры, которые содержат критерии, показатели и диагностический инструментарий, отвечающие требованиям комплексного и структурно-динамического подходов, качественного и количественного анализа состояния здоровья ребенка существенно снижает потенциал здоровьесберегающего дошкольного образования [1, 2, 3].

Большое количество переменных, определяющих состояние здоровья дошкольников, требует создания руководящей и объясняющей частей программы мониторинга. *Руководящая программа* содержит перечень основных и относительных стабильных характеристик, отражающих кумулятивное влияние на состояние здоровья ребенка средовых факторов и условий жизнедеятельности на каждом возрастном этапе. *Объясняющая программа* обследования включает более длинный ряд конкретных аутентичных и информативных методик, позволяющих зафиксировать динамику состояния здоровья детей. Она дополняет и уточняет основные количественные и качественные характеристики руководящей программы [1].

Мониторинг состояния здоровья детей требует фиксации его изменений, выраженных в различных единицах и шкалах измерений. Проблема заключается в переводе разрозненных эмпирических данных в единую систему оценки с использованием одинаковых шкал измерений и оценки, позволяющих: 1) выявить степень выраженности отдельных признаков индивидуального здоровья, 2) построить профиль состояния здоровья каждого ребенка, 3) обобщить полученные данные, 4) спрогнозировать возможные направления и варианты оздоровления детей санитарно-гигиеническими, профилактическими и психолого-педагогическими средствами и методами.

Решению этой проблемы способствует разработка модельных характеристик, выраженных в единой шкале измерений, которые включают основные показатели состояния физического, психического и психологического здоровья дошкольников: *нормативные показатели* состояния здоровья, основанные на среднестатистических данных, и *идеальные характеристики* состояния здоровья описательного

характера. В качестве таковых выступают *модельные характеристики физического здоровья*, которые отражают соответствие физического развития, физиометрических, функциональных показателей, физической подготовленности, острой инфекционной и хронической заболеваемости, показателей физической подготовленности детей среднестатистическим показателям; *психического здоровья* — выделяющие преобладающее психическое и эмоциональное состояние, свойственное дошкольникам; *психологического здоровья* — характеризующие сформированность на личностном уровне культуры здоровья ребенка, его ценностного и деятельностного отношения к своему здоровью.

При разработке модельных характеристик состояния здоровья 1) используются усредненные эмпирические показатели детей с уточнением индивидуальных различий или диапазона возможных колебаний; 2) устанавливаются зависимости между общим состоянием здоровья и динамикой отдельных показателей на физическом, психическом и психологическом уровнях; 3) применяются количественные и качественные параметры здоровья, характерные для высокого уровня здоровья детей дошкольного возраста; 4) разрабатывается единая количественная оценка состояния здоровья, показателей, выраженных на интернальной и порядковой шкалах измерений с применением метода квалитметрии.

Разработка и применение модельных характеристик позволяет:

- 1) проследить динамику состояния здоровья детей;
- 2) обобщить эмпирическое знание, выявить наличие/отсутствие связи между показателями физического, психического и психологического здоровья;
- 3) внедрить научные знания о состоянии здоровья детей и факторов, его обеспечивающих, в практическую деятельность ДОО;
- 4) своевременно и объективно оценивать изменения состояния здоровья ребенка, вносить коррективы в его жизнедеятельность;
- 5) спрогнозировать результаты и спланировать оздоровительную работу в ДОО посредством сопоставления индивидуальных показателей состояния физического, психического и психологического здоровья детей с модельными характеристиками;

6) определить основные направления здоровьесберегающей деятельности на основе моделирования вероятных характеристик детей в ближайшем и более отдаленном будущем;

7) индивидуализировать процесс здоровьесбережения детей путем дифференциации процесса их жизнедеятельности в ДОО и регулирования физической, умственной, эмоциональной нагрузок с применением различных форм занятий и приемов педагогического воздействия.

Основными в разработке модельных характеристик здоровья ребенка являются системный подход, принципы количественного и качественного анализа и метод построения профиля состояния здоровья с длиной оценки не менее трех показателей — низкого, среднего, высокого.

Модельные характеристики 1) включают показатели, характеризующие наличное состояние физического, психического и психологического здоровья, 2) отражают необходимый, достаточный и оптимальный уровень потенций к развитию и проявлением активности в этом отношении, возможностью находиться в состоянии динамичного равновесия развивающейся соматики, психики, личности как некой целостности, способной не только адекватно вести себя в постоянно меняющейся окружающей действительности, но и адекватно отвечать на вызовы, связанные со становлением личности [4].

Модельные характеристики конкретизируют следующие показатели.

1) Показатель физического здоровья ребенка, выражающийся в способности адаптироваться к различным факторам среды обитания, в уровне физического развития, функциональных возможностях организма выполнять физическую нагрузку, в физической подготовленности, способности к мобилизации адаптационных резервов организма.

2) Показатель психического здоровья в виде соответствия субъективных образов объектам отражаемой действительности; зрелости эмоциональной, волевой и познавательной сфер; соответствия характера эмоциональных реакций внешним раздражителям; адаптивности в отношениях и общении со взрослыми и ровесниками; способности к управлению своим поведением; сформированности чувства постоянства и идентичности переживаний в однотипных

ситуациях; критичности к себе, своей психической деятельности и ее результатам; способности управлять своим поведением в соответствии с социальными нормами, правилами, традициями, планировать собственную жизнедеятельность и реализовывать жизненные планы; изменения способа поведения в зависимости от смены жизненных ситуаций и обстоятельств.

3) Показатель психологического здоровья выражается в ценностном отношении к своему здоровью; отношении к человеку как ценности; полицентризме в мышлении иприятии точки зрения другого человека; самоотдаче и любви к ближнему; свободном волепроявлении; настрое на преодоление внешних неблагоприятных обстоятельств; потребности в позитивной свободе; самопроектировании своего будущего; вере в свои возможности; ответственности перед настоящим, прошлым и будущим; разумном планировании и достижении жизненных целей; осознании непрерывности, постоянства и идентичности своего физического и психического «Я»; стремлении к обретению общего смысла жизни [4, 5, 6, 7, 8, 9, 10].

Проведенное нами с 2019 по 2026 год педагогическое исследование на базе дошкольного отделения ГБОУ «Школа №67 г. Москвы» позволило разработать и проверить на аутентичность следующие модельные характеристики физического, психического и психологического здоровья детей 4–6 лет (см. табл.).

Выраженность представленных в таблице характеристик позволяет оценить состояние детей на высоком, среднем и низком уровнях. Важна также возможность зафиксировать у детей наличие представленных выше характеристик посредством научно обоснованных и добротных диагностических процедур, позволяющих оценить их по трехбалльной системе, которая включает низкий, средний и высокий уровни.

Заключение

1. Разработка модельных характеристик здоровья повышает качество мониторинга состояния здоровья дошкольников, позволяет в полной мере реализовать комплексный и структурно-динамический подходы количественного и качественного анализа физического, психического и психологического здоровья каждого ребенка за счет: 1) унификации эмпирических данных, полученных с применением диагностических

Модельные характеристики состояния здоровья детей дошкольного возраста

Физическое здоровье	Психическое здоровье	Психологическое здоровье
Отсутствие негативных последствий перенесенных заболеваний для соматического здоровья, отсутствие хронических заболеваний и нарушений опорно-двигательного аппарата. Единичные случаи простудных заболеваний, ОРВИ и ОРЗ. Отсутствие ограничений к занятиям физической культурой. Средние и выше среднего значения длины, массы тела, окружности грудной клетки, гармоничное развитие. Выше средних значения физиометрических показателей силы сжатия кисти. Преобладание выше средних показателей в развитии основных движений и физических способностей	Преобладание благоприятного и позитивного эмоционального и психического состояния. Оптимистический настрой, открытое, позитивное принятие мира. Отсутствие или наличие низкого уровня тревожности и агрессии. Полицентризм. Отсутствие признаков зависимого поведения. Уверенность в себе. Отсутствие скрытности. Отсутствие стремления к одиночеству	Адекватная и завышенная самооценка. Установка на лидерство. Желание добиваться успехов. Отсутствие признаков утомляемости, общей слабости, небольшого запаса сил. Вовлеченность в образовательный процесс при наличии мотивации к развлечениям. Открытость. Преобладание позитивного состояния как черты личности. Наличие стремления самостоятельно справиться с возникающими проблемами. Скромность при наличии уверенности в себе. Отсутствие изоляции в детском коллективе

методик с различными шкалами измерений, приведения их к единой порядковой шкале; 2) наполнения содержания мониторинга состояния здоровья дошкольников конкретным перечнем основных относительно стабильных характеристик; 3) комплексной оценки состояния здоровья детей по трехбалльной системе, включающей низкий, средний и высокий уровни.

2. Модельные характеристики физического развития, физиометрических, функциональных показателей, острой инфекционной и хронической заболеваемости и физической подготовленности детей отражают состояние физического здоровья дошкольников.

Состояние психического здоровья характеризуется наличием или отсутствием признаков преобладания позитивного или негативного психического и эмоционального состояния, оптимистического настроения, открытого, позитивного принятия мира, тревожности и агрессивного состояния, сформированности полицентрической позиции, зависимого поведения, уверенности в себе, скрытности, стремления к одиночеству.

Состояние психологического здоровья проявляется в степени выраженности адекватной и завышенной самооценки, установки на лидерство, желания добиваться успехов, отсутствии

признаков утомляемости, общей слабости, небольшого запаса сил, вовлеченности в образовательный процесс при наличии мотивации к развлечениям, открытости, преобладании позитивного или негативного состояния как черты личности, наличии стремления самостоятельно справиться с возникающими проблемами; скромности и уверенности в себе, отсутствии изоляции в детском коллективе.

3. Модельные характеристики, выраженные в количественных и качественных показателях: 1) конкретизируют задачи здоровьесберегающих педагогических воздействий; 2) позволяют осуществить дифференцируемую оценку достижения прогнозируемого результата оздоровительной работы; 3) выступают условием эффективного управления процессом оздоровления детей; 4) являются исходной позицией разработки педагогических моделей здоровьесбережения детей дошкольного возраста; 5) определяют общую схему и содержание программы мониторинга ребенка; 6) включают необходимое и достаточное количество признаков, позволяющих выявить актуальное состояние здоровья, наличие и степень выраженности его нарушений, потенциальные возможности оздоровления детей.

Список литературы

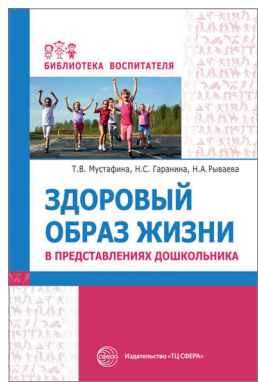
1. Родин Ю.И. К вопросу разработки комплексной коррекционной психолого-педагогической технологии // Современные технологии в специальном (коррекционном) образовательном учреждении V вида. М.: Гриф и К, 2012. С. 5–26.
2. Лазурский А.Ф. Очерк науки о характерах. М.: Наука, 1995.
3. Россолимо Г.И. Психологические профили дефективных учащихся // Труды второго Всероссийского съезда по экспериментальной педагогике 26–31 декабря 1913 г. Петроград, 1913. С. 203–238.
4. Родин Ю.И. Научные основы здоровьесбережения детей дошкольного возраста. М.: МПГУ, 2019.
5. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Кн. 1: Концептуальные основы психологии здоровья. СПб.: Речь, 2006.
6. Панфилова М.А. Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры. М.: ГНОМ и Д, 2000.
7. Пхальян В.В. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст. СПб.: Питер, 2006.
8. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. СПб.: Питер, 2009.
9. Собчик Л.Н. МЦВ — метод цветных выборов. Модифицированный восьмицветовой тест Люшера. Практическое руководство. СПб., Изд-во «Речь», 2001.
10. Щур В.Г. Методика изучения представлений ребенка об отношении к нему других людей // Психология личности: теория и эксперимент / Под ред. В.В. Давыдова. М.: АПН СССР, 1982. С. 108–114.

References

1. Rodin Yu.I. On the Development of a Comprehensive Correctional Psychological and Pedagogical Technology // Modern Technologies in Special (Correctional) Educational Institutions of the 5th Type. M.: Grif i K, 2012. P. 5–26.
2. Lazursky A.F. An Essay on the Science of Character. M.: Nauka, 1995.
3. Rossolimo G.I. Psychological profiles of defective students // Proceedings of the second All-Russian Congress on Experimental Pedagogy on December 26–31, 1913. Petrograd, 1913. P. 203–238.
4. Rodin Yu.I. Scientific foundations of health care for preschool children. M.: MPG U, 2019.
5. Ananyev V.A. Fundamentals of health psychology. Book 1: Conceptual Foundations of Health Psychology. St. Petersburg: Rech, 2006.
6. Panfilova M.A. Game Therapy of Communication: Tests and Correctional Games. M.: GNOM and D, 2000.
7. Phalyan V.V. Development and Psychological Health. Preschool and School Age. St. Petersburg: Peter, 2006.
8. Prikhozhan A.M. Psychology of Anxiety: Preschool and School Age. St. Petersburg: Peter, 2009.
9. Sobchik L.N. MTSV — the Method of Color Choices. Modified eight-color test of Lusher. Practical guide. SPb., Publishing house “Rech”, 2001.
10. Shchur V.G. Technique of studying the child's ideas about the attitude of other people towards him // Personality Psychology: Theory and Experiment / Ed. by V.V. Davydov. M.: USSR Academy of Political Sciences, 1982. P. 108–114.



Книжная полка



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В ПРЕДСТАВЛЕНИЯХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Авторы — Мустафина Т.В., Гаранина Н.С., Рыбаева Н.А.

Методическое пособие «Здоровый образ жизни в представлениях дошкольника» — это две дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы для старших дошкольников.

«Здорово жить здорово» — формирует представления о психическом здоровье и условиях психологического благополучия: познании, эмоциях, коммуникациях и нормах поведения, самооценке, саморегуляции и самоконтроле, оптимизме и позитивных целевых установках.

«Бодрое здоровье» — о ценностях и условиях физического благополучия: движение, питание, гигиена, режим дня, закаливание.

Программы могут быть использованы в образовательной деятельности старших дошкольников (младших школьников) как самостоятельно, так и в комплексе, дополняя друг друга, как кружок или вариативная часть ООП.



Заказать на WB

Закажите в интернет-магазине www.sfera-book.ru