

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ТА НАПРЯМИ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ ВНЗ ДО ВИКЛАДАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ДЛЯ УЧНІВ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ

MODERN APPROACHES AND DIRECTIONS OF PREPARATION OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS TO TEACHING HEALTH BASICS FOR MIDWEST SCHOOL SCHOOLS

Питання поліпшення здоров'я дітей сьогодні постає надзвичайно гостро й потребує невідкладного вирішення. Майже кожен п'ятий новонароджений з'являється на світ із відхиленнями у здоров'ї. Серед дітей шкільного віку спостерігається негативна тенденція динаміки рівня захворювань, поширення інвалідності внаслідок хвороб. Інформаційне перевантаження, стресові ситуації, модернізація навчального процесу вимагають від дитячого організму великого напруження, що разом з іншими факторами (обмеження фізичної активності, використання комп'ютерних технологій, недостатнє природне та штучне освітлення, відсутність раціонального харчування) спричиняють спочатку функціональні порушення, а згодом і формування органічної патології. Відповідно, мета сучасної школи – підготовка дітей до життя. Кожен учень має отримати під час навчання знання, що знадобляться йому в дорослому житті. Здійснення зазначеної мети можливе за умови запровадження технологій здоров'язбережувальної педагогіки до навчального процесу майбутніх учителів.

Ключові слова: основи здоров'я, середній шкільний вік, підготовка студентів.

Вопрос улучшения здоровья детей сегодня стоит очень остро и требует безотлагательного решения. Почти каждый пятый новорожденный появляется на свет с отклонениями в здоровье. Среди детей школьного возраста наблюдается негативная тенденция динамики уровня заболеваемости, распространение инвалидности вследствие болезней. Информационная перегрузка, стрессовые ситуации, модернизация учебного процесса требуют от детского организма большого напряжения, что вместе с другими факторами (ограничение физической активности, использование

компьютерных технологий, недостаточное естественное и искусственное освещение, отсутствие рационального питания) вызывают сначала функциональные нарушения, а впоследствии и формирование органической патологии. Соответственно, цель современной школы – подготовка детей к жизни. Каждый ученик должен получить во время обучения знания, которые понадобятся ему во взрослой жизни. Осуществление указанной цели возможно при условии внедрения технологий здоровьесберегающей педагогики в учебный процесс будущих учителей.

Ключевые слова: основы здоровья, средний школьный возраст, подготовка студентов.

The issue of improving the health of children today is extremely acute and needs urgent action. Almost every fifth newborn appears on the world with deviations in health. Among school-age children there is a negative tendency in the dynamics of the level of diseases, the spread of disability due to illness. Information overload, stressful situations, and modernization of the educational process require from the child's body of great stress that, along with other factors such as physical activity limitation, the use of computer technologies, lack of natural and artificial lighting, lack of rational nutrition, initially cause functional disturbances, and subsequently and the formation of organic pathology. Accordingly, the goal of the modern school is to prepare children for life. Each student should receive the knowledge that he needs in adult life during the training. Implementation of this goal is possible provided the introduction of technologies of healthcare saving pedagogy to the learning process of future teachers.

Key words: Health Basics, average school age, preparation of students.

УДК 796.011.3+613

Борщенко В.В.,
канд. пед. наук,
доцент кафедри біології
і охорони здоров'я
ДЗ «Південноукраїнський
національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»

Мукієнко Ю.М.,
студентка факультету
початкового навчання
ДЗ «Південноукраїнський
національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Саме інтегрований курс «Основи здоров'я» покликаний формувати в учнів позитивну мотивацію здорового способу життя, розвивати здоров'язбережувальну компетентність у дітей і підлітків, інформувати школярів про ризики для здоров'я та негативний вплив на їхній організм психостимулювальних речовин [2].

У контексті оновлення змісту освіти перед учителем основ здоров'я постають такі завдання (освітня галузь «Здоров'я і фізична культура» Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти):

– поглибити в учнів знання про власне здоров'я, фізичний розвиток, необхідність ведення

здорового способу життя, безпечну поведінку, фізичну культуру особистості, взаємозв'язок організму людини з навколишнім природним середовищем;

– формувати в учнів знання про здоровий і безпечний спосіб життя, фізичну культуру;
– підвищити рівень рухової активності;
– удосконалити життєво необхідні уміння та навички, вміння використовувати їх у навчальній і повсякденній діяльності;

– створити мотивацію учнів щодо дбайливого ставлення до власного здоров'я, занять фізичною культурою, вдосконалення фізичного, соціального, психічного й духовного складників здоров'я;

– сприяти усвідомленню учнями цінності життя і здоров'я, значущості здорового й безпечного способу життя та фізичної культури;

– збагачувати власний досвід учнів щодо збереження здоров'я;

– розширювати функціональні можливості організму учня шляхом цілеспрямованого розвитку природних здібностей, основних фізичних якостей;

– готувати молодь до забезпечення власної безпеки та безпеки інших людей у надзвичайних ситуаціях мирного й воєнного часу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як свідчить практика, інформаційно-просвітницький підхід (знання заради знань), що домінував протягом багатьох років, виявився неефективним у вирішенні завдань профілактики тютюнопаління, уживання алкоголю, наркотиків, поширення ВІЛ-інфекції тощо. Сьогодні альтернативним є компетентнісний підхід (знання заради вмінь). Він базується на основі розвитку життєвих навичок, обґрунтовує необхідність формування усвідомлених поведінкових реакцій, що дають змогу успішно розв'язувати завдання самозахисту від ризикової поведінки, долати життєві труднощі, повсякденні проблеми та інші питання, які розкриваються в змісті навчального предмета.

Саме тому доцільно визначити такі напрями реалізації здоров'язбережувальних технологій в освітньому середовищі:

– створення умов для зміцнення здоров'я школярів і їхнього гармонійного розвитку;

– організація навчально-виховного процесу з урахуванням його психологічного й фізіологічного впливу на організм учня;

– розроблення й реалізація навчальних програм із формування основ здоров'я та профілактики шкідливих звичок.

Освіта в галузі здоров'я на основі життєвих навичок є підходом, що передбачає використання різноманітного досвіду методик навчання й має на меті розвиток знань, формування спеціальних навичок, необхідних для діяльності, спрямованої на дотримання здорового способу життя.

Саме тому мета системи післядипломної педагогічної освіти в контексті зазначеної проблеми – створення належних умов для оперативного навчання учителів основ здоров'я, забезпечення їхньої готовності працювати в нових умовах, активно впроваджуючи здоров'язбережувальні технології в навчально-виховний процес.

Оновлення Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти передбачає перехід на навчання за новими програмами й підручниками. Суспільно-політичні зміни в Україні, орієнтація на європейські стандарти в галузі освіти вимагають якісно нових підходів до створення освітнього середовища, підвищення квалі-

фікації фахівців і створення сучасних уявлень про основи здоров'я в майбутніх учителів.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Нова навчальна програма з основ здоров'я реалізує завдання оновленого Державного стандарту, що визначає здоров'язбережувальну компетентність як ключову [3].

Компетентнісний підхід до вивчення основ здоров'я вимагає продовження формування в учнів і застосування ними навичок здорового й безпечного способу життя, здатності дітей передбачати ризики небезпеки та зменшувати їх вплив.

Змістову лінію «Основи здоров'я», підпорядковану загальній меті – формуванню й розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів, структуровано за чотирма розділами:

– «Здоров'я людини»;

– «Фізична складова здоров'я»;

– «Психічна і духовна складові здоров'я»;

– «Соціальна складова здоров'я».

Знаннєвий компонент здоров'язбережувальної компетентності учнів варто формувати з урахуванням сучасного розуміння сутності здоров'я як складного явища, яке характеризує життєдіяльність окремої людини, групи людей і суспільства загалом. У школярів має накопичуватися інформація щодо сучасного трактування сутності здорового способу життя, його складників та особливо його чинників:

– способу життя сім'ї, найближчого оточення та суспільства;

– рівня культури особи, сім'ї, суспільства;

– місця здоров'я в системі цінностей людини та суспільства, у якому вона живе;

– бажання людини берегти своє життя і зміцнювати здоров'я;

– налаштованості на довге здорове життя й розвиток усіх складників свого здоров'я: фізичного, соціального, психічного, духовного.

Мета статті. З метою формування ціннісного компонента здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів необхідно активізувати мотиваційну й виховну функції навчання, задіювати емоціогенність навчального матеріалу, що дає змогу формувати позитивний світогляд дитини у ставленні до самої себе й інших людей. Мотивування й виховання учнів необхідно базувати на активізації пізнавальних потреб та інтересів школярів. Цьому сприятиме використання завдань на розвиток мотивації (ігрові ситуації й рухливі паузи, персоналіфікація запитань, виконання творчих завдань тощо), ілюстрацій, цікавих фактів, гуморесок [6].

Виклад основного матеріалу. На особливу увагу заслуговує включення в навчальний процес опори на життєвий досвід учнів. Діяльнісний підхід до вивчення основ здоров'я забезпечується

відпрацюванням практичних дій під час вивчення кожної навчальної теми. Зміст нової навчальної програми з основ здоров'я складається з двох частин: понятійної й діяльнісної, що складається з вправ для відпрацювання ключових умінь і навичок щодо збереження життя і зміцнення здоров'я (наприклад, виконання вправ для розвитку життєвих навичок, відпрацювання алгоритму дій, моделювання поведінки, розробка пам'яток тощо). Виконання зазначених вправ є обов'язковим елементом навчальних занять відповідної тематики.

Для реалізації особистісно-зорієнтованого підходу до вивчення основ здоров'я доцільно використовувати навчальні тексти, відеофрагменти, які передбачають рефлексію – встановлення зв'язку між зовнішнім світом і внутрішнім станом учня, спеціально дібраними завданнями (наприклад: Як ти поводишся в такій ситуації? Що тобі подобається або не подобається в запропонованих порадах? тощо), що потребують осмислення дій, колективної комунікації, де кожен учень має змогу реалізувати власний потенціал.

Під час планування вивчення основ здоров'я вчителю необхідно керуватися насамперед принципами наступності, перспективності, активності й емоційності. Необхідним є використання системи завдань, спрямованих на уможливлення оволодіння здоров'язбережувальними компетенціями (розвиток життєвих і спеціальних здоров'язбережувальних навичок) і загальнонавчальними вміннями (управління процесом розуміння учнями прочитаного тексту, оволодіння ними вміння аналізувати, порівнювати, узагальнювати, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, брати участь у проектній діяльності, рольовій грі, розв'язанні конкретних ситуацій тощо) [1].

Особливість методики проведення уроків предмета «Основи здоров'я» полягає в тому, що оволодіння сприятливими для здоров'я й розвитку особистості життєвими навичками потребує багаторазового вправляння насамперед у процесі групової взаємодії.

Ефективними на уроках основ здоров'я можуть бути сучасні педагогічні технології, що ґрунтуються на використанні методів інтерактивного навчання, у тому числі й системи завдань і вправ, зорієнтованих на діалогові форми навчальної взаємодії, застосування елементів тренінгових форм, проектної діяльності, ведення індивідуальних і колективних портфоліо.

З методів інтерактивного навчання, які є найефективнішими на уроках основ здоров'я, пропонуємо такі.

Мозковий штурм. Використовується для генерування ідей та активізації діяльності учнів щодо розв'язання певної проблеми. Можна застосовувати на початку заняття, щоб з'ясувати обізнаність із темою. Усі висловлені ідеї можна об'єднати

або проаналізувати, використовуючи інші методи (наприклад, концептуальну карту, «паутиння»).

Дискусії-роздуми. Заохочують до обмірковування й обговорення того, що учні спостерігали, чули або читали. Починають дискусію запитанням, яке вимагає висловлювання власної позиції та інтерпретації (обговорення) власного досвіду, навчальних відеофільмів, текстів підручників, статей, газетних публікацій тощо. Поставлені запитання заохочують учнів співвідносити зміст опрацьованої інформації з власним досвідом.

Обговорення забезпечує можливість кожному учасникові навчального процесу висловити власні думки й погляди щодо конкретного питання. Невеликі групи (5–7) учнів – найоптимальніші для обговорення, оскільки кожен член групи має змогу висловитися, хоча це можна здійснити й фронтально.

Міні-лекція (узагальнена назва словесного повідомлення інформації). Метод можна використати для повідомлення такої інформації, яка має основоположне значення та яку учні не можуть здобути самостійно. Міні-лекція вважається ефективною, якщо продовжується 5–8 хв.; включає групу дискусію, покази, демонстрації [4].

Навчальний фільм. Це знятий і записаний сюжет, представлений особою, яку неможливо запросити на урок і поради якої дуже важливі. Фільм може бути зроблений у форматі інтерв'ю або репортажу з місця подій, що дає можливість показати дії обладнання, предмети, яких немає в класі. Фільм повинен бути коротким – 5–8 хвилин. Після фільму доцільне обговорення.

Показ/демонстрація. Забезпечує зв'язок між «знати про» й «бути спроможним зробити». Демонстрацію можна вважати ефективною, якщо учні можуть чітко бачити й розуміти те, що відбувається, та коли мають місце короткі пояснення вчителя і групові обговорення впродовж показу.

Доповнення. Цей метод передбачає надання можливості для доповнення інформації, що характеризує певні факти, ознаки, методи. Учні мають завершити текст так, щоб він мав смисл. Метод використовують у письмовій або усній формі із застосуванням власного досвіду учнів, повідомлень про випадки в їхньому житті.

Аналіз окремої життєвої ситуації. Стосується заздалегідь визначених сценаріїв, випадків, котрі ґрунтуються на ситуаціях із реального життя, які учні спостерігають, аналізують, роблять висновки, дають рекомендації.

Концептуальна карта (опорна схема). Складання концептуальних карт часто застосовується для того, щоб можна було побачити зв'язок між новою й відомою інформацією. Також цей метод використовується для того, щоб визначити основні поняття або показати зв'язки між поняттями, схематично відобразити структурні компоненти інформації.

Коло знання. Цей метод залучає кожного до обговорення наданих учителем фактів із товаришами в групі, а потім до обміну думками спочатку в іншій групі (кожний учасник переходить в іншу групу як носій частини нової інформації). Насамкінець представники кожної групи в оновленому складі представляють отримані в результаті обговорення знання перед своєю або всіма групами. Для цього методу потрібно заготувати картки з інформацією, яка має бути раціонально викладеною, добре оформленою; найчастіше надається така інформація, яку можна швидко запам'ятати, щоб легко викласти її членам групи.

Дебати. Структура дебатів заохочує учнів знаходити й наводити переконливі аргументи своїм твердженням. У дебатах більше значення надається конкретним фактам і знанням, ніж неформальному обговоренню. Групи, утворені для проведення дебатів, мають співпрацювати в процесі пошуку та підготовки своїх аргументів. Важливою умовою ефективного проведення методу є обговорення і прийняття заздалегідь правил співпраці під час дебатів. Метод особливо актуальний, адже він не лише дає змогу оволодіти тим чи іншим матеріалом, а й сприяє розвитку навичок вирішення проблем, творчого та критичного мислення, ефективного спілкування, почуття гідності, чинення опору тиску, міжособистісних взаємин [5].

Схеми/таблиці досвіду. Такі схеми/таблиці фіксують досвід, яким діляться учні. Вони є важливими ресурсними матеріалами. Темі для схем/таблиць можуть виникати під час запланованих або спонтанних видів діяльності. Зміст схем/таблиць залежить від рівня та різноманітності тем.

Інтерв'ювання передбачає зустріч учнів із певною особою (науковці, лікарі, батьки, представники державних служб захисту тощо) для обговорення конкретних тем або проблем. Із «перших рук» отримується нова найточніша інформація, відбувається знайомство з точкою зору цієї особи щодо проблеми, яка цікавить учнів. Метод обов'язково доповнюється таким, що дає змогу зробити висновки, узагальнення, наприклад, дискусії-роздуми.

Взаємонавчання. Цей метод використовується так, що учні, більш досвідчені в якомусь конкретному напрямку («фахівці»), діляться своїм досвідом з іншими членами групи.

Консультативна група. Консультативна група створюється для одержання, корекції, збагачення та поглиблення компетентності під керівництвом учителя. До роботи в цій групі, крім учнів, можна залучити батьків, лікарів, медичних сестер та інших.

Вирішення проблеми. Цей метод найчастіше використовується для оволодіння навичками прийняття рішення. Це – пошук відповідей на запитання або шляхів вирішення проблеми, які можуть бути представлені на занятті.

«Павутиння». Метод зорової репрезентації зв'язку між фактами, поняттями, наслідками чи подіями. Його застосування дає можливість досліджувати й упорядковувати інформацію в певній послідовності за ієрархічним змістом. «Павутиння» зручно будувати на основі будь-якої концептуальної карти.

Уявний образ. Метод спрямований на вироблення навичок створення уявного (віртуального) образу предмета чи об'єкта, події або ситуації. Це розвиває уяву і творче мислення. Ситуаційні ігри дають змогу реалізувати творчий потенціал учнів під час короткого перевтілення, коли розігруються певні життєві ситуації, пов'язані переважно з вибором (корисних чи шкідливих звичок, активного чи пасивного відпочинку, вибором друзів, відмовою від участі в діяльності, пов'язаної з ризиком для життя і здоров'я тощо). Після розігрування певної ситуації в навчальній групі створюється надзвичайно сприятлива нагода обговорити інші можливі шляхи вирішення проблеми, виявити ставлення до тієї чи іншої ситуації та зробити загальні висновки.

Ілюстрування. Ілюструючи певні події, фрагменти підручників чи літературних творів, учні передають свої розуміння, особисте сприйняття й ставлення до прочитаного або почутого. Вони розвивають власне творче мислення, коли зображують ту чи іншу особу, середовище, у якому вона живе тощо. Ілюстрування розповіді вчителя чи іншого учня розкриває досвід особи.

Експерсії дають змогу сприймати явища в цілісності, зібрати багатий матеріал для подальшої роботи, набути нові знання та навички, порівняти теоретичні знання з фактами, які мають місце в реальному житті. Експерсії чітко плануються (наприклад, до Центру здоров'я, дитячої поліклініки, медичного кабінету школи); їх результати фіксуються й обговорюються під час реалізації методів навчання, що належать до описаних вище навчальних стратегій.

Висновки. Специфічними засобами змісту предмета «Основи здоров'я» спрямовується діяльність учня на розвиток його активності в засвоєнні істин здорового способу життя, на розвиток продуктивного і творчого мислення. Із цією метою доцільно використовувати в навчальному процесі завдання, що різняться за характером пізнавальної діяльності учнів (рецептивні, репродуктивні, творчі) та ураховують навчальні й розвивальні цілі (на усвідомлення навчального матеріалу, застосування знань і вмінь за зразком, творче застосування набутих знань, формування емоційно-ціннісного ставлення).

Добираючи додаткові матеріали до уроків, учителям варто звернути особливу увагу на відповідність їх змісту віковим особливостям, навчальним можливостям і реальним потребам учнів. Лише за

цих умов реалізація освітньої траєкторії учнями за схемою «Знання – уміння – ставлення – життєві навички» сприятиме формуванню мотивації учнів щодо здорового способу життя.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бартошук І. Здоров'язбережувальні компетентності на уроках основ здоров'я. *Здоров'я та фізична культура*. 2014. № 22 (310). С. 4–7.
2. Бойченко Т.Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2008. № 11–12. С. 6–7.

3. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти: Постанова Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1392.

4. Основи здоров'я: програма для загальноосвітніх навчальних закладів, затверджена Листом МОНУ від 23.12.2004 № 1/11-6611. 5–9 класи. Київ: Перун, 2005. 40 с.

5. Основи здоров'я: програма для загальноосвітніх навчальних закладів, затверджена Наказом МОНмолодьспорту України від 06.06.2012 № 664. 5–9 класи. Київ: Видавничий дім «Освіта», 2013. 48 с.

6. Погорелова Л.В. Особливості викладання основ здоров'я в умовах модернізації сучасної освіти. Миколаїв: ОІППО, 2016. 60 с.