

## ნინო ორჯონიკიძე, მაია ახვლედიანი

აკაკი წერეთლის სახელმწიფო უნივერსიტეტი  
ქუთაისი, საქართველო  
Nino.orjonikidze@atsu.edu.ge maia.akhvlediani@atsu.edu.ge

## ლალი აბდალაძე

შოთა მესხიას სახელობის ზუგდიდის სასწავლო უნივერსიტეტი  
ზუგდიდი, საქართველო  
abdaldzelali@gmail.com

<https://doi.org/10.52340/lac.2024.09.37>

## საბავშვო ბაღისა და ოჯახის ერთობლივი საქმიანობა სკოლამდელელებში ჯანსაღი ცხოვრების წესის ფორმირების მიზნით

**საკვანძო სიტყვები:** ჯანმრთელობა, ურთიერთშეთანხმება, თანმიმდევრულობა, მხარდაჭერა, გამოცდილება

საზოგადოების დღევანდელი მდგომარეობა, მისი განვითარების ტემპები ახალ, უფრო მაღალ მოთხოვნებს აყენებს ადამიანისა და მისი ჯანმრთელობის წინაშე. თანამედროვე ადამიანი განათლებულ პიროვნებად ვერ ჩაითვლება, თუ არ ფლობს ჯანმრთელობის კულტურას. ჯანმრთელობა არ არის მხოლოდ დაავადების არარსებობა; ეს არის ოპტიმალური შრომისუნარიანობის, ემოციური ტონუსის მდგომარეობა, რომელიც ხელს უწყობს მომავლისთვის ფუნდამენტის შექმნას.

სკოლამდელი ასაკი გადამწყვეტია ფიზიკური და ფსიქიკური ჯანმრთელობის საფუძვლის ფორმირებაში. სწორედ ამ პერიოდში ხდება ორგანოების ინტენსიური განვითარება და სხეულის ფუნქციური სისტემის ფორმირება, ყალიბდება პიროვნების ძირითადი თვისებები და ხასიათი. ამჟამად, არასახარბიელო ეკოლოგიური და სოციალური პირობების ფონზე ჯანმრთელობის მდგომარეობა უარესდება. საბავშვო ბაღის კურსდამთავრებულთა უმეტესობა სკოლაში სწავლისთვის არასაკმარისად მომზადებული მოდის ფსიქოფიზიკური და სოციალური ჯანმრთელობის თვალსაზრისით.

სამეცნიერო კვლევების შედეგები მოწმობს, რომ ბოლო წლებში ბავშვთა ჯანმრთელობის გაუარესების ტენდენცია მდგრადი გახდა. იზრდება საჭმლის მომწოდებელი ორგანოების, საყრდენ-მამოძრავებელი სისტემის დარღვევების მქონე ბავშვების რიცხვი (სქოლიოზი, შარდსასქესო სისტემის, ენდოკრინული სისტემის და სხვ. დარღვევები). ბაღიდან სკოლაში მოსულმა ბავშვებმა იციან კითხვა, თვლა, თუმცა ღარიბი სენსორული გამოცდილება, ხელების სუსტად განვითარებული მოტორიკა აქვთ; ბევრ მათგანს არა აქვთ გამომუშავებული ისეთი აუცილებელი ფიზიკური თვისებები, როგორცაა: ძალისხმევის დაძაბვა ჯანმრთელობისთვის ზიანის მიყენების გარეშე, საკუთარი ემოციური მდგომარეობის ელემენტარული

კორექტირება, ერთი აქტივობიდან მეორეზე გადასვლა, ანუ ის ინდიკატორები, რომლებიც მჭიდროდ არის დაკავშირებული თვითაღზრდასთან.

სუსტი ჯანმრთელობის მქონე ბავშვებში იზრდება წარუმატებლობის შფოთვითი მოლოდინის დონე, რაც ამძიმებს ქცევით და ნეიროფსიქოლოგიურ ანომალიებს, ეს კი, თავის მხრივ, იწვევს ქცევის ანტისოციალურ ფორმებს. ასეთი ბავშვები სწრაფად იღლებიან; ხდება მათი ფუნქციური შესაძლებლობების დაქვეითება, რაც უარყოფითად აისახება არა მხოლოდ სკოლამდელთა ჯანმრთელობაზე, არამედ მათი შემდგომი განვითარების პერსპექტივებზე.

უდავოა, რომ სკოლამდელი ასაკის ბავშვის განვითარების, სწავლისა და აღზრდისთვის ხელსაყრელი პირობები შეიძლება განხორციელდეს მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ არსებობს მჭიდრო ურთიერთქმედება ორ სოციალურ ინსტიტუტს - საბავშვო ბაღსა და ოჯახს შორის. ა. ს. მაკარენკოს თვალსაზრისით, სანამ მასწავლებლები მშობლებს ადანაშაულებენ ცუდი აღზრდის გამო, ხოლო მშობლები მასწავლებლებს თავიანთი შვილების წარუმატებლობის მიზეზად თვლიან, აღზრდის შედეგები ვერ იქნება ეფექტური.

თუ მშობლები და მასწავლებლები გააერთიანებენ ძალისხმევას და უზრუნველყოფენ ბავშვის დაცვას, ემოციურ კომფორტს, საინტერესო და შინაარსობრივ ცხოვრებას საბავშვო ბაღში და სახლში, მაშინ თამამად იქნება შესაძლებელი იმის თქმა, რომ ბავშვის ცხოვრებაში მომხდარი ცვლილებები, მის სასარგებლოდ არის. მაგრამ თუ მშობლები შეწყვეტენ აქტიურ მონაწილეობას იმ სირთულეების გადაჭრაში, რომლებსაც მათი შვილები აწყდებიან, მაშინ მომავალში მათ შეიძლება შეექმნათ სამწუხარო შედეგები, რაც გავლენას მოახდენს ბავშვის პიროვნების განვითარებაზე.

სკოლამდელი დაწესებულება მნიშვნელოვან როლს ასრულებს ბავშვის განვითარებაში. აქ ის იღებს დაწყებით განათლებას, იძენს სხვა ბავშვებთან და უფროსებთან ურთიერთობის და საკუთარი საქმიანობის ორგანიზების უნარს. თუმცა, რამდენად ეფექტურად აითვისებს ბავშვი ამ უნარებს, დამოკიდებულია ოჯახის დამოკიდებულებაზე სკოლამდელი დაწესებულების მიმართ.

მშობლების ინტერესის მიუხედავად შვილების ჯანმრთელობის შენარჩუნების მიმართ, ისინი ხშირად ვერ ახერხებენ მრავალი საკითხისა და წარმოქმნილი პრობლემის კომპეტენტურად გადაჭრას, მით უფრო, რომ ბევრი ბავშვი დროის უმეტეს ნაწილს საბავშვო ბაღში ატარებს. ამიტომ სკოლამდელი საგანმანათლებლო დაწესებულება მნიშვნელოვან დახმარებას უწევს ოჯახს სკოლამდელი ასაკის ბავშვების ფიზიკური და ფსიქოლოგიური ჯანმრთელობის შენარჩუნებასა და განმტკიცებაში.

სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებების მასწავლებლებისა და მშობლების თანამედროვე საქმიანობას ბავშვის ჯანმრთელობის შენარჩუნებისა და განმტკიცების, ჯანსაღი ცხოვრების წესის, ჰიგიენური და ფიზიკური კულტურის საფუძვლების ჩამოყალიბების მიზნით, არა მხოლოდ პედაგოგიური, არამედ სოციალურ მნიშვნელობა აქვს, რადგან ბავშვების ჯანმრთელობა - ქვეყნის მომავალი, მისი ეროვნული უსაფრთხოების საფუძველია.

სკოლამდელი აღზრდის ასაკის ბავშვებში ჯანსაღი ცხოვრების წესის ფორმირებაში საბავშვო ბაღი წარმოადგენს ერთგვარ ცენტრს, რომელიც კომპლექსურად წარმართავს ამ მიმართულებას და წარმართავს ძალისხმევას ჯანსაღი ცხოვრების წესის პოპულარიზაციის, ოჯახური კულტურის აღზრდისა და მშობლებში ცოდნის, უნარებისა და შესაძლებლობების განვითარებისთვის. ბავშვების ჯანმრთელობის მაჩვენებლების დადებითი დინამიკის უზრუნველყოფა და მათი ორიენტაცია ჯანსაღი ცხოვრების წესზე შესაძლებელია მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ განხორციელდება ფიზიკულ-გამაჯანსაღებელი მუშაობის

უწყვეტობა სკოლამდელ საგანმანათლებლო დაწესებულებებში და ოჯახში, მშობლებისა და მასწავლებლების ერთობლივი მიზანმიმართული ძალისხმევით.

აქედან გამომდინარე, ძალზე მნიშვნელოვანია განათლების ერთიანი მოთხოვნების არსებობა როგორც სკოლამდელ საგანმანათლებლო დაწესებულებებში, ასევე ოჯახში.

აღმზრდელებისა და ოჯახების მიზანი უნდა იყოს ერთიანი საგანმანათლებლო, აღმზრდელობითი და გამაჯანსაღებელი სივრცის - „საბავშვო ბაღი - ოჯახი“ - შექმნა. ამ მიზნის მისაღწევად მასწავლებლებსა და მშობლებს შორის მაქსიმალური ურთიერთქმედების მისაღწევად აუცილებელია შემდეგი პრობლემების გადაჭრა:

– ჯანსაღი ცხოვრების წესის ჩამოყალიბების, შენარჩუნებისა და განმტკიცების სფეროში მშობლების ცოდნის დონის ამაღლება სისტემატური პედაგოგიური და სამედიცინო განათლების მეშვეობით;

– აღსაზრდელთა მშობლების ინტერესის ამაღლება შვილებთან ერთად ფიზკულტურულ და გამაჯანსაღებელ აქტივობებში მონაწილეობისადმი;

– ოჯახში პოზიტიური დამოკიდებულების ჩამოყალიბება ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის, ჯანსაღი ცხოვრების წესის მიმართ.

სკოლამდელ საგანმანათლებლო დაწესებულებებსა და ოჯახებს შორის ერთობლივი მუშაობის პრინციპები შეიძლება ჩამოყალიბდეს შემდეგნაირად:

1. ერთიანობა - გულისხმობს აღმზრდელისა და მშობლების ორიენტაციას ჯანმრთელი ბავშვის აღზრდაზე: მშობლები იცნობენ ბავშვის ფიზიკური განვითარების მიზნით საბავშვო ბაღის მიერ დაგეგმილ ღონისძიებებს, მათ შინაარსს, მეთოდებსა და ტექნიკას, ხოლო მასწავლებელი იყენებს ოჯახის საუკეთესო გამოცდილებას ჯანმრთელობის გაუმჯობესებისა და საგანმანათლებლო პროცესის ხელშეწყობის მხრივ.

2. მუშაობის სისტემატურობა და თანმიმდევრულობა - აისახება გრძელვადიან დაგეგმარებაში მთელი წლის განმავლობაში და მოცემულ ჯგუფში ბავშვის ყოფნის მთელი პერიოდის განმავლობაში.

3. ინდივიდუალური მიდგომა თითოეული ბავშვისა და თითოეული ოჯახის მიმართ - ბავშვის ჯანმრთელობისა და განვითარების დონის, მშობლების ინფორმირებულობის ხარისხის გათვალისწინებით.

4. მასწავლებელსა და მშობელს შორის ურთიერთნდობა და ურთიერთდახმარება - გულისხმობს არა მხოლოდ პოზიტიურ კრიტიკას, არამედ მასწავლებლის ავტორიტეტის განმტკიცებას ოჯახში, ხოლო მშობლებისა - ბაღში.

მოსწავლეთა ოჯახებთან წარმატებული ურთიერთობისთვის, სკოლამდელი აღზრდის მასწავლებლები ჰარმონიულად უთავსებენ ერთმანეთს სხვადასხვა ტრადიციულ (ინდივიდუალური საუბრები, კითხვარები, მშობელთა კრებები, ზეპირი კონსულტაციები და სხვ.) და ინოვაციურ ფორმებს, რომლებიც გულისხმობენ მშობლების აქტიურ პოზიციას, პარტნიორობას პედაგოგებთან, ინიციატიურობას თანამშრომლობის პროცესში, მიღებული ცოდნის გამოყენებას ოჯახურ გარემოში.

მასწავლებლებისა და მშობლების ინდივიდუალური მუშაობის ინოვაციურ ფორმებს შორის შეიძლება გამოყენებულ იქნას, მაგალითად, აქცია „ჩვენი ოჯახის ჯანსაღი ცხოვრების წესი“ (საოჯახო პლაკატების მოფიქრება და დამზადება თემაზე „ბედნიერი დასვენების დღე ჩვენს ოჯახში“), „ჯანმრთელი ოჯახის საიდუმლოებები“ (ჯანსაღი კერძების მომზადება ოჯახური რეცეპტების მიხედვით). მშობლებთან მუშაობის კოლექტიურ ფორმებად შეიძლება განხილულ იქნას: ღია კარის დღეები (მშობლებს შეუძლიათ დაესწრონ ნებისმიერ გაკვეთილს, მიიღონ მონაწილეობა იმ დღეს სკოლამდელ საგანმანათლებლო დაწესებულებაში გამართულ

ნებისმიერ ღონისძიებაში). ზოგიერთ ბაღში წარმატებით ბრუნდება და ტრადიციად იქცევა შაბათ-კვირის ლაშქრობებისა და ექსკურსიების ორგანიზება.

სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებისა და ოჯახის ერთიანობა ბავშვებში ჯანსაღი ცხოვრების წესის ფორმირების საკითხებში მიიღწევა იმ შემთხვევაში, თუკი აღმზრდელობითი მუშაობის მიზნები და ამოცანები კარგად ესმით არა მხოლოდ აღმზრდელებს, პედაგოგებს, არამედ მშობლებსაც; როდესაც ოჯახი იცნობს საბავშვო ბაღში ფიზიკური აღზრდისა და გამაჯანსაღებელი მუშაობის ძირითად შინაარსს, მეთოდებსა და ტექნიკას. ხოლო მასწავლებლები იყენებენ ჯანსაღი ცხოვრების წესის საუკეთესო ოჯახურ გამოცდილებას.

### ლიტერატურა:

1. Маркова Т.А., Детский сад и семья / под ред.– М.: Просвещение, 1986.
2. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозайка-Синтез, 2000.
3. Радионова Т. П. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методич. пособие. – М, ТЦ Сфера, 2007. <https://infourok.ru/zdorovesberegayushie-tehnologii-v-dou-5187517.html>
4. Халетова С.С. и др. Основы здорового образа жизни. – Йошкар-Ола, 1997.
5. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М., 2007.
6. Соловьева Н.И. Чаленко И.А. Здоровый образ жизни. Сценарии спортивно-театрализованных праздников. – М.: «Школьная Пресса», 2008.
7. ჩოქიანი თან. ჯანსაღი ცხოვრების წესი საბავშვო ბაღში: აღზრდის მეთოდის აღწერა, მიზანი, შედეგი. <https://minikar.ru/ka/health/zozh-v-detskom-sadu-opisanie-metoda-vozpitaniya-cel-rezultat-proekt-my-za/>

**Nino Orjonikidze, Maia Akhvlediani**

Akaki Tsereteli State university  
Kutaisi, Georgia

[Nino.orjonikidze@atsu.edu.ge](mailto:Nino.orjonikidze@atsu.edu.ge) [maia.akhvlediani@atsu.edu.ge](mailto:maia.akhvlediani@atsu.edu.ge)

**Lali Abdaladze**

Zugdidi, Shota Meskhia State teaching University  
Zugdidi, Georgia  
[abdaladzelali@gmail.com](mailto:abdaladzelali@gmail.com)

<https://doi.org/10.52340/lac.2024.09.37>

## **Joint activity of kindergarten and family in order to form a healthy lifestyle in preschoolers**

### Abstract

Health culture is an important challenge of modern times. Preschool age is crucial in forming the foundation of physical and mental health. Scientific studies show that the trend of children's health deterioration has become sustainable in recent years. In children with poor health, the level of anxious expectation of failure increases, which in turn leads to antisocial forms of behavior. Favorable results can be achieved only with the mutual agreement of two social institutions - kindergarten and family, on the basis of which health is maintained and strengthened, healthy lifestyle is formed, and the foundations of hygienic and physical culture are formed.

It is very important to have uniform requirements for education. Unity, systematicity and consistency of parents and educators, individual approach and mutual trust between teacher and parent. And the result is achieved when the family knows the basic content and techniques of working in kindergarten, and teachers use the best family experience of a healthy lifestyle.

**Keywords:** health, mutual agreement, consistency, support, experience