**Формування соціального здоров’я дитини**

**в умовах ДНЗ та сім’ї**

Світова наука розглядає здоров’я як феномен, що інтегрує чотири складові – фізичну, психічну, духовну і соціальну. Усі вони нерозривно пов’язані між собою, впливають одна на одну, разом визначають стан здоров’я людини.

**Соціальне здоров’я** – це стан соціального самопочуття та соціальної

поведінки, спрямованої на збереження власного здоров’я та досягнення гармонії у взаєминах із соціальним середовищем.

**Соціальне здоров’я дитини** – це насамперед її комфортне самопочуття в соціумі, яке досягається завдяки вмінню ефективно спілкуватися, проявляти турботу про інших, коректно і обґрунтовано відмовлятися від небезпечних для здоров’я пропозицій, доброзичливо взаємодіяти з однолітками та дорослими.

Діти – єдина категорія населення, що не має соціальних статусів і соціальних ролей, якщо не вважати статусів «дитина», «чоловіча - жіноча стать», «син - донька», «племінник», «брат-сестра», які вони ще не осмислюють повною мірою. Діти не є виробниками матеріальних благ і не відносяться до категорії економічно самостійного населення, у них не може бути професійних, економічних і політичних статусів і ролей. Їм не знайоме те, з чого складається суть статусів – коло прав і обов'язків. Вони не знають обов'язків інженера, листоноші, парламентарія чи парафіянина. Вони не знають у повній мірі, що таке відповідальність.

У дітей тільки ігрове освоєння соціального світу: хлопчики граються з машинками, а дівчатка – у дочки -матері. Дорослі ніколи не грають у ролі, якщо не вважати ігровий метод навчання в бізнесі.

Отже, два світи – дитячий і дорослий розрізняються з погляду соціалізації. Соціалізувати дошкільника означає - збагатити його індивідуальний досвід позитивними враженнями від спільної з іншими життєдіяльності, розвинути в нього соціальні потреби, сформувати соціальні вміння та навички, виховати «відчуття іншого», сформувати готовність та здатність брати іншого до уваги, працювати в команді, домовлятися, узгоджувати свою позицію, в разі потреби поступатися власними інтересами на користь соціальної групи, діставати насолоду від допомоги та підтримки іншої людини у складній ситуації тощо.

**Життєві навички, що сприяють соціальному здоров’ю**

**(*Т. Андрющенко*)**

**1.** Навички ефективного спілкування:

- уміння слухати;

- уміння висловлювати власну думку;

- невербальне мовлення.

**2.** Навички співчуття:

- розуміння почуттів, потреб і проблем інших людей;

- уміння допомагати і підтримувати;

- ставлення до людей з особливими потребами.

**3.** Навички поведінки в умовах тиску:

- уміння відмовлятися від небажаних пропозицій;

- відчуття межі припустимої поведінки.

У роботі з дошкільниками вводити поняття «соціальне здоров’я дитини» ще зарано, однак варто пояснювати їм, що для того, аби добре почуватися, людині необхідно жити в злагоді з іншими людьми, дружити, бути добрими і вихованими.

*Напрямки формування у дитини соціальної компетентності*

**Чинники збереження соціального здоров’я**

* Здатність підтримувати добрі, культурні, безконфліктні стосунки.
* Здатність вислухати і зрозуміти співрозмовника.
* Здатність домовлятися, чітко висловлювати свої бажання або претензії.
* Здатність гармонійно поєднувати інтонації, міміки, жестів під час спілкування.
* Здатність співчувати, співпереживати, надати допомогу тим, хто її потребує.
* Здатність доброзичливо ставитися до людей з особливими освітніми потребами.
* Здатність упевнено протистояти пропозиціям, які можуть зашкодити здоров’ю.
* Здатність діяти в команді під час виконання спільних справ з однолітками.

Надавати дітям знання про зазначені чинники варто під час бесід, розповідей, спостережень, екскурсій, читання художніх творів, щоденного спілкування з дітьми, перед денним сном, у другій половині дня, під час відповідних життєвих ситуацій тощо. Інформацію про чинники збереження соціального здоров’я педагоги по можливості мають пов’язувати з тематикою навчально-виховних блоків, темами запланованих занять з ознайомлення з довкіллям, художньої літератури, розвитку мови тощо.

Дбаючи про соціальне здоров’я дошкільнят, маємо мотивувати їх ставитися до однолітків та дорослих так, як вони хочуть, щоб ставилися до них. Деякі приклади мотивації дітей:

***Позитивна мотивація на ефективне спілкування***

**Вправа «Інтерв’ю».** Вихователь пропонує взяти інтерв’ю у своїх рідних і друзів. Співрозмовники мають назвати по дві кращі риси одне одного.

**Гра «Чарівна математика».** Діти мають рахувати протягом дня, скільки разів вони привіталися, сказали компліментів, «чарівних слів».

**Гра «Розвідники».** Дітям пропонують поспостерігати за тим, як спілкуються дорослі.

***Позитивна мотивація до прояву співчуття,***

***бажання допомагати іншим***

**СХД «Швидка допомога».** Діти разом з вихователем виготовляють подарунки для хворого.

**Гра «Добрі помічники».** Вихователь пропонує дітям побути чарівниками – протягом певного часу цілеспрямовано робити добрі вчинки: допомагати дорослим і дітям у дитячому садку та вдома.

***Позитивна мотивація на відстоювання своєї позиції***

**Вправа «Мозковий штурм».** Діти з вихователем разом міркують над запитанням «Як відмовитися від пропозиції вчинити погано?».

**Бесіда «Як захистити слабшого?»** (мотиви встановлення і збереження позитивних стосунків з ровесниками та іншими дорослими).

***Позитивна мотивація на спільну діяльність***

**Створення групової книги «Наші досягнення».**

**Поповнення «Банку слів для підтримки товариша»:** «Ти молодець», «Я тобою пишаюся», «Мені з тобою цікаво», «У тебе все добре виходить», «Давай робити разом» тощо.

Дошкільника з розвиненою соціальністю можна кваліфікувати як **соціально компетентну особистість (соціально здорову),** яка характеризується здатністю:

* приймати соціальні правила і норми, знаходити правильні орієнтири для побудови своєї соціальної поведінки;
* добирати корисні для свого соціального розвитку ролі, поводитися відповідально, співвідносити бажання інших з власними можливостями й домаганнями;
* орієнтуватися у своїх правах та обов'язках;
* брати інших до уваги, рахуватися з їхніми бажаннями та інтересами, визнавати сильні сторони інших людей;
* поводитися з партнерами по спілкуванню гнучко; реагувати на їхні слова та дії адекватно; вміти вислуховувати, погоджуватися, відстоювати власну точку зору, домовлятися, укладати угоди;
* виявляти толерантність, емпатію, здатність співчувати і співрадіти;
* налагоджувати з однолітками та дорослими гармонійні взаємини, домовлятися з ними, уникати конфліктів або розв'язувати їх мирним шляхом, утримуватися від образливих слів та агресивних дій;
* бути домірним стану людей, які оточують (не веселитися, коли їм сумно, стримано поводитися у присутності хворого тощо);
* оптимістично ставитися до труднощів, уміти мобілізовуватися на їх подолання; проявляти витримку у стресових ситуаціях;
* розраховувати на себе, рідних, близьких, знайомих, товаришів;
* гідно вигравати і програвати;
* узгоджувати свої бажання з можливостями та вимогами;
* контролювати та регулювати свою поведінку та поведінку людей, що оточують; утримуватися від образливих слів та негативних проявів;
* у разі потреби звертатися по допомогу, вміти нею скористатися;
* володіти мовленнєвим етикетом;
* орієнтуватися у понятті «авторитет», пов'язувати його зі справжніми чеснотами й цінностями;
* поводитися совісно за відсутності контролю з боку дорослого;
* бути людяним, справедливим, уміти ставати на точку зору іншої людини;
* передавати свої враження про соціальні події та взаємини людей художнім образом (малює, ліпить, складає оповідання, співає пісні...).

**Соціальна компетентність дошкільнят:**

**особливості, показники та шляхи розвитку**

Складові соціальної компетентності необхідно формувати вже в дошкільному віці**.**

**Комунікабельність** дошкільняти - це його здатність будувати з дітьми різного віку, статі та близькими дорослими гармонійні взаємини, тобто такі, які обумовлюють взаємоповагу, доброзичливість, спрямованість на співпрацю, конструктивну взаємодію, взаємодопомогу і задовольняють (емоційно та інтелектуально) усіх партнерів по спілкуванню. Без уміння спілкуватися неможливі добрі взаємини між дітьми.

**Взаємини** - це духовні утворення, що складаються в процесі спілкування і відображають його позитивний або негативний характер. Статус дошкільнят - соціальне становище дитини в колективі інших дітей, яке формується на основі взаємин.

**Соціалізація** - входження дитини в гурт інших дітей, сприймання нею групових цінностей, можливість впливати на зміну їх на краще.

**Групова взаємодія** - процес конструктивної спільної діяльності за наявності взаємоповаги, взаємодопомоги, емоційної, інтелектуальної, моральної та фізичної підтримки.

**Соціальна адаптація** - процес пристосування дитини до нового соціального середовища.

**Соціальна характеристика дитини**

Соціальний розвиток дітей дошкільного віку включає процес засвоєння дітьми цінностей, традицій і культури соціуму, а також соціальних якостей особистості, які допомагають дитині комфортно жити в суспільстві. У процесі соціальної адаптації діти вчаться жити за певними правилами і враховувати норми поведінки.

Так, у процесі спілкування дитина набуває соціального досвіду, який надає її найближче оточення: батьки, вихователі та однолітки. Соціальна компетентність досягається завдяки тому, що дитина активно спілкується і обмінюється інформацією. Соціально неадаптовані діти найчастіше відкидають досвіди інших людей і не входять в контакт з дорослими та однолітками. Це може призвести до асоціальної поведінки в майбутньому.

*Методи формування соціального досвіду дітей*

До методів, які впливають на формування соціального статусу дитини, відносять такі види діяльності:

* *ігрова діяльність:* у грі діти приміряють на себе різні соціальні ролі, які дають їм почувати себе повноправними членами суспільства;
* *дослідницька діяльність:* збагачує досвід дитини, дозволяючи йому знаходити рішення самостійно;
* *предметна діяльність:* дає можливість дитині пізнавати навколишній світ і задовольняє його пізнавальні інтереси;
* *комунікативна діяльність:* допомагає дитині знайти емоційний контакт з дорослим, отримати його підтримку та оцінку.

Таким чином, при створенні умов для соціального розвитку дітей, необхідно не тільки передавати їм соціальний досвід у вигляді знань і умінь, а й сприяти розкриттю внутрішнього потенціалу дитини.

Отже, позитивний результат соціалізації дитини не приходить автоматично. Це можливо за умови, якщо дорослий емоційно співпереживає дитині, приймає її позицію, проявляє віру в можливості дитини, створює атмосферу взаєморозуміння.

Позиція дорослого:

* потрібно хотіти почути дитину;
* мати бажання бути корисним дитині у формуванні впевненості в собі;
* бути готовому прийняти почуття дитини, не оцінюючи їх і не засуджуючи;
* не робити все самому за дитину, а давати їй можливість вирішувати власні потреби;
* не брати на себе відповідальність за вибір дитини, а сприймати її як самостійну особистість;
* бути дитині не диктатором, а помічником, наставником, другом.

**Показники соціальної компетентності дошкільника (показники соціального здоров’я)**

***Адаптація до нових умов життя:***

* дитина із задоволенням відвідує дитячий садок;
* охоче включається у спільні ігри, заняття;
* веде змістовні розмови з іншими дітьми, дорослими;
* ініціює знайомство або погоджується на ініціативу інших дітей познайомитись, погратися разом;
* передає словом свої почуття, незалежно від зміни умов життя (як позитивні, так і негативні);
* розуміє, що завжди отримає емоційну підтримку від дорослих та інших дітей;
* знає, що в дитячому садку весело, цікаво, затишно;
* прагне самостійно зорієнтуватися в нових умовах.

***Соціалізація:***

* знає, що є моральними цінностями для колективу;
* варіює свою поведінку з метою пошуку найбільш адекватної за даних умов;
* прагне здійснювати вплив на підтримку позитивних цінностей;
* узгоджує свою поведінку з поведінкою інших дітей шляхом самопорівняння;
* володіє коректними за змістом та інтонуванням висловлюваннями, щоб відстоювати власні інтереси.

***Групова взаємодія:***

* із задоволенням включається в об’єднання дітей різної кількості;
* йде на компроміс у розподілі ролей;
* виявляє щирість, демонструє довіру і приязне ставлення до партнерів по діяльності;
* володіє оригінальними або самостійно створює нові сюжети ігор, має цікаві пропозиції щодо розвитку та продовження спільної гри;
* стає учасником взаємодії не лише в ігровій, а й у трудовій, навчальній діяльності;
* свідомо створює умови для групової взаємодії.

***Статус, ставлення до авторитету:***

* з розумінням, доцільно вживає слово «авторитет»;
* називає якості людини, яку вважає авторитетною;
* виявляє бажання виконувати як головні, так і другорядні ролі в іграх;
* усвідомлює та може пояснити, за які саме якості обирають ту чи іншу дитину на головні або другорядні ролі в грі;
* пояснює своє ставлення до авторитетності в групі інших дітей, причини цього;
* реально оцінює ставлення інших дітей до себе, свій статус у групі однолітків.

***Розуміння іншої точки зору:***

* не перебиваючи, уважно слухає співрозмовника, коли той висловлює власну точку зору;
* стримує себе від категоричних, різких висловлювань;
* шукає та пропонує спільні позиції, варіанти рішень;
* ставить заохочувальні запитання;
* в разі потреби пропонує та здійснює допомогу в розв’язанні спільних питань тощо.

***Регуляція спільної діяльності:***

* справедливо розподіляє ролі, іграшки, необхідне обладнання, предмети;
* охоче погоджується на пропозиції спільно діяти;
* утримується від звинувачень, докорів;
* виявляє творчість у пошуку компромісних рішень, уникає конфліктів, або вміє зняти їх тощо.

***Показники розвиненого спілкування:***

* взаємодіє з дітьми у різних видах діяльності – ігровій, трудовій, навчальній;
* проявляє домірну самостійність у встановленні контактів з іншими, розв’язанні конфліктних ситуацій, оцінюванні взаємин;
* вміє та бажає спілкуватись, будувати гармонійні взаємини, співпрацювати з іншими;
* має позитивний статус в групі інших дітей;
* володіє навичками культури спілкування, знає норми та правила поведінки в громадських місцях;
* прагне в словах і вчинках виявляти добре ставлення до рідних, інших людей;
* активно проявляє емоційне співпереживання, гуманність, толерантність тощо.

***Соціальні уміння дитини:***

* контактує з однолітками та дорослими;
* висловлює свою думку, точку зору;
* висловлює згоду (незгоду);
* відповідає на поставлені запитання;
* виявляє свою життєву позицію, будучи дієвим і відповідальним;
* вибачається і пробачає інших;
* приходить на допомогу;
* запрошує інших до спільної роботи, працює в парі;
* привітна, має оптимістичний настрій.