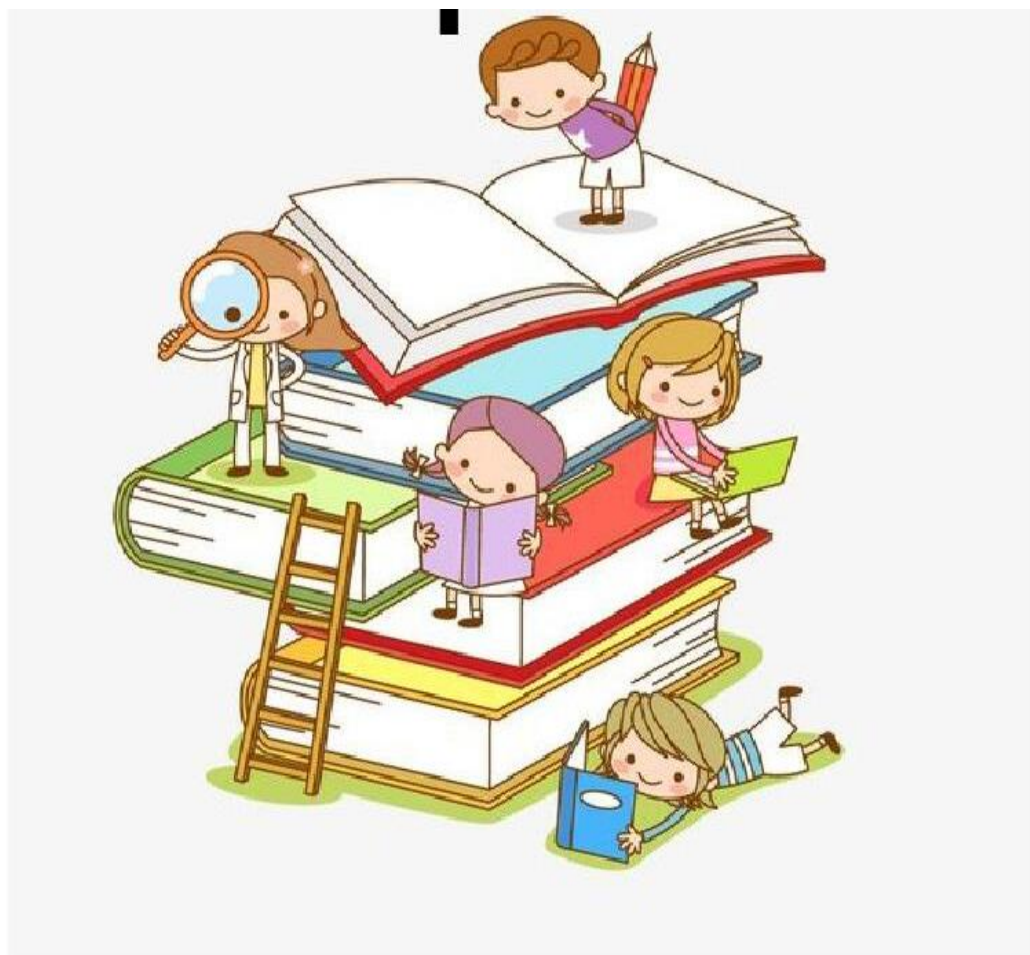


Міністерство освіти і науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ
СОЦІАЛЬНОЇ І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ
ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Навчально-методичний посібник



Укладачі: О.Г. Лісовець
О.В. Самойленко

Ніжин 2021

УДК 378.1(073)

М54

Рекомендовано Вченою радою

Ніжинського університету імені Миколи Гоголя

(НДУ ім. М. Гоголя)

Протокол № 12 від 30.08.2021 р.

Рецензенти:

Криловець М.Г. – доктор педагогічних наук, професор кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи

Білоусова Н.В. – кандидат педагогічних наук, доцентка кафедри педагогіки, початкової освіти та освітнього менеджменту

Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності 013 «Початкова освіта» факультету психології та соціальної роботи.

Укл. О.Г. Лісовець, О.В. Самойленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя. 2021. 284 с.

Навчально-методичний посібник з навчальної дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі» передбачений для студентів I бакалаврського рівня, спеціальності 013 «Початкова освіта» факультету психології та соціальної роботи і містить: загальну інформацію, опорний конспект лекцій, плани та завдання до практичних і лабораторних занять, завдання для ІНДЗ, самостійної роботи, питання підсумкового контролю знань, список рекомендованих джерел.

© О.Г. Лісовець О. В. Самойленко, укладання,
2021 © НДУ ім. М. Гоголя, 2021

ЗМІСТ

Передмова	3
Загальна інформація	4
Навчальний матеріал для вивчення дисципліни	10
Методичні рекомендації до проведення практичних та лабораторних занять	147
Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ)	158
Засоби діагностики успішності навчання	161
Рекомендовані джерела та література	178
Додатки	185

ПЕРЕДМОВА

Дисципліна «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі» вивчається студентами I бакалаврського рівня спеціальності «Початкова освіта» в третьому семестрі. Вивчення дисципліни сприятиме процесу оволодіння майбутніми фахівцями теоретико-методологічними та методичними основами організації здоров'язбережувального освітнього середовища НУШ, основами формування здоров'язбережувальної компетентності учнів на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я та безпеку, практичними навичками здорового способу життя і безпечної поведінки, формування в них ціннісного ставлення до життя і здоров'я, сприяння їх фізичному, психічному, соціальному і духовному розвитку.

Під час вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти ознайомлюються із сутністю та видами здоров'язбережувальних педагогічних технологій; основними положеннями, що визначають зміст, форми та методи організації освітнього процесу відповідно до сучасних наукових концепцій збереження здоров'я учнів та шляхів впровадження здоров'язбережувальних педагогічних технологій в освітній процес початкової школи.

У ході вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі» студенти оволодіють навичками: аналізувати наукову літературу з проблеми організації здоров'язбережувального освітнього середовища в початковій школі; враховувати принцип регіональності у процесі вибору форм і методів збереження та зміцнення здоров'я молодших школярів; моделювати систему діяльності вчителя й учнів, що сприятиме формуванню у них знань, умінь та навичок щодо збереження здоров'я та ведення здорового способу життя.

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

Заклад освіти	Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Факультет/інститут	психології та
Кафедра	Соціальної педагогіки та соціальної роботи Педагогіки, початкової освіти та освітнього менеджменту
Мова навчання	українська
Розробник/и	Д.пед.н., проф. Лісовець О.Г. к.пед.н., доц. Самойленко О.В.
Освітня програма	013 Початкова освіта
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Затверджено	Засіданням кафедри педагогіки, початкової освіти та освітнього менеджменту протокол №1 від 04.11.2021
Обсяг дисципліни	4 кредити ECTS, що відповідає 120 академічним годинам, з яких 40 годин - аудиторне навчання (лекції - 10 год., практ. - 10 год., лабор. - 20 год.) і 80 год. - самостійна робота
Статус дисципліни	обов'язкова

Мета вивчення дисципліни – ознайомлення студентів із навчальними програмами НУШ, метою, завданнями, цілями Державного стандарту початкової освіти щодо реалізації соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі та формування професійної компетентності здобувачів вищої освіти щодо організації і проведення освітньої та позаурочної роботи, що сприятиме досягненню учнями очікуваних результатів навчання, які визначені даною освітньою галуззю.

Завдання навчальної дисципліни:

- формування комплексу знань, умінь та навичок щодо застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі початкової школи відповідно до вимог концепції «Нова українська школа»;
- оволодіння студентами комплексом знань, умінь та навичок щодо моделювання системи діяльності учнів, що сприятиме формуванню в них соціальної і здоров'язбережувальної компетентності на основі оволодіння знаннями про власне здоров'я та безпеку, а також практичними навичками здорового способу життя та безпечної поведінки;

- формування у студентів умінь аналізувати основні положення, що визначають зміст, організаційні форми та методи освітнього процесу відповідно до загальних цілей соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі;
- оволодіння студентами вміннями виявляти, аналізувати та вирішувати проблеми збереження та зміцнення здоров'я як власного, так і оточуючих;
- формування у майбутніх фахівців комплексу знань, умінь та навичок щодо створення безпечного та здоров'язбережувального освітнього середовища в початковій школі.

Програмові результати навчання мають виявитися у сформованих предметно-спеціальних (фахових) та загальних (genericcompetences, transferableskills) компетентностях, які базуються на визначених знаннях, вміннях та здатностях.

У процесі вивчення дисципліни здобувач освіти отримує такі компетентності:

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК-2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

ЗК-3. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.

ЗК-4. Здатність працювати в команді.

ЗК-5. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК-6. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК-7. Здатність діяти соціально відповідально і свідомо.

ЗК-8. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

Спеціальні (фахові) компетентності спеціальності (СК):

СК-2. Здатність орієнтуватися в інформаційному просторі, використовувати відкриті ресурси, інформаційно-комунікаційні та цифрові технології, оперувати ними в професійній діяльності.

СК-3. Здатність до інтеграції та реалізації предметних знань як основи змісту освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної.

СК-4. Здатність управляти власними емоційними станами, налагоджувати конструктивну та партнерську взаємодію з учасниками освітнього процесу, формувати мотивацію здобувачів початкової освіти до навчання та організовувати їхню пізнавальну діяльність.

СК-5. Здатність до проєктування осередків навчання, виховання й розвитку здобувачів початкової освіти.

СК-6. Здатність до організації освітнього процесу в початковій школі з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, розвитку в них критичного мислення та формування ціннісних орієнтацій.

СК-7. Здатність до моделювання змісту відповідно до очікуваних результатів навчання, добору оптимальних форм, методів, технологій та засобів формування ключових і предметних компетентностей молодших школярів у процесі вивчення освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної.

СК-11. Здатність до здійснення профілактичних заходів щодо збереження життя та здоров'я учнів початкової школи, до надання їм домедичної допомоги, до протидії та попередження булінгу, різних проявів насильства.

СК-13. Здатність організовувати та керувати професійним розвитком: власним і молодших школярів.

Програмні результати навчання:

ПРН-01. Організовувати монологічну, діалогічну та полілогічну форми спілкування з молодшими школярами, іншими учасниками освітнього процесу, представниками громади, поважаючи права людини та суспільні цінності; формувати судження, що враховують соціальні, наукові та етичні аспекти.

ПРН-02. Управляти складною професійною діяльністю та проєктами в умовах початкової школи, виробляти та ухвалювати рішення в непередбачуваних робочих та навчальних контекстах.

ПРН-03. Критично оцінювати достовірність та надійність інформаційних джерел, дотримуватися юридичних і етичних вимог щодо використання інформаційно-комунікаційних та цифрових технологій у перебігу педагогічної діяльності в початковій школі.

ПРН-05. Організовувати освітній процес із використанням цифрових технологій та технологій дистанційного навчання молодших школярів, розвивати в учнів навички безпечного використання цифрових технологій та сервісів.

ПРН-06. Інтегрувати та використовувати академічні предметні знання як основу змісту освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти (мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної) та трансформувати їх у різні форми.

ПРН-07. Планувати й здійснювати освітній процес з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, забезпечувати розвиток пізнавальної діяльності учнів, формувати в них мотивацію до навчання

ПРН-08. Організовувати конструктивну та партнерську взаємодію з учасниками освітнього процесу початкової школи, використовувати

практики самозбереження психічного здоров'я, усвідомленого емоційного реагування

ПРН-09. Планувати та організовувати освітній процес у початковій школі, позаурочні й позашкільні заняття та заходи, використовуючи різні організаційні форми навчання та типи занять, із дотриманням принципу науковості та вимог нормативних документів початкової школи.

ПРН-10. Використовувати в освітній практиці різні прийоми формувального, поточного і підсумкового оцінювання навчальних досягнень здобувачів початкової освіти, прийоми диференційованого оцінювання дітей з особливими освітніми потребами.

ПРН-12. Застосовувати методи та прийоми навчання, інновації, міжпредметні зв'язки та інтегрувати зміст різних освітніх галузей в стандартних і нестандартних ситуаціях професійної діяльності в початковій школі, оцінювати результативність їх застосування.

ПРН-13. Організовувати освітній простір з дотриманням принципів універсального дизайну, безпечно, проєктувати навчальні осередки у класі спільно з молодшими школярами з урахуванням їхніх вікових особливостей, інтересів і потреб, забезпечувати дотримання вимог безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни, створювати психологічно комфортні умови освітнього процесу.

ПРН-15. Здійснювати профілактичні заходи щодо збереження життя та фізичного й психічного здоров'я здобувачів початкової освіти, надавати їм домедичну допомогу (за потреби), планувати та реалізовувати заходи щодо попередження і протидії булінгу та різних проявів насильства чи будь-якої з форм дискримінації серед учнів початкової школи й інших учасників освітнього процесу.

НАВЧАЛЬНИЙ МАТЕРІАЛ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1. Вступ. Теоретичні основи методики навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

План

1. Місце дисциплін валеологічного спрямування у формуванні загального світогляду і культури людини.
2. Сучасні уявлення про здоров'я.
3. Основні чинники погіршення стану здоров'я школярів.
4. Законодавча і нормативно-правова база України, яка окреслює напрями діяльності і заходи щодо формування здорового способу життя та безпечної поведінки дітей та молоді.

1. Місце дисциплін валеологічного спрямування у формуванні загального світогляду та культури здоров'я особистості.

Здоров'я людей належить до глобальних проблем, тобто тих, що мають життєво важливе значення для всього людства. Тому, найважливішими соціальними завданнями є визначення найбільш ефективних шляхів зміцнення психічного здоров'я, забезпечення умов гармонійного психофізіологічного дозрівання і формування високих особистісних якостей підростаючого покоління.

У Державній програмі заходів щодо зміцнення здоров'я, збільшення тривалості активного життя, особливе місце відводиться охороні здоров'я дітей і підлітків.

Оскільки більше 95% дітей у віці від 6 до 18 років знаходяться в школі, давно доведено, що логічно використовувати школи як місце для формального навчання здоров'ю.

Рівні життя та здоров'я в сучасних умовах – найважливіші критерії гуманітарного процесу. Такий підхід примушує розглядати здоровий спосіб життя як складну динамічну та функціональну систему, що характеризується

сімейно-побутовою, комунікативною, суспільно-трудовою діяльністю, проявом фізичних і духовних здібностей людини в єдності та гармонії з навколишнім середовищем, природою, як природну основу людини. ЗСЖ не може відбутися без знань індивіда про себе, про ті закономірні зміни, які відбуваються в психіці і фізичному стані людини, про вплив цих процесів на інтелектуальний розвиток.

Для вирішення проблеми формування знань про здоров'я і здоровий спосіб життя в рамках шкільного навчання необхідна корінна перебудова як системи освіти взагалі, так і системи фізичного виховання зокрема.

Багато авторів підтверджують необхідність валеологічного виховання, зокрема, формування здорового стилю життя дітей і підлітків. Особливо важливим останніми роками є зміна всього освітнього процесу з такою метою, щоб урок з будь-якого навчального предмету був уроком, який сприяє не тільки інтелектуальному розвитку, але і збереженню фізичного і соматичного статусу дитини, щоб шкільні заняття не знижували, а підвищували адаптивність учнів і збільшували резерви його здоров'я.

Отже, **здоров'я молодого покоління** – це потреба суспільна, а тому державною політикою розвинутих країн передбачено комплекс заходів щодо його збереження та зміцнення. З іншого боку, **здоров'я** – це потреба особистісна. Кожна людина прагне бути здоровою, почуватися в безпеці й досягти успіху у своєму житті. Сучасний світ ставить перед людиною нові виклики та завдання, впоратися з якими без належного стану здоров'я і без знань про те, як його зберігати непросто. Стан здоров'я підлітків і молоді в Україні становить загрозу національній безпеці.

За даними Міністерства охорони здоров'я України, за останні 15 років зареєстровано підвищення рівня захворюваності й поширення серед молоді хвороб крові та кровотворних органів, сечостатевої, кістково-м'язової систем та онкологічних захворювань; почастишали ускладнення вагітності, пологів і післяпологового періоду, вроджені вади розвитку.

Сучасна молодь потерпає від таких пов'язаних зі здоров'ям проблем, як стреси, тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотичних та інших психоактивних речовин, підліткової вагітності, суїцидів. Це відбувається на тлі надмірного психоемоційного навантаження, безладних статевих стосунків, нераціонального харчування, гіподинамії та інших складників нездорового способу життя.

За даними ВООЗ Україна посідає шосте місце у світі за станом куріння одинадцятирічних, восьме – серед тринадцятирічних, тринадцяте – серед п'ятнадцятирічних. На жаль, Україна є в числі «сумних лідерів» і за вживанням алкоголю: вона займає 8-е місце в світі серед одинадцятирічних підлітків, 16-е – серед тринадцятирічних, 20-е – серед п'ятнадцятирічних. Кожен п'ятий підліток вживає алкоголь один раз на тиждень, кожен десятий – 2-3 рази на тиждень. Україна займає третє місце у світі за вступом у ранні статеві стосунки 15-річних, на 13-му місці у світі – за рівнем статевої розпусти неповнолітніх.

Соціально-небезпечною проблемою став СНІД (ВІЛ-інфекція): за темпами розвитку цієї епідемії Україна посідає чи не перше місце у світі. Більшість ВІЛ-інфікованих наркоманів – особи віком від 15 до 30 років; спостерігається зростання ВІЛ-інфекції серед наркоманів-підлітків і дітей.

В Україні відзначається щорічне погіршення психічного здоров'я дітей і підлітків, насамперед унаслідок вживання алкогольних напоїв, наркотичних та інших психотропних речовин. На шляху до здоров'я існує чимало перепон. Серед них є ті, що не залежать від волі людини (спадковість, екологічні проблеми, соціальні катаклізми, епідемії). Але є і ті, які людина створює собі сама. Насамперед, тут ідеться про спосіб життя людини. Отож проблема формування у дітей і молоді позитивної мотивації на здоровий спосіб життя (ЗСЖ) є актуальною.

2. Сучасне уявлення про здоров'я.

До середини ХХ ст. здоров'я трактували лише як відсутність хвороб. Здоровим вважали кожного, хто не був хворий. З розвитком медицини й

фармакології збільшилася середня тривалість життя людей і змінилося їхнє уявлення про здоров'я. В умовах сьогодення здоров'я ототожнюють з поняттям загального благополуччя (не лише фізичного, а й психологічного і соціального), а його рівень – з якістю життя людини.

Основою сучасного уявлення про здоров'я є визначення ВООЗ: «Здоров'я – це стан повного фізичного, психологічного і соціального благополуччя». Якщо взяти до уваги, що психологічне – це емоційне, інтелектуальне і духовне, отримаємо п'ятивимірну модель здоров'я. Такий підхід до здоров'я називають холістичним (від англ. whole – цілий, цілісний) (Мал. 1). Він враховує не лише фізичне благополуччя людини, а й відповідний їй емоційний стан, інтелектуальний розвиток, рівень її соціалізації та духовності, адже кожен з п'яти вимірів є важливим для загального благополуччя людини.



Мал. 1. Холістична модель здоров'я

Здоров'я – це стан повного фізичного, психологічного і соціального благополуччя (ВООЗ). Рівні здоров'я можна уявити як безкінечність динамічних станів на лінійці, на одному кінці якої – передчасна смерть, а на другому – ідеальне здоров'я.

Досягнення високого рівня благополуччя залежить від багатьох чинників. Деякі з них перебувають поза нашим контролем (наприклад, спадковість чи стан довкілля). Але тривалість життя і міцне здоров'я залежать насамперед від способу життя, тобто від нашої поведінки. Якщо ми нічого не робимо для свого здоров'я, переживаємо багато стресів, маємо шкідливі звички і схильність до невиправданих ризиків, рівень і резерви здоров'я знижуються. А коли підтримуємо добру фізичну форму, живемо в гармонії зі своїм внутрішнім світом і з навколишнім, маємо опір від негативного впливу оточення, то зазвичай досягаємо високого рівня благополуччя. Здоров'я людини безпосередньо пов'язане з її безпекою. Важливо виділяти особисту безпеку людини – те, що вона має забезпечувати самостійно, і громадську безпеку – те, що має забезпечуватися на державному рівні.

Основними передумовами або чинниками, наявність яких дає можливість кожній людині реалізувати свій потенціал здоров'я, є: мир, дах над головою, соціальна справедливість, освіта, харчування, прибуток, стабільна екосистема, сталі ресурси. Ці чинники визначені Оттавською Хартією.

Мир. Відсутність мирних стосунків в сім'ї, конфлікти із найближчим оточенням, на роботі або в іншій організації, де працює людина, наявність конфліктів у громаді або поміж громадами (міжетнічних, міжконфесійних) суттєво шкодять усім складовим здоров'я – фізичній, психічній, духовній, соціальній.

Дах над головою. Доцільно розуміти це поняття ширше, ніж наявність будь-якої домівки. Потрібен певний рівень побутових умов, усталеність майнових правовідносин, наявність інших чинників, які створюють відчуття впевненості у майбутньому щодо захисту власного майна від можливих негараздів природного або суспільного походження. Також має значення рівень розвитку соціальних інституцій, діяльність яких забезпечує відчуття

захищеності особистості та її майна (правопорядку, аварій, надзвичайних ситуацій тощо).

Соціальна справедливість, рівність, неупередженість. Наявність цих передумов здоров'я гарантує всім громадянам однакові можливості доступу до послуг соціальних інституцій, рівні громадянські, майнові, соціальні права, неможливість обмежень законних прав і інтересів людини з боку будь-яких силових або владних структур. Наявність цих передумов створює у людини відчуття захищеності та впевненості у майбутньому, а також надає рівні (в межах законодавства) потенційні можливості для реалізації потреб і здібностей, набуття відповідного соціального статусу незалежно від расових, національних, релігійних, майнових, статевих, вікових ознак. Незалежно від ступеня використання цих можливостей конкретними особистостями, сам факт їх наявності у суспільстві позитивно впливає на стан індивідуального і громадського здоров'я.

Освіта. У розвиненому суспільстві рівень здоров'я значною мірою пов'язаний із рівнем освіти. Чим вище освітній рівень певного соціального середовища, тим кращі, як правило, в ньому узагальнені показники здоров'я. Природно, що піклування про власне і громадське здоров'я неможливо без знання того, чому це необхідно і як це робити. Притому доцільно розуміти поняття освіти у даному контексті не тільки як освіту суто валеологічну, а ширше – як загальну освіту в цілому. Чим ширше знання основних природознавчих, філософських, гуманітарних положень, тим більше можливостей створювати у суспільстві системне уявлення про проблему здоров'я взагалі. Крім того, поняття освіти потрібно розуміти комплексно: і як надання інформації, і як навчання методам, прийомам і навичкам здорового способу життя, і як виховання в душі безумовного пріоритету цінностей індивідуального і громадського здоров'я в усіх його проявах, сферах, рівнях.

Харчування. Це поняття розглядається не тільки утилітарно, як засіб ліквідації почуття голоду або мінімальної підтримки життєдіяльності

організму. Воно передбачає забезпечення якісною питною водою, необхідною кількістю вітамінів, мікроелементів, протеїнів, жирів, вуглеводів, продуктів підвищеної біологічної цінності, фітопродуктів, спеціальних продуктів і харчових добавок тощо, що мають поліпшувати стан здоров'я і протидіяти природному процесу старіння.

Прибуток. Це поняття передбачає наявність фінансових можливостей для забезпечення не тільки мінімальних потреб існування, а й для створення в суспільстві послуг і товарів, необхідних для здорового способу життя, забезпечення можливостей їх споживати.

Стабільна екосистема. Мається на увазі не тільки стабілізація нормальних екоумов там, де вони не зазнали шкоди від попередньої виробничої діяльності, а й відновлення пошкоджених екоутворень з метою запобігання подальшому порушенню екобалансу планети. Лише активна відновлювальна діяльність може забезпечити досягнення в майбутньому стабільної планетарної екосистеми з оптимальними фізико-хімічними параметрами для існування людства.

Сталі ресурси. Поняття включає не тільки запобігання вичерпанню енергоресурсів, корисних копалин, виробничій сировини. Мається на увазі зважене господарювання з урахуванням фінансових і матеріальних ресурсів країн, громад, окремих людей, незадіяних ресурсів виробництва, матеріалів та інструментів, інтелектуальних ресурсів, потенціалу громадських і приватних ініціатив. Тобто, чим більше всіляких ресурсів є в активі певного структурного утворення (людини, громади, організації, регіону), тим більші потенційні можливості спрямування цих ресурсів на заходи щодо здоров'я. Очевидно, що й в Україні можливо досягнути позитивних наслідків, незважаючи на тимчасову нестачу ресурсів, за умови впровадження системи ФЗСЖ, яка насамперед потребує розробки і прийняття таких політичних і управлінських рішень, як на державному, так і на місцевому рівнях, що узгоджуються з потребами здоров'я. Досягнення високого рівня благополуччя залежить від багатьох чинників. Деякі з них перебувають поза

нашим контролем (наприклад, спадковість чи стан довкілля). Але тривалість життя і міцне здоров'я залежать насамперед від способу життя, тобто від нашої поведінки.

Отже, здоров'я особистості нерозривно пов'язане із її здоровим способом життя. Категорію «**здоровий спосіб життя**» розглядають як сценарій життєдіяльності, спрямованої на збереження та поліпшення здоров'я людей. Якщо ми нічого не робимо для свого здоров'я, переживаємо багато стресів, маємо шкідливі звички і схильність до невинуватених ризиків, рівень і резерви здоров'я знижуються. А коли підтримуємо добру фізичну форму, живемо в гармонії зі своїм внутрішнім світом і з світом навколишнім, маємо можливість протистояти негативному впливу оточення, то зазвичай досягаємо високого рівня благополуччя.

Результатом сформованості здорового способу життя є **культура здоров'я** як інтегративна якість особистості і показник вихованості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок формування, відтворення та зміцнення здоров'я, і характеризується високим рівнем культури поведінки щодо власного здоров'я та здоров'я оточення.

Здоров'я людини тісно пов'язане з її **безпекою**. Для вивчення проблем безпеки оперують такими поняттями, як гомеостаз, особиста та громадська безпека, безпека життя, безпека життєдіяльності, сфери життєдіяльності людини.

Гомеостаз – відносна сталість функцій організму в умовах нестабільності зовнішніх і внутрішніх подразників. Саме стан здоров'я людини віддзеркалює динамічну рівновагу між навколишнім середовищем та її організмом. Зрозуміло, що людина, як і будь-яка жива істота, зацікавлена у збереженні свого гомеостазу, який є умовою її існування і розвитку. Тому не дивно, що безпека належить до базових людських потреб. Потреба у безпеці в багатьох випадках є мотивом поведінки людини або джерелом її внутрішніх психологічних проблем (якщо, наприклад, дитина росте і розвивається у нестабільному і ворожому середовищі).

3. Основні чинники погіршення стану здоров'я школярів.

Людина є найважливішою цінністю суспільства. Проте з кожним роком збільшується кількість чинників, які негативно впливають на її життя та здоров'я. Відомо наскільки шкідливим, навіть небезпечним, і для окремої людини, і для суспільства загалом є вживання тютюну, алкоголю й наркотиків. Як свідчить практика, інформаційно-просвітницький підхід, що домінував упродовж багатьох років, виявився неефективним щодо розв'язання завдань профілактики тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотиків, розповсюдження ВІЛ-інфекції. Нині альтернативою є формування в школярів особистісно зорієнтованого ставлення до власного здоров'я.

Здоров'я – найперша необхідна умова успішного розвитку кожної людини, її навчання, праці, добробуту, створення сім'ї і виховання дітей. Від ставлення людини до здоров'я багато в чому залежить його збереження і зміцнення. Навчити дітей берегти та зміцнювати своє здоров'я – одне із пріоритетних завдань сучасної школи, яке реалізується у навчанні соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Негативну роль у погіршенні здоров'я школярів відіграють такі чинники: **екологічний, спадковість, умови та спосіб життя**. Завдяки втіленню в життя ціннісного ставлення до здоров'я, а також усвідомленню учнями залежності стану здоров'я від способу життя й екологічного середовища життєдіяльності з'являється принципова можливість формування культури здоров'я школярів. З урахуванням вікових особливостей здоров'я учнів – це особистісна якість, сформована на основі знань, умінь, ціннісних орієнтирів, що характеризується здоров'язберігаючою поведінкою.

За останні роки в Україні відбувається різке погіршення стану здоров'я дітей та підлітків. Більше того, стан здоров'я учнів закладів загальної середньої освіти викликає серйозне занепокоєння, навіть характеризується як катастрофічний. 53% учнів мають відхилення у стані здоров'я та 58% – обмеження за станом здоров'я у виборі професії після закінчення школи.

Здорових дітей у віці 7 років налічується 23%, старшокласників – 10%, послаблене здоров'я мають 53% учнів загальноосвітніх шкіл.

Для третини дітей закінчують початкову школу з порушенням постави, у 80% учнів 5-6-х класів виявляється розлад нервової системи, у кожній третій дитині 14 років виникає хронічна патологія. Закінчення школи половина учнів зустрічають короткозорими, 30-40% страждають на серцево-судинні захворювання, 20-30% - на нервово-психічні розлади. Погіршення стану здоров'я пов'язане із суттєвим зменшенням рухової активності школярів та збільшенням об'єму навчальних навантажень. Учні перебувають в умовах суворої регламентації шкільного режиму, тому, як правило, не можуть задовольнити свої потреби в рухах та раціональному харчуванні.

Доведено, що за останні роки рівень розповсюдженості **функціональних відхилень** у стані здоров'я учнів початкової школи збільшився на 84,7%, хронічних захворювань – на 83,8%. Структура захворюваності дітей характеризується домінуванням патологій опорно-рухової та нервової систем, шлунково-кишкового тракту та органів травлення.

Другим важливим чинником виховання здорової особистості є **правильне харчування**. У бесідах з дітьми виявилось, що вони або снідали бутербродом із чаєм, або зовсім не снідали. Слід пам'ятати, що відмова від сніданку і нерегулярне харчування є причиною поширення шлунково-кишкових захворювань.

Загальновідомо, що нині **харчування** є провідним фактором у збереженні здоров'я людини, особливо, коли йдеться про зростаючий організм. Ця проблема є надзвичайно актуальною, оскільки за результатами довготривалого епідеміологічного дослідження, спрямованого на вивчення сучасних умов та чинників формування здоров'я дітей під загальною назвою «Сім'я та діти України», було з'ясовано, що організація харчування дітей у багатьох сім'ях незадовільна.

Наслідками негативних тенденцій у харчуванні дітей стають захворювання шлунково-кишкового тракту (гастрити, виразкова хвороба, ожиріння, алергійні та інші захворювання).

Таким чином, тільки наукові принципи раціонального харчування є порадицею та орієнтиром щодо рішучих дій, спрямованих на покращення здоров'я дітей. Знати основи раціонального харчування повинна кожна людина, а надто - дитина, яку необхідно вчити цьому з раннього віку. Це надзвичайно актуально саме тепер, коли під впливом різних чинників, обставин сучасного життя фактичне харчування дітей і підлітків набуває певних особливостей, що негативно впливають на їхнє здоров'я. Наступний чинник – це сон.

Сон – один із важливих елементів режиму дня. Під час сну весь організм відпочиває, а мозок і далі працює. Його кровопостачання зростає, температура підвищується. У цей час у мозку відбувається обробка отриманої інформації, її аналіз і сортування, після чого потрібні організму дані закладаються у пам'ять. Тому головною умовою повноцінного сну є його тривалість. У учнів 6-10-років вона має становити 9-10 годин.

Скорочення сну дітей на 2-3 години порушує кровообіг мозку, зменшує швидкість, силу нервових процесів, знижує працездатність на 30-40%. Як наслідок – неприйняття матеріалу, нездатність його запам'ятовувати. І винні у цьому передусім телевізор, стресовий стан унаслідок якихось непорозумінь у сім'ї тощо.

Фізичний розвиток. Учні багато часу проводять сидячи, уроків фізкультури лише два на тиждень. Чим же компенсувати гіподинамію? Саме батьки у змозі регламентувати час перебування дитини перед телевізором, пропонувати їй зміну трудової діяльності, закріпити за нею певні обов'язки. Здоров'я дітей – одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя батьків, вчителів, суспільства в цілому. Для будь-якого закладу загальної середньої освіти головною проблемою є збереження і зміцнення здоров'я учнів.

На сьогоднішній день, 85% першокласників мають ті чи інші порушення соматичного та психічного характеру, зростає кількість дітей, які мають психоневрологічні захворювання. У зв'язку з цим у закладі освіти систематично повинні проводитися моніторингові дослідження стану здоров'я учнів.

За даними проведених моніторингових досліджень можна побачити, що з кожним роком кількість здорових дітей зменшується. Також дані вказують на те, наприклад, що з кожним роком зростає показник надлишку ваги. Це свідчить про недостатню культуру харчування підлітків, батьків та неправильний вибір батьками їжі для школярів. Якщо у закладі за раціональним харчуванням учнів слідкує адміністрація, робітники їдальні та медична сестра, то вдома діти, зазвичай, не дотримуються правил раціонального харчування. Все це не може не хвилювати педагогів та медичних працівників, тому що діти, які приходять до 1 класу, вже мають відхилення у стані здоров'я.

4. Законодавча і нормативно-правова база України, яка окреслює напрями діяльності і заходи щодо формування здорового способу життя і безпечної поведінки школярів.

Сучасність висуває вимоги повного співвідношення національного законодавства нормам та принципам, закріпленим міжнародними пактами. Україна підписала і ратифікувала практично всі документи, що стосуються прав людини, а також проблем здоров'я. Основи законодавства України про охорону здоров'я визначають, що кожна людина має природне, невід'ємне і непорушне право на охорону здоров'я. Суспільство і держава відповідальні перед сучасним і майбутнім поколінням за рівень здоров'я і збереження генофонду народу України. У нашій державі визначені правові, організаційні, економічні та соціальні засади охорони здоров'я.

Здоров'я людини в Україні розглядається як одне з найголовніших немайнових благ особи. Статтею 3 Конституції України здоров'я людини (як

і її життя, особиста честь і гідність, недоторканість та безпека) визначене найвищою соціальною цінністю.

Конституція України Статтею 3 передбачає: «Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканість і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю».

Стаття 6 передбачає, що кожний громадянин України має право на охорону здоров'я.

Стаття 28 передбачає забезпечення сприятливих для здоров'я умов праці, навчання, побуту та відпочинку, високого рівня працездатності, профілактики травматизму і професійних захворювань, отруєнь та відвернення іншої можливої шкоди для здоров'я.

Стаття 31 передбачає організацію обов'язкових медичних оглядів неповнолітніх, вагітних жінок, працівників підприємств, установ і організацій зі шкідливими і небезпечними умовами праці, військовослужбовців та осіб, професійна чи інша діяльність яких пов'язана з обслуговуванням населення або підвищеною небезпекою для навколишніх.

Статтею 32 основ законодавства про охорону здоров'я підтверджується, що держава сприяє утвердженню здорового способу життя населення шляхом поширення наукових знань з питань охорони здоров'я. організації медичного, екологічного і фізичного виховання, здійснення заходів, спрямованих на підвищення гігієнічної культури населення.

У Статті 41 йдеться про те, що на період хвороби з тимчасовою втратою працездатності, громадянам надається звільнення від роботи з виплатою в установленому законодавством України порядку допомоги щодо соціального страхування.

Відповідно до Статті 49 Конституції України кожен має право на охорону здоров'я.

Стаття 57 передбачає охорону здоров'я матері й дитини, з цієї мети організовуються мережі жіночих, медико-генетичних та інших консультацій, пологові будинки, санаторії та будинки відпочинку для вагітних жінок і

матерів з дітьми, ясла, садки та інші дитячі заклади. Гарантується здоров'я матері й дитини, жінці надається відпустка у зв'язку з вагітністю і пологами з виплатою допомоги щодо соціального страхування.

Статтею 58 передбачається, що заклади охорони здоров'я забезпечують кожній жінці кваліфікований медичний нагляд за перебігом вагітності, стаціонарну медичну допомогу при пологах і лікувально-профілактичну допомогу матері та новонародженій дитині.

У статті 59 йде мова про те, що батьки зобов'язані піклуватися про здоров'я своїх дітей, їх фізичний та духовний розвиток, ведення ними здорового способу життя.

Стаття 60 стверджує, що діти і підлітки забезпечуються медичною допомогою у лікувально-профілактичних та оздоровчих закладах, дитячих поліклініках, відділеннях, диспансерах, лікарнях, санаторіях та інших закладах охорони здоров'я. Діти і підлітки перебувають під диспансерним наглядом.

Стаття 62 стверджує, що здійснюється контроль за охороною здоров'я дітей у дитячих виховних і навчальних закладах, а стаття 63 - що держава допомагає громадянам у здійсненні догляду за дітьми з дефектами фізичного та психічного розвитку, які потребують медико-соціальної допомоги і спеціального догляду.

Стаття 64 підтверджує, що надаються пільги матері в разі хвороби дітей.

Стаття 65 передбачає контроль за трудовим і виробничим навчанням та умовами праці підлітків, стаття 66 - передбачає обов'язкові медичні огляди працюючих підлітків, які повинні проводитися регулярно, не рідше одного разу на рік.

У Статті 3 Основ законодавства України про охорону здоров'я (після Конституції цей документ є другим за юридичною вагою правовим актом у цій сфері), здоров'я визначається як стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних

дефектів. Можна говорити про те, що у національне законодавство України практично впроваджено визначення здоров'я, прийняте ВООЗ. Зміна цілей і цінностей сучасної освіти, яка відбулася останніми роками, засвідчує потребу у новому розумінні педагогами ролі здоров'я в організації навчально-виховного процесу.

Гасло «Здоров'я через освіту» є актуальним і важливим. Воно знайшло відображення в низці основоположних документів, які визначають принципи, засади і зміст діяльності освітніх установ щодо збереження, зміцнення і формування здоров'я дітей та молоді.

Так, Законом України «Про загальну середню освіту» визначено, що серед завдань загальної середньої освіти чільне місце посідає «виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів (вихованців)» (Стаття 5), а заклад загальної середньої освіти повинен забезпечувати безпечні та нешкідливі умови навчання, режим роботи, умови для фізичного розвитку та зміцнення здоров'я учнів (Стаття 22).

У Концепції загальної середньої освіти (12-річна освіта) записано, що заклад загальної середньої освіти є основним соціальним інститутом, що робить вирішальний внесок у забезпечення фізичного і духовного здоров'я нації. У цьому освітньому документі підкреслено, що поряд із загально-навчальними, розвивальними, виховними функціями початкової школи пріоритетне місце посідають оздоровчі. У зв'язку із цим реалізація оздоровчої функції закладу загальної середньої освіти вимагає комплексного підходу. Концепцією визначено необхідність зняти перевантаження дитячої пам'яті і статичне навантаження м'язів – розвантажити зміст дисциплін на всіх рівнях навчання від несуттєвої інформації, перенасичення численними фактами, термінами, датами, правилами тощо. Піднесення оздоровчої функції фізичної культури передбачає нормативне відпрацювання рухового

режиму 12-річної школи, введення в усіх класах трьох уроків фізичного виховання, забезпечення диференційованого підходу до різних груп дітей, посилення мотиваційного компонента виховання здорового способу життя.

В освітньому документі зазначено, що ідеї культури фізичного і психічного здоров'я мають знайти відображення у змісті різних навчальних дисциплін на рівні практичного утвердження у свідомості учнів необхідності дбайливого ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших. В усіх класах доцільним є введення інтегрованого курсу «Основи здоров'я». Згідно спільного наказу Міністерства охорони здоров'я та з Міністерства освіти України від 07.05.1999 р. №25/31 «Про прилучення до Міжнародного проекту «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю» 1995 р. в Україні було впроваджено міжнародні проекти Європейської Комісії, Європейського Бюро Всесвітньої організації охорони здоров'я та Ради «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю».

Крім прав, громадяни України мають обов'язки у сфері охорони здоров'я, які полягають у тому, що вони зобов'язані:

- піклуватися про своє здоров'я та здоров'я дітей, не шкодити здоров'ю інших громадян;
- сприяти наданню невідкладної допомоги іншим громадянам, які перебувають у загрозливому для життя і здоров'я стані;
- брати участь у проведенні санітарних і протиепідемічних заходів;
- проходити медичні огляди у передбачених законодавством випадках;
- своєчасно робити профілактичні щеплення (обов'язково у зв'язку з можливостями виробництва або виконуваної роботи тощо), з метою запобігання інфекційних хвороб у терміни, встановлені Міністерством охорони здоров'я України;
- виконувати інші обов'язки, передбачені законодавством про охорону здоров'я.

Пріоритетною галуззю лікувально-профілактичної допомоги є охорона здоров'я матері та дитини, яка включає широкий комплекс заходів з надання

акушерсько-гінекологічної та педіатричної допомоги як профілактичного, так і лікувально-діагностичного характеру.

Ще у 1981 р. Мадридська конференція міністрів охорони здоров'я Європейських країн визнала за пріоритетний освітній напрям збереження і зміцнення здоров'я населення. У 1988 р. Комітет міністрів країн-членів Ради Європи розробив детальні рекомендації щодо впровадження курсів з охорони здоров'я в усі ланки освітніх закладів цих країн. Було визнано, що отримання знань з питань охорони здоров'я і здорового способу життя важливо для всіх вікових груп населення, але найважливіше воно для молоді шкільного віку, оскільки вона найлегше може адаптуватися до змін у способі життя і саме від неї залежить майбутнє будь-якої країни. Цим пояснюється пріоритетність, яку Рада Європи визнає за розвитком спеціальних освітніх дисциплін, що формують у школярів свідому мотивацію на здоровий спосіб життя. В країнах Східної Європи і СНД відповідний напрям освіти отримав назву валеологічної освіти (автор І. І. Брехман, 1987).

Україна активно сприйняла світові тенденції щодо поліпшення стану здоров'я населення через освіту. Серед найважливіших стратегічних завдань національних програм «Освіта (Україна ХХІ століття)» і «Діти України» були визначені всебічний розвиток людини і становлення її духовного, психічного та фізичного здоров'я. Починаючи з 1994 р. в школах України розпочато викладання валеології, а в 1995 р. Україна взяла участь у міжнародному проєкті «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю» тощо. Але реалізація цих ідей стримується рядом факторів, серед яких найважливішим є відсутність нормативної бази щодо загальноосвітньої валеологічної підготовки педагогічних працівників і підготовки вчителів валеології.

Питання для самоконтролю

1. Поясніть значення дисциплін валеологічного спрямування у формуванні загального світогляду і культури людини.
2. Розкрийте сучасні уявлення про здоров'я.

3. Схарактеризуйте основні чинники погіршення стану здоров'я школярів.

4. Які законодавчі акти складають основу піклування держави про здоров'я населення України?

5. Які юридичні документи окреслюють напрями діяльності держави щодо збереження здоров'я населення України?

6. Яка нормативно-правова база України окреслює заходи щодо формування здорового способу життя та безпечної поведінки дітей та молоді?

Література

1. Грицай Н. Б. Методика навчання основ здоров'я (у початковій школі): [курс лекцій] / Н. Б. Грицай. Рівне, 2017. 35 с.

2. Методика викладання основ здоров'я в початкових класах: [навч.-метод. посіб.] / Лариса Сливка. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 204 с.

3. Методика навчання основ здоров'я, валеології та безпеки життєдіяльності // Навчальна програма. Київ: Освіта України, 2006. 16с.

4. Оржеховська В. М. Здоров'язбережувальне навчання і виховання: проблеми, пошук / В.М. Оржеховська // *Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. 2011. № 4. С. 29-31.

5. Сулима А.С. Методика навчання основ здоров'я, валеології та проведення виховної роботи з формування мотивації до здорового способу життя: тексти лекцій: навчально-методичний посібник для студентів ступеня вищої освіти бакалавр освітньої програми Середня освіта. Здоров'я людини спеціальності 014 Середня освіта (Здоров'я людини). Вінниця: 2019. 182с.

6. Шаповалова Т. Г. Методика навчання валеології, основ здоров'я та безпеки життєдіяльності в початковій школі : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова ; Бердян. держ. пед. ун-т. Бердянськ : БДПУ, 2012. 176 с.

Тема 2. Методичні основи вивчення дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі»

План

1. Мета та завдання дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі». Зміст понять «валеологічна освіта» та «валеологічне виховання».

2. Основні поняття дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі».

3. Дидактико-методична організація вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі НУШ.

4. Контроль і оцінювання навчальних досягнень здобувачів.

1. Мета та завдання дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі. Зміст понять «валеологічна освіта» та «валеологічне виховання».

Державний стандарт базової середньої освіти (від 30 вересня 2020 р. № 898) визначає вимоги до обов'язкових результатів навчання учнів на рівні базової середньої освіти, загальний обсяг їх навчального навантаження, розподілений за освітніми галузями, структуру та зміст базової середньої освіти.

У цьому Державному стандарті терміни вживаються у значенні, наведеному в Законах України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», інших нормативно-правових актах.

Державний стандарт є основою для розроблення типових освітніх програм, а також інших освітніх програм згідно з вимогами, передбаченими статтею 11 Закону України «Про повну загальну середню освіту».

Метою базової середньої освіти є розвиток природних здібностей, інтересів, обдарувань учнів, формування компетентностей, необхідних для їх соціалізації та громадянської активності, свідомого вибору подальшого

життєвого шляху та самореалізації, продовження навчання на рівні профільної освіти або здобуття професії, виховання відповідального, шанобливого ставлення до родини, суспільства, навколишнього природного середовища, національних та культурних цінностей українського народу.

Головна ідея Нової української школи і нового Державного стандарту початкової освіти, зокрема – навчання, побудоване на компетентностях. Закон «Про освіту» дає таке визначення компетентності: «динамічна комбінація знань, умінь, навичок, способів мислення, поглядів, цінностей, інших особистих якостей, що визначає здатність особи успішно соціалізуватися, провадити професійну та/або подальшу навчальну діяльність». Простими словами це – здатність використовувати знання та навички у своєму житті.

Відповідно до Державного стандарту початкової освіти метою початкової освіти в Україні є всебічний розвиток дитини, її талантів, здібностей, компетентностей та наскрізних умінь відповідно до вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей і потреб, формування цінностей, розвиток самостійності, творчості та допитливості.

Початкова освіта має такі цикли, як 1–2 і 3–4 класи, що враховують вікові особливості розвитку та потреби дітей і дають можливість забезпечити подолання розбіжностей у досягненнях, зумовлених готовністю до здобуття освіти. Вимоги до обов'язкових результатів навчання визначаються з урахуванням компетентнісного підходу до навчання, в основу якого покладено ключові компетентності.

У Стандарті передбачені ті ж самі компетентності, що й у законі:

- вільне володіння державною мовою;
- здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами;
- математична компетентність;
- компетентності у галузі природничих наук, техніки і технологій;
- інноваційність;

- екологічна компетентність;
- інформаційно-комунікаційна компетентність;
- навчання впродовж життя;
- громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, з усвідомленням рівних прав і можливостей;
- культурна компетентність;
- підприємливість та фінансова грамотність.

Вимоги до обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти визначено за такими освітніми галузями:

- мовно-літературна (українська мова та література, мови та літератури відповідних корінних народів і національних меншин, іншомовна освіта);
- математична;
- природнича;
- технологічна;
- інформатична;
- соціальна і здоров'язбережувальна;
- громадянська та історична;
- мистецька;
- фізкультурна.

Компетентнісний потенціал кожної освітньої галузі забезпечує формування всіх ключових компетентностей.

Для кожної освітньої галузі визначено мету та загальні результати навчання здобувачів освіти в цілому. За ними впорядковано обов'язкові результати навчання здобувачів освіти, які є основою для їх подальшого навчання на наступних рівнях загальної середньої освіти.

Метою соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі для загальної середньої освіти є становлення самостійності учня / учениці, його / її соціальної залученості й активності через формування здорового способу

життя, розвиток підприємливості, здатності до співпраці в різних середовищах, впевненості в собі та доброчесності для безпеки, добробуту та сталого розвитку.

На сьогодні валеологія активно розвивається в рамках педагогічних наук, залучаючи дітей і молодь до процесу формування, збереження і зміцнення власного здоров'я. Основоположником науки про здоров'я у сучасному її розумінні вважається Ізраїль Іцкович Брехман. У 1980 р. у монографії «Ліки для здорових» він уперше використав термін «валеологія», взявши за основу давньогрецьке слово «valeo» – бути здоровим, здраствувати. Але головне навіть не у назві нової науки, котру започаткував учений, а у тому, що вперше було запропоновано виділити в якості предмета дослідження індивідуальне здоров'я.

Питання безпеки життєдіяльності людини виникли та почали розвиватися, коли вона вперше зіткнулася з некерованими природними стихіями. Згодом, із початком розвитку виробництва, закономірно постала проблема збереження життя і здоров'я людини у процесі суспільно корисної діяльності. Поняття «безпека життєдіяльності людини» було введено у науковий обіг лише з середини 80-х років минулого століття (І. Гавриленко, І. Лобас). До цього питання БЖД були віднесені до двох навчальних дисциплін – «Цивільна оборона» й «Правила дорожнього руху», які тільки частково охоплювали актуальне коло проблем.

Основна мета валеологічної освіти – формування валеологічної культури вчителя як передумови його адаптації до нової педагогічної парадигми – гуманістичної спрямованості освітнього процесу.

Вивчення дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі» присвячено системі валеологічної освіти та виховання молоді, яка спрямована на формування, збереження і зміцнення здоров'я в процесі освітньої та трудової діяльності. Основне концептуальне положення – людина є архітектором і будівельником власного здоров'я та життя.

Концепція валеологічної освіти в освітніх закладах усіх типів містить такі **основоположні вимоги**:

- засвоєння теоретичних знань з питань культури здоров'я;
- усвідомлення їх як складової частини загального світогляду національно свідомої особистості;
- систематичне зміцнення здоров'я, дотримання здорового способу життя та безпечної поведінки;
- розуміння та практичні дії психофізіологічної регуляції стану.

Об'єктом вивчення дисципліни є освітній процес, у центрі якого знаходиться людина та збереження її здоров'я.

Предметом є валеологічні технології оздоровлення людини.

Завдання:

- визначити основні завдання та зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі та її місце в системі початкової освіти;
- ознайомитися з найдоцільнішими методами та формами роботи, розкрити методичні особливості вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі, оволодіти методикою навчання дітей правил особистої безпеки;
- підвищити теоретичний рівень знань, удосконалити практично-методичні вміння, розвивати професійну самостійність, інтерес до творчої педагогічної діяльності, формування професійної компетентності.

Дослідження науковців довели, що головним завданням у діяльності закладу загальної середньої освіти на сучасному етапі повинно бути збереження та зміцнення здоров'я дітей, формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у вчителів, учнів та їхніх батьків.

У зазначеному контексті серед основних завдань навчальних дисциплін, зміст яких сприяє формуванню здорового способу життя молодших школярів, чільне місце посідають такі:

- надати пріоритетності проблемі формування здорового способу життя дітей та молоді в усіх ланках освіти;
- гуманізувати та демократизувати стосунки учасників освітнього процесу; забезпечити в освітніх закладах сприятливий психологічний мікроклімат та створити відповідне інформаційно-предметне середовище;
- упровадити в освітній процес особистісно орієнтовану модель формування в учнів навичок здорового способу життя, вміння ухвалювати оптимальні рішення щодо збереження та зміцнення власного здоров'я в різних життєвих ситуаціях, зокрема екстремальних;
- удосконалити форми і методи формування здорового способу життя; формувати у дітей негативне ставлення до шкідливих поведінкових звичок; посилити ефективність механізмів подолання залежності від них;
- підтримати розвиток національних та родинних традицій здорового способу життя та виховання здорової дитини;
- допомогти учням початкової школи усвідомити цінності та пріоритеті, навчити уникати невиправданих ризиків;
- розвивати в учнів молодшого шкільного віку навички критичного мислення, вчити їх всебічно аналізувати ситуації, зважувати альтернативи, робити вибір і брати на себе відповідальність за його наслідки;
- розвивати навички самооцінки; навчити зростаючу особистість протистояти соціальному тиску (тренувати навички відмови, протидіяти маніпуляціям, підвищувати стійкість до пропозицій, які можуть спричинити шкоду);
- навчити молодших школярів долати стреси (в умовах інтенсивного освітнього процесу уміти дотримуватися режиму дня та відпочинку);
- забезпечити якісну підготовку і перепідготовку педагогічних кадрів, здатних формувати в учнів позитивну мотивацію на здоровий спосіб життя;

- визначити пріоритети в педагогічній роботі з батьками і громадськістю щодо формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя.

Реалізація зазначених завдань спрямована на те, щоб сучасна молода людина була не лише освіченою, а й добре вихованою, гармонійно розвиненою та стійкою особистістю, яка знає, чого хоче в житті і як цього досягти.

Валеологічна освіта включає впровадження способів і методів навчання індивідуальними засобами збереження та зміцнення здоров'я, соціальну адаптацію за складних умов, виховання валеологічних навичок і умінь, профілактику та стимуляцію здоров'я, психологічну реабілітацію дітей і молоді.

Валеологічне виховання передбачає оволодіння змістом валеологічної освіти і впровадження його в практику, а також формування валеологічного світогляду, культури, яка відкриває шлях до особистісної самосвідомості та самозбереження людини.

Головні принципи валеологічної освіти:

- принцип аксіологічного підходу до розуміння здоров'я. Повноцінне формування культури здоров'я дітей і молоді можливе тільки за умови їх свідомого ставлення до життя і розуміння учнем значення свого здоров'я в ієрархії життєвих цінностей. Вказаний принцип передбачає виховання в учнів розуміння здоров'я як найвищої цінності;

- принцип холістичного підходу. Згідно зазначеного принципу при формуванні здорового способу життя вихованців не можна обмежуватися акцентуванням уваги тільки на соматичних (тілесних) аспектах здоров'я. Слід обов'язково пам'ятати про психічну і духовну складові здоров'я;

- принцип науковості і доступності знань, адаптація відповідних наукових знань для всіх ланок освіти з урахуванням особливостей різних вікових категорій; взаємозв'язок науки про здоров'я з практичним досвідом;

- принцип системності та наскрізності означає, що процес формування здоров'я людини, природних і соціальних умов його збереження та зміцнення організовується як системний педагогічний процес у логічному зв'язку всіх його етапів; спрямовується на гармонійний і різнобічний розвиток особистості;

- принцип безперервності та практичної цілеспрямованості передбачає наступність у реалізації напрямів та етапів цієї роботи на різних освітніх рівнях; охоплює всі сфери життєдіяльності дітей та учнівської молоді; здійснюється у різних соціальних інститутах, в освітній і позакласній виховній роботі;

- принцип інтегративності передбачає синтез теоретичних, емпіричних і практичних занять у цілісній картині про здоров'я та здоровий спосіб життя;

- принцип відкритості передбачає систематичне поповнення, оновлення, вдосконалення знань про здоровий спосіб життя;

- принцип плюралізму уможливорює варіативність авторських проєктів, планів і програм на основі інваріантного рівня знань для різних, відносно самостійних типів освітніх закладів з урахуванням потреб, інтересів і нахилів усіх суб'єктів освітнього процесу(учнів, студентів, вихователів, учителів, викладачів, батьків);

- принцип превентивності передбачає надання учням знань, умінь та навичок, які попереджатимуть дії учнів, що сприяють розвитку негативних для здоров'я наслідків. Інформація, що надається, повинна бути вчасною та доцільною;

- принцип гуманізму передбачає орієнтацію на молоду особистість як вищу цінність, врахування її вікових та індивідуальних особливостей, задоволення фундаментальних її потреб, справедливе, толерантне ставлення до думок і поглядів кожного вихованця, вироблення індивідуальної програми її розвитку, стимулювання розвитку в особистості свідомого ставлення до своєї поведінки, діяльності, життєвих виборів;

- принцип природовідповідності полягає у вивченні закономірностей включення людини в систему ритмів природних процесів. Навчальна діяльність, як зазначали видатні педагоги минулого Ж.-Ж. Руссо, Я.А. Коменський, К.Д. Ушинський, повинна здійснюватися відповідно до природи людини та її вікових особливостей;

- принцип культуровідповідності забезпечує органічний зв'язок суб'єктів педагогічного процесу з історією народу, його мовою, менталітетом, традиціями, звичаями;

- принцип демократизації, який передбачає встановлення суб'єкт-суб'єктних стосунків між педагогом й учнем, що сприяє духовному зростанню та встановленню психологічно-комфортної обстановки;

- принцип наочного прикладу. Учень повинен не тільки чути про необхідність ведення здорового способу життя, але і бачити відповідний спосіб життя того, хто його навчає.

2. Основні поняття дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі».

Здоров'я – найперша необхідна умова успішного розвитку кожної людини, її навчання, праці, добробуту, створення сім'ї і виховання дітей. Проблема збереження і зміцнення здоров'я населення, а особливо дітей, залишається однією з найбільш актуальних у сьогоденні. Серед українських першокласників тільки 5-10% практично здорових. Кількість хронічно хворих дітей збільшується за роки навчання майже у 2,5 рази.

Здоров'я – це природний динамічний стан організму, який характеризується його самоврівноваженістю та врівноваженістю з навколишнім середовищем у духовному, фізичному, а також соціальному плані й ефективно протидіє захворюванням. У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я зазначено, що **«здоров'я – це стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб та фізичних вад».**

Таким чином, **здоров'я** – стан загального фізичного, психологічного та соціального благополуччя, а не лише брак хвороб і фізичних вад (ВООЗ); процес формування, збереження, зміцнення, відновлення фізичної, соціальної, психічної та духовної його складових.

Природа людину наділила досконалим функціональним організмом із універсальним захистом від усіляких зовнішніх і внутрішніх негативних впливів. Проте здоров'я слід розглядати не як щось набуте та незмінне, а як стан організму, який постійно змінюється. Тому потрібно стежити за станом свого здоров'я, підтримувати його в гармонійній рівновазі з довкіллям, а для цього слід дотримуватися правил здорового способу життя.

Життєві навички – це набута людиною здатність до адаптованої та позитивної поведінки, яка дає можливість ефективно розв'язувати проблеми та долати повсякденні труднощі (за визначенням ВООЗ).

Рівновага людини з навколишнім світом – це насамперед її комфортне самопочуття в ньому. Такий стан передбачає сприятливе поєднання як природних (температура повітря, атмосферний тиск та інші фізичні параметри), так і соціальних (культура, побут, суспільно-виробничі відносини) умов життя.

Внутрішня рівновага організму людини – це збалансована робота всіх його функціональних систем: серцево-судинної, дихальної, нервової, гуморальної та ін. Внутрішня гармонія передбачає стан психічної рівноваженості та духовної цілісності особистості.

Здоров'я розглядається як цілісний і водночас багатовимірний феномен – через фізичну, соціальну, психічну й духовну складові.

Фізичний аспект здоров'я передбачає оптимальне, тобто без істотних відхилень функціонування всіх систем організму людини (серцево-судинної, дихальної, м'язової та ін.). При цьому поняття «фізичне здоров'я» пов'язують із умінням володіти своїм тілом, фізичною витривалістю, високим рівнем працездатності. Розуміння здоров'я як багатоаспектної системи дозволяє правильно усвідомлювати його значення в житті людини та

суспільства. Кожна особа прагне прожити довге плідне життя. Суспільство, зі свого боку, зацікавлене у здоров'ї громадян, оскільки тільки здорові громадяни зможуть принести максимальну користь для його розвитку.

Соціальний аспект здоров'я визначається як ефективна взаємодія людини з природним і соціальним середовищем, розв'язання нею різних життєвих ситуацій у навколишньому середовищі. Критерієм такої взаємодії може бути успішне ототожнення (ідентифікація) особи з певними соціальними групами (сім'я, клас, громада, професія, спілка тощо). Це означає і визнання іншими людьми дій людини і пояснення, розуміння їх як необхідних. Саме в цих людських групах відбувається соціалізація особи, вибір нею тих соціальних ролей, які вона зможе успішно і з задоволенням виконувати впродовж свого життя.

Для успішної взаємодії, комунікації людей необхідно визначення спільних цінностей. Вибір особою певної ієрархії цінностей є ознакою її соціальної ідентифікації. Формування спільних цінностей та ієрархії цінностей людини значною мірою підпорядковані або узгоджені з процесами виникнення, функціонування і розвитку сім'ї, школи, професійних інститутів, держави, церкви тощо.

Психологічний аспект здоров'я – це збалансованість психічних процесів та їхніх проявів, тобто здатність людини керувати собою за умов високих життєвих навантажень на основі взаєморозуміння й емоційного комфорту в суспільстві, а також особистого внутрішнього комфорту. Психічна складова здоров'я – надзвичайно важлива та визначає розвиток основних функцій психіки дитини як особистості, оптимальне її пристосування до змін середовища та досягнення психічного благополуччя.

Психічні процеси у здорової людини реалізуються через різноманітні почуття та емоційні стани. Реальне пізнання оточуючого світу відбувається за допомогою відчуття, сприйняття, уваги, пам'яті, мислення, уяви, мови.

Психічне здоров'я дає можливість людині оптимально пристосуватися (адаптуватися) до змін соціального середовища, пізнати себе, реалізувати

власні потреби, що необхідно для самоутвердження та самоактуалізації її особистості. Це збалансованість психічних процесів та їхніх проявів, тобто здатність особи керувати собою за умов високих життєвих навантажень на основі взаєморозуміння й емоційного комфорту в суспільстві, а також особистого внутрішнього комфорту.

Духовний аспект здоров'я є своєрідною вершиною, яка збирає все найкраще в людині, визначає сенс життя особистості, її гармонійність як індивідуума в спілкуванні з іншими людьми. Духовна складова здоров'я формується через поєднання бачення прекрасного в оточенні, в самій людині, вироблення певних правил поведінки, відповідальне ставлення до здоров'я і життя своє та інших людей. Невід'ємною частиною духовного здоров'я людини є її здатність до співпереживання та співчуття, відповідальність, доброзичливість, порядність, терпимість.

Упродовж всього свого життя людина прагне до духовного розвитку та самовдосконалення. Розкривається вона через неповторні поєднання:

- бачення прекрасного в довкіллі і в самій собі (естетизм);
- вироблення певних правил поведінки щодо оточуючого світу як за законами суспільства, так і за внутрішнім моральним кодексом (етизм);
- розуміння сутності навколишнього світу, місця людини в природі та суспільстві, її життєвих цінностей, вибору способу власного життя, відповідальності за здоров'я і життя своє та інших людей (філософське світобачення);
- набуття унікальної властивості вірити та вибору своєї віри (релігійний світогляд).

Кожен із складових аспектів здоров'я багатогранний, непростий. Але лише за умови органічного поєднання цих компонентів формується та розвивається здоров'я людини.

Також у змісті соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі виділяють поняття:

- **здоровий спосіб життя** – спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я на довгі роки.
- **безпечна поведінка** – поведінка людини, яка не загрожує її життю і здоров'ю та безпеці інших людей.
- **особиста безпека людини** (те, що вона має забезпечувати самостійно: наприклад, бути обережною при контактах із кров'ю інших людей) і **громадська безпека** (те, що має забезпечуватися на державному рівні: наприклад, контроль донорської крові).

Розрізняють також категорії **безпеки життя** (дії людини щодо збереження власного гомеостазу – життя і здоров'я) і **безпеки життєдіяльності** (дії людини з метою збереження гомеостазу екосистем).

Визначаючи зміст соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі щодо безпечної поведінки, здійснюють аналіз сфер життєдіяльності цільової групи. Для учнів початкових класів – це тематика щодо: безпеки на дорогах; безпеки у побуті; пожежної безпеки; безпеки на природі; соціальної безпеки; захист у екстремальних і надзвичайних ситуаціях; навички першої невідкладної допомоги. Також необхідно усвідомлювати, що саме впливає на поведінку людини. Над цим питанням замислювалося чимало психологів.

Одним із перших був Зигмунд Фрейд, який вважав, що в основі всіх наших бажань і поведінки – сексуальний інстинкт. Роль інстинктів у поведінці є насправді великою, однак неможливо пояснити усі прояви людської поведінки тільки інстинктами, оскільки, у такому разі, люди ні в чому не відрізнялися б від тварин.

Психолог-гуманіст Абрахам Маслоу розробив теорію, яка пояснювала причини поведінки людини, і назвав її **теорією потреб**.

За А. Маслоу, існують **дві системи потреб**: базові потреби (потреби нижчого рівня) і мета потреби (потреби вищого рівня).

Базові потреби це:

- фізіологічні потреби: базуються на інстинктах виживання та продовження роду (їжа, вода, сон, для дорослих – сексуальні стосунки);

- потреба в безпеці (захисті, порядку, стабільності): найяскравіше виявляється у дітей, натомість дорослі часто реагують неявно (тривога, стрес).
- потреба в любові: бажання мати друзів, належати до групи, любити самому і щоб тебе любили.
- потреба у повазі та самоповазі: бажання досягти успіху, отримати визнання.

Базові потреби ще називають потребами дефіциту, оскільки людина відчуває потребу в тому, чого їй не вистачає. Ці потреби вимагають задоволення в ієрархічному порядку. Потреби вищого рівня стають домінуючими лише після задоволення потреб нижчого рівня.

На підтвердження цього існує чимало історичних доказів. Ось про що свідчить наш співвітчизник, який пережив голодомор 30-х років («Ukrainian Famine Survivors», 1983): «Усе, про що ти думаєш, це їжа. Існує тільки одна твоя думка про їжу. Ти не відчуваєш ні до кого симпатії. Сестра нічого не відчуває до брата; брат не помічає сестри; батьки не приділяють уваги своїм дітям. Ти стаєш маленькою голодною твариною, кидаєшся на їжу, як голодний хижак. Ось що буває, коли ти страшенно голодний. Усе людське й моральне руйнується за мить».

Метапотреби це:

- Естетичні потреби: істинності, краси, правди та справедливості.
- Когнітивні потреби: потяг до знань.
- Потреба в самореалізації: бажання максимального використання свого потенціалу.

Метапотреби – це потреби розвитку та самовдосконалення. Більшість психологів вважає самореалізацію основним фактором нормального існування людини. За Маслоу, дуже мало людей досягають цього рівня. Більшість намагається задовольнити потреби нижчих рівнів. Дехто не має можливостей для самореалізації через життєві обставини (бідність чи життя в умовах диктатури), однак більшість людей відмовляються від можливостей

свого розвитку та самореалізації. І як результат – ми не є такими людьми, якими могли б бути, і не такими щасливими, адже рівень нашого благополуччя пов'язаний із рівнем задоволення метапотреб.

3. Дидактико-методологічна організація навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі НУШ.

Метою навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі є розвиток особистості учня, який здатний до самоусвідомлення, гармонійної соціальної і міжособистісної взаємодії, спрямованої на збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб, дбає про безпеку, виявляє підприємливість та професійну зорієнтованість для забезпечення власного і суспільного добробуту.

Вимоги до обов'язкових результатів навчання учнів із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі передбачають, що учень:

- турбується про особисте здоров'я та безпеку, уникає факторів ризику, реагує на фактори і діяльність, що становить загрозу для власного і суспільного життя, здоров'я, добробуту;
- визначає альтернативи, прогнозує наслідки, приймає рішення для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я і добробуту;
- усвідомлює цінність та дотримується здорового способу життя, аналізує та оцінює наслідки і ризики для здоров'я і суспільства;
- виявляє підприємливість та поводить етично для поліпшення здоров'я, безпеки і добробуту власного та інших осіб.

Відповідно до окресленої мети, **головними завданнями** соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі є:

- формування у школярів стійких переконань щодо цінності життя, здоров'я і безпеки для себе і тих, хто його / її оточує;
- виховання дбайливого й усвідомленого ставлення до власного здоров'я і безпеки;
- розвиток потреби самопізнання та самовдосконалення;
- формування в учнів сталої мотивації до здорового способу життя;

- формування свідомого прагнення дотримуватися безпечної, здорової та етичної поведінки для поліпшення добробуту;
- розвиток уміння ухвалювати рішення в повсякденних ситуаціях з користю для безпеки та здоров'я;
- сприяння індивідуальному розвитку самостійності, підприємливих якостей та поведінки свідомого споживача;
- формування вміння вчитися без шкоди для здоров'я;
- створення сприятливого безпечного та здорового середовища в школі.

Зміст соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі структуровано за трьома змістовими лініями: «Безпека», «Здоров'я», «Добробут».

Змістова лінія «Безпека» передбачає розвиток умінь безпечної поведінки вдома, школі й у природному та техногенному середовищі, прогнозування наслідків небезпечних дій, визначення впливів на вибір безпечної поведінки, дотримання правил (дорожнього руху, використання побутової техніки і побутової хімії тощо) і відповідального ставлення до особистої безпеки та безпеки інших.

Змістова лінія «Здоров'я» спрямована на формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності та поведінки через набуття навичок здорового способу життя, розвиток позитивної самооцінки, критичного мислення, умінь ухвалювати зважені рішення, відповідально ставитися до власного здоров'я та здоров'я тих, хто поряд, і протидіяти негативним соціальним чинникам.

Змістова лінія «Добробут» забезпечує розвиток етичної поведінки в соціумі, вміння вчитися та формування позитивного ставлення до навчання, усвідомлення важливості здорового способу життя для добробуту, розвиток підприємливості та споживчої культури для оптимального використання ресурсів та забезпечення добробуту, орієнтацію учнів на відповідальне ставлення до безпеки та здоров'я як до найважливіших життєвих цінностей.

Навчальний матеріал змістових ліній реалізується наскрізно в кожній темі через взаємоінтеграцію та взаємодоповнення.

Змістову основу соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі становлять **базові поняття**:

Здоровий спосіб життя – спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження та зміцнення здоров'я.

Безпечна поведінка – поведінка людини, яка не загрожує її життю і здоров'ю та безпеці інших людей.

Компетентність щодо збереження здоров'я – це здатність учня застосовувати всі належні компетенції в конкретних життєвих або навчальних умовах та обставинах на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я.

Здоров'язбережувальні компетенції – це суспільно визнаний рівень знань, умінь, навичок, ставлень, які сприяють здоров'ю у всіх сферах життєдіяльності людини. Ці компетенції в комплексі (за умови їх досягнення) уможливають реалізацію здоров'язбережувальної компетентності, виражено через такі його дії: розповідає, називає, розпізнає, наводить приклади, відтворює, порівнює, аналізує, пояснює, уміє, дотримується правил.

Типову освітню програму для 1-4 класів закладів загальної середньої освіти розроблено відповідно до Закону України «Про освіту», Державного стандарту початкової освіти. У програмі визначено вимоги до конкретних очікуваних результатів навчання; коротко вказано відповідний зміст кожного навчального предмета чи інтегрованого курсу.

Програму побудовано із урахуванням таких **принципів**:

- дитиноцентрованості та природовідповідності;
- узгодження цілей, змісту й очікуваних результатів навчання;
- науковості, доступності та практичної спрямованості змісту;
- наступності та перспективності навчання;

- взаємозв'язаного формування ключових і предметних компетентностей;
- логічної послідовності та достатності засвоєння учнями предметних компетентностей;
- можливостей реалізації змісту освіти через предмети або інтегровані курси;
- творчого використання вчителем програми залежно від умов навчання;
- адаптації до індивідуальних особливостей, інтелектуальних і фізичних можливостей, потреб та інтересів дітей.

Зміст програми має потенціал для формування у здобувачів таких **ключових компетентностей**:

1) вільне володіння державною мовою, що передбачає уміння усно і письмово висловлювати свої думки, почуття, чітко та аргументовано пояснювати факти, а також любов до читання, відчуття краси слова, усвідомлення ролі мови для ефективного спілкування та культурного самовираження, готовність вживати українську мову як рідну в різних життєвих ситуаціях;

2) здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами, що передбачає активне використання рідної мови в різних комунікативних ситуаціях, зокрема в побуті, освітньому процесі, культурному житті громади, можливість розуміти прості висловлювання іноземною мовою, спілкуватися нею у відповідних ситуаціях, оволодіння навичками міжкультурного спілкування;

3) математична компетентність, що передбачає виявлення простих математичних залежностей в навколишньому світі, моделювання процесів та ситуацій із застосуванням математичних відношень та вимірювань, усвідомлення ролі математичних знань та вмінь в особистому і суспільному житті людини;

4) компетентності у галузі природничих наук, техніки і технологій, що передбачають формування допитливості, прагнення шукати і пропонувати нові ідеї, самостійно чи в групі спостерігати та досліджувати, формулювати припущення і робити висновки на основі проведених дослідів, пізнавати себе і навколишній світ шляхом спостереження та дослідження;

5) інноваційність, що передбачає відкритість до нових ідей, ініціювання змін у близькому середовищі (клас, школа, громада тощо), формування знань, умінь, ставлень, що є основою компетентнісного підходу, забезпечують подальшу здатність успішно навчатися, провадити професійну діяльність, відчувати себе частиною спільноти і брати участь у справах громади;

6) екологічна компетентність, що передбачає усвідомлення основи екологічного природокористування, дотримання правил природоохоронної поведінки, ощадного використання природних ресурсів, розуміючи важливість збереження природи для сталого розвитку суспільства;

7) інформаційно-комунікаційна компетентність, що передбачає опанування основою цифрової грамотності для розвитку і спілкування, здатність безпечного та етичного використання засобів інформаційно-комунікаційної компетентності у навчанні та інших життєвих ситуаціях;

8) навчання впродовж життя, що передбачає опанування уміннями і навичками, необхідними для подальшого навчання, організацію власного навчального середовища, отримання нової інформації з метою застосування її для оцінювання навчальних потреб, визначення власних навчальних цілей та способів їх досягнення, навчання працювати самостійно і в групі;

9) громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, усвідомленням рівних прав і можливостей, що передбачають співпрацю з іншими особами для досягнення спільної мети, активність в житті класу і школи, повагу до прав інших осіб, уміння діяти в конфліктних ситуаціях, пов'язаних з різними проявами дискримінації, цінувати культурне

розмаїття різних народів та ідентифікацію себе як громадянина України, дбайливе ставлення до власного здоров'я і збереження здоров'я інших людей, дотримання здорового способу життя;

10) культурна компетентність, що передбачає залучення до різних видів мистецької творчості (образотворче, музичне та інші види мистецтв) шляхом розкриття і розвитку природних здібностей, творчого вираження особистості;

11) підприємливість та фінансова грамотність, що передбачають ініціативність, готовність брати відповідальність за власні рішення, вміння організовувати свою діяльність для досягнення цілей, усвідомлення етичних цінностей ефективної співпраці, готовність до втілення в життя ініційованих ідей, прийняття власних рішень.

Спільними для всіх ключових компетентностей є такі **вміння**: читання з розумінням, уміння висловлювати власну думку усно і письмово, критичне та системне мислення, творчість, ініціативність, здатність логічно обґрунтовувати позицію, вміння конструктивно керувати емоціями, оцінювати ризики, приймати рішення, розв'язувати проблеми, співпрацювати з іншими особами.

Соціальна і здоров'язбережувальна освітня галузь може реалізовуватися окремим предметом або в інтегрованій дисципліні «Я досліджую світ» за різними видами інтеграції (тематична, процесуальна, міжгалузева; в межах однієї галузі; на інтегрованих уроках, під час тематичних днів, в процесі проектної діяльності) за активного використання міжпредметних зв'язків, організації різних форм взаємодії учнів. Для розв'язання учнями практичних завдань в життєвих ситуаціях залучаються навчальні результати з інших освітніх галузей.

Метою вивчення навчальної дисципліни «Я досліджую світ» є особистісний розвиток молодших школярів на основі формування цілісного образу світу в процесі засвоєння різних видів соціального досвіду, який охоплює систему інтегрованих знань про природу і суспільство, ціннісні

орієнтації в різних сферах життєдіяльності та соціальної практики, способи дослідницької поведінки, які характеризують здатність учнів розв'язувати практичні задачі.

Досягнення визначеної мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

- формування дослідницьких умінь, опанування доступних способів пізнання себе, предметів і явищ природи і суспільного життя (спостереження, обстеження, дослід, практична робота, вимірювання, систематизація, класифікація, встановлення логічної та часової послідовності подій, критична оцінка побаченого (почутого), встановлення зв'язків і залежностей в природі та суспільстві, між станом довкілля і діяльністю людини, впливу поведінки на здоров'я та безпеку, залежності результату від докладених зусиль, аналіз наслідків ризикованої поведінки);
- виховання активної позиції щодо громадянської і соціально-культурної належності себе і своєї родини до України, інтересу до пізнання історії та природи свого краю і країни; пошани до символів держави, ініціативної поведінки у громадських акціях, у відзначенні пам'ятних дат і подій;
- розвиток толерантності в соціальній комунікації, ціннісного ставлення до природи та її пізнання, до приватного життя інших людей, усвідомлення правової відповідальності в ситуаціях застосування норм і правил життя в суспільстві, інші соціальні навички щодо взаємодії і співпраці в різних видах діяльності;
- створення умов для самовираження учнів в різних видах діяльності, становлення екологічно грамотної та соціально адаптованої особистості.

Тематичну основу дисципліни «Я досліджую світ» складають змістові лінії, які визначені Державним стандартом початкової освіти і охоплюють складники різних освітніх галузей (громадянська та історична, соціальна та здоров'язбережувальна, природнича) в їх інтегрований суті, а саме:

- «Людина» (пізнання себе, своїх можливостей; здорова і безпечна поведінка);
- «Людина серед людей» (стандарти поведінки в сім'ї, в суспільстві; моральні норми; навички співжиття і співпраці);
- «Людина в суспільстві» (громадянські права та обов'язки як члена суспільства. Пізнання свого краю, історії, символів держави. Внесок українців у світові досягнення);
- «Людина і світ» (толерантне ставлення до різноманітності світу людей, культур, звичаїв);
- «Людина і природа» (пізнання природи; взаємозв'язок об'єктів і явищ природи; рукотворний світ людини; відповідальна діяльність людини у природі; роль природничих знань і технологій у житті людини; залежність між діяльністю людини і станом довкілля).

Типова навчальна програма дає можливість вчителю самостійно обирати й формувати інтегрований та автономний спосіб подання змісту із освітніх галузей Стандарту, добирати дидактичний інструментарій, орієнтуючись на індивідуальні пізнавальні запити і можливості учнів (рівень навченості, актуальні стани потреб, мотивів, цілей, сенсорного та емоційно-вольового розвитку).

Особливого значення у дидактико-методичній організації навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі надається його зв'язку з життям, з практикою застосування здобутих знань, умінь та навичок поведінки в життєвих ситуаціях. Обмеженість відповідного досвіду учнів потребує постійного залучення й аналізу їхніх вражень, чуттєвої опори на результати дослідження об'єктів і явищ навколишнього світу.

Педагогічна стратегія, яка опиралася на наслідувальні механізми в розвитку пізнавальних процесів молодших школярів, і передбачала пріоритетне використання зразків, алгоритмів, поетапного контролю й корекції, збагачується полісенсорним підходом, що зумовлює дослідницьку

поведінку учнів, сприйняття ними властивостей та якостей предметів і явищ природного та соціального оточення, спрямовуються у сферу пошукової діяльності.

На основі Типової програми вчитель може створювати різні варіанти інтегрованої програми за таким алгоритмом:

- визначення цілей навчання;
- створення картки понять з інших предметів (асоціативної павутинки, курсів, галузей, які допоможуть досягти цілей);
- структурування програми за темами;
- вибір діяльності учнів, яка забезпечить інтегроване навчання;
- розроблення показників досягнення очікуваних результатів.

Можливі засоби інтеграції в процесі реалізації програми «Я досліджую світ» передбачають включення учнів в практику виконання різноманітних завдань дослідницького характеру, як от:

- дослідження-розпізнавання (Що це? Яке воно? Обстеження за допомогою органів чуття, опис, порівняння з іншими предметами, явищами; спільне – відмінне, до якого цілого воно належить);
- дослідження-спостереження (Як воно діє? Що з ним відбувається? Для чого призначене?);
- дослідження-пошук (запитування, передбачення, встановлення часової і логічної послідовності явищ, подій; встановлення причинно – наслідкових зв'язків (Чому? Яким чином? Від чого залежить? З чим пов'язано?), догадка, висновок-узагальнення).

Враховуючи інтегрований характер компетентності, у процесі реалізації Типової освітньої програми або Освітніх програм рекомендується використовувати внутрішньопредметні та міжпредметні зв'язки, які сприяють цілісності результатів початкової освіти та переносу умінь в нові ситуації.

Вимоги до дітей, які розпочинають навчання в початковій школі, мають враховувати досягнення попереднього етапу їхнього розвитку. Період

життя дитини від п'яти до шести (семи) років (старший дошкільний вік) визначається цілісною зміною її особистості, готовністю до нової соціальної ситуації розвитку. Пріоритетом цього процесу є формування та розвиток базових особистісних якостей дітей: спостережливості, допитливості, довільності поведінки, міжособистісної позитивної комунікації, відповідальності, діяльнісного та різнобічного освоєння навколишньої дійсності та ін. Потенційно це виявляється у певному рівні готовності дитини до систематичного навчання – фізичної, соціальної, емоційно-ціннісної, пізнавальної, мовленнєвої, творчої.

Зберігаючи наступність із дошкільним періодом дитинства, початкова школа забезпечує подальше становлення особистості дитини, її фізичний, інтелектуальний, соціальний розвиток; формує здатність до творчого самовираження, критичного мислення, виховує ціннісне ставлення до держави, рідного краю, української культури, пошанування своєї гідності та інших людей, збереження здоров'я.

Відповідно до Закону України «Про освіту», на основі Державного стандарту й Типової освітньої програми заклади освіти, наукові установи та інші суб'єкти освітньої діяльності **можуть розробляти освітні програми** – єдиний комплекс освітніх компонентів (предметів, індивідуальних проєктів, контрольних заходів тощо), спланованих і організованих для досягнення визначених результатів навчання. Освітні програми можуть відрізнятися від Типової освітньої програми послідовністю викладання навчального матеріалу, обсягом його вивчення, наявністю додаткових компонентів змісту або використанням оригінальних форм, методів і засобів навчання.

Розподіл навчальних годин за темами, розділами, вибір форм і методів навчання **вчитель визначає самостійно**, враховуючи конкретні умови роботи, забезпечуючи водночас досягнення конкретних очікуваних результатів, зазначених у програмі.

Освітні програми можуть мати корекційно-розвивальний складник для осіб з особливими освітніми потребами. Для дітей з особливими освітніми потребами тривалість здобуття початкової освіти може бути подовжена.

Програми інваріантного складника Базового навчального плану є обов'язковими для використання в закладах загальної середньої освіти всіх типів і форм власності.

4. Контроль та оцінювання навчальних досягнень учнів початкової школи.

Оцінювання результатів навчання учнів у закладах загальної середньої освіти врегульовано такими **нормативними документами**:

- ст. 17 Закону України «Про повну загальну середню освіту»;
- Порядок переведення учнів (вихованців) закладу загальної середньої освіти до наступного класу (зі змінами);
- Методичні рекомендації щодо оцінювання результатів навчання учнів 1-4 класів;
- Методичні рекомендації щодо оцінювання навчальних досягнень учнів 5-6 класів (для 5 класів НУШ);
- Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів (вихованців) у системі загальної середньої освіти (для 6–11 класів);
- Орієнтовні вимоги оцінювання навчальних досягнень учнів із базових дисциплін у системі загальної середньої освіти (для 6 – 11 класів);
- Інструкція з ведення класного журналу 5-11(12)-х класів загальноосвітніх навчальних закладів.

Для забезпечення цілісності освітнього процесу та налагодження ефективної системи оцінювання, яка налаштуватиме школярів на плідну роботу, важливо:

- добирати зміст, форму та методи роботи для кожного уроку з урахуванням результатів оцінювання навчальних досягнень школярів;
- формувати в учнів уміння аналізувати власну роботу, власні результати навчання, визначати для себе подальші завдання;

- до змісту кожного уроку включати методи та форми роботи з учнями на основі результатів оцінювання, самооцінювання та взаємооцінювання;
- враховувати дотримання ними принципів доброчесності, а саме: вияв поваги до інших осіб, їхніх прав і свобод, дотримання принципів академічної доброчесності. У разі їх порушення, педагог має право не оцінювати результат такої навчальної діяльності;
- повідомляти оцінку результатів навчання лише учню та його законним представникам, адже ця інформація є конфіденційною;
- використовувати самостійно визначені або розроблені способи фіксації зворотного зв'язку з учнями.

Діагностування рівня опанування навчального матеріалу здобувачами освіти. На початку навчального року бажано з'ясувати готовність школярів до засвоєння нового матеріалу та визначити оптимальні умови для планування освітнього процесу, а в перші тижні навчання слід виявити наявний рівень їхніх знань. Із цією метою у календарно-тематичному плануванні потрібно визначити час для проведення діагностування результатів навчання за попередній рік й відповідну кількість навчального часу для повторення. Спосіб діагностування залишкових результатів навчання вчитель обирає самостійно, але доцільно його проводити з використанням таких різномісцевих завдань:

- на впізнавання навчального змісту, його відтворення по пам'яті чи за наданим зразком;
- на застосування знань або способів дій у типових ситуаціях;
- на відтворення відомого шляху міркування або застосування засвоєного способу дії у ситуації, яка дещо відрізняється від типової;
- на творче застосування навчального досвіду в ситуаціях, наближених до життєвого контексту, які пов'язані з самостійним пошуком шляху розв'язання проблеми, добором і пристосуванням доступної

інформації, поєднанням і доцільним використанням елементів знань чи вмінь з інших тем, оцінкою об'єктів чи явищ.

Подібна диференціація завдань дозволяє встановити, якому етапу досягнення навчальної мети відповідає залишковий результат навчання та де учень має утруднення чи незрозуміння. Залежно від результатів діагностування вчитель може розширити тематичний блок «Повторення (за попередній навчальний рік)» та ущільнити програмовий матеріал.

Результати діагностування не підлягають обліку та не враховуються під час оцінювання за I семестр.

Важливо! У разі відсутності результатів річного оцінювання за попередній навчальний рік здобувач освіти має право пройти річне оцінювання до початку нового навчального року.

Заклади загальної середньої освіти можуть розробити власну систему оцінювання результатів навчання учнів або скористатись чинними Методичними рекомендаціями щодо оцінювання результатів навчання учнів 1-4 класів закладів загальної середньої освіти.

У 1–4 класах закладів загальної середньої освіти здійснюють формувальне та підсумкове (річне) оцінювання. У 1–2 класах оцінювання навчальних досягнень учнів здійснюється вербальною оцінкою (оцінювальним судженням), у 3–4 класах за рішенням педагогічної ради може використовуватися як вербальна, так і рівнева оцінка. Слід зазначити, що в межах одного закладу освіти у різних класах можуть використовуватися різні форми оцінювання.

Для підсумкового оцінювання в кінці навчального року достатньо мати записи оцінювальних суджень у робочих зошитах, навчальних посібниках з друкованою основою, зошитах для діагностувальних робіт, носіях взаємозв'язку з батьками, у класному журналі. Дублювання оцінювальних суджень на інших носіях інформації, зокрема ведення учителем зошитів спостережень за результатами навчання кожного учня, вважається нераціональним використанням робочого часу.

Виявлення рівня навчальних досягнень учнів відбувається в процесі **контролю**. Основними **функціями контролю** навчальних досягнень учнів є: мотиваційна, діагностувальна, коригувальна, прогностична, навчально-перевірвальна, розвивальна, виховна.

Об'єктами контролю у процесі навчання в початковій школі є складники предметних компетентностей: знання про предмети і явища навколишнього світу, взаємозв'язки і відношення між ними; вміння та навички застосовувати засвоєні знання; досвід творчої діяльності; ціннісні ставлення. Облік результатів контролю ведеться вчителем у Класному журналі та Свідоцтві досягнень учня / учениці.

Структурними компонентами контролю навчальних досягнень учнів є перевірка та оцінювання результатів навчальної діяльності.

За формою організації навчально-пізнавальної діяльності учнів перевірка може бути: індивідуальною, груповою, фронтальною; за способом – усною (бесіда, розповідь учня), письмовою (самостійні і контрольні роботи, перекази, диктанти, у тому числі окремі тестові, компетентнісні завдання тощо), а також практичною (дослід, практична робота, навчальний проект, учнівське портфоліо, спостереження, робота з картами, заповнення таблиць, побудова схем, моделей тощо).

Перевірка навчальних досягнень учнів здійснюється за допомогою різних методів, вибір яких зумовлюється особливостями змісту навчального предмета, його обсягом, рівнем узагальнення, віковими особливостями учнів. Для перевірки навчальних досягнень учнів необхідно застосовувати завдання різних когнітивних рівнів: на відтворення знань, на розуміння, на застосування в 2 стандартних і змінених навчальних ситуаціях, уміння висловлювати власні судження, ставлення, оцінки.

Оцінювання – процес встановлення рівня навчальних досягнень учня/учениці в оволодінні змістом предмета відповідно до вимог чинних навчальних програм. Його результатом є педагогічна оцінка, яка відображається в оцінювальних судженнях і висновках учителя/вчительки

вербально, або в балах. Виставлення балів обов'язково супроводжується оцінювальними судженнями.

Оцінювання у початковій школі ґрунтується на врахуванні рівня досягнень учня/учениці, а не ступеня його невдач. Результати оцінювання навчальних досягнень учнів є конфіденційною інформацією, доступною лише для дитини та її батьків (або осіб, що їх замінюють).

При вербальному оцінюванні використовуються як усні, так і письмові оцінні судження, які характеризують процес навчання і відображають кількісний і якісний його результати: ступінь засвоєння знань і вмінь з навчальних предметів та характеристики особистісного розвитку учнів. Характеристика особистісного розвитку учнів відображає самостійність, відповідальність, комунікативність, уміння працювати в групі, ставлення до навчальної праці, рівень прикладених зусиль, сформованість навчально-пізнавальних інтересів, ціннісних орієнтирів та загальнонавчальних умінь тощо та здійснюється вербально під час поточного контролю. Недопустимою є заміна оцінок іншими зовнішніми атрибутами (зірочками, квіточками, прапорцями тощо).

Об'єктивність і точність оцінок забезпечуються такими **критеріями**: якість знань (міцність, повнота, глибина, узагальненість, системність, дієвість); сформованість ключових і предметних компетентностей, способів навчальної діяльності (виконання за зразком, за аналогією, в нових ситуаціях); досвід елементарної творчої діяльності (частково-пошуковий і пошуковий рівні); досвід емоційно-ціннісного ставлення до навколишнього світу, до інших людей, до самого себе.

У початковій школі застосовують **поточний і підсумковий** види контролю, які здійснюють шляхом поточної перевірки та поточного оцінювання й відповідно шляхом підсумкової перевірки та підсумкового оцінювання.

Поточний контроль здійснюється в процесі вивчення відповідної теми або розділу з метою визначення рівня розуміння і первинного засвоєння

учнями окремих елементів змісту теми/розділу, зв'язків між ними та засвоєним змістом попередніх тем/розділів уроків, закріплення знань, умінь і навичок, їх актуалізації перед вивченням нового матеріалу.

Поточну перевірку проводять індивідуально або фронтально в усній чи письмовій формі систематично в межах кожної теми, визначеної навчальною програмою. Вона передбачається вчителем під час підготовки до кожного уроку і знаходить своє відображення у поурочних планах (конспектах) уроків. Поточна перевірка може здійснюватися у формі короткотривалої (10-15 хвилин) самостійної письмової роботи, яка охоплює певну частину навчального матеріалу. Як правило, вона носить діагностичний характер.

Підсумкова перевірка у 1 класі передбачає підсумкові контрольні роботи у кінці навчального року (контрольне списування, комбінована контрольна робота з математики та індивідуальна перевірка навички читання вголос і розуміння прочитаного).

Підсумкова перевірка у 2-3 класах передбачає тематичну перевірку, у **4 класі** – тематичну перевірку та підсумкові контрольні роботи у кінці навчального року (з навчальних предметів, що визначені Міністерством освіти і науки України для державної підсумкової атестації).

Тематична перевірка здійснюється у формі тематичної контрольної роботи після опанування програмової теми/розділу (2-4 класи). У разі, коли тему/розділ розраховано на велику кількість годин, її/його розподіляють на логічно завершені частини – підтеми/підрозділи. Якщо ж програмова тема/розділ невелика/ий за обсягом, то її/його об'єднують з однією або кількома наступними темами/розділами.

Контрольні роботи з будь-якого предмета в початкових класах проводять на другому або третьому уроці за розкладом у середині робочого тижня (бажано – вівторок, середа), не більше однієї такої роботи в день, а протягом тижня – не більше двох (у випадку двох робіт на тиждень, бажано проводити їх у вівторок і четвер). Орієнтовна тривалість виконання роботи

становить у другому класі близько 30 хв., у третьому й четвертому класах – близько 35 хв.

Тематична перевірка навчальних досягнень учнів (контрольні роботи) з предметів «Я досліджую світ», «Образотворче мистецтво», «Мистецтво», «Фізична культура», «Інформатика» не проводиться.

Поточне оцінювання здійснюється за результатами поточної перевірки – усного опитування учнів на уроці, виконання письмових робіт (класної роботи, зокрема самостійної, практичної роботи тощо). Воно передбачає вербальну оцінку або оцінку в балах на основі Критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів початкової школи. Поточна оцінка за письмову роботу чи усне опитування виставляється у разі достатнього для співвіднесення з критеріями оцінювання обсягу виконаних учнем/ученицею завдань. Фрагментарні усні відповіді учнів на уроці в балах не оцінюються.

Під час оцінювання навчальних досягнень учнів, презентованих в усній формі, до уваги беруться: якість знань та умінь – правильність, повнота, глибина, дієвість, гнучкість, конкретність і узагальненість, системність, усвідомленість, міцність; культура мовлення – послідовність викладу матеріалу, правильне вживання термінів, повнота у формулюванні висновків.

Під час оцінювання **практичної роботи** враховують самостійність, дотримання алгоритму, правильність, повноту, усвідомленість.

При оцінюванні **письмових робіт** враховують правильність і обсяг виконаної роботи. Учитель/вчителька перевіряє та оцінює якість виконання учнями кожної письмової роботи. Усі письмові роботи навчального і контрольного характеру перевіряються до наступного уроку, на якому рекомендується виконувати роботу над типовими помилками колективно під керівництвом учителя/вчительки; над помилками, які є не типовими, організовується індивідуальна робота з учнем/ученицею. Охайність зошита та культура оформлення письмових (поточних та контрольних) робіт (дата, назва та вид роботи, розміщення завдань на сторінці) і наявність роботи над помилками враховується під час оцінювання кожної роботи. Окремо оцінка

за ведення зошитів не ставиться, відповідно у журналі не фіксується. Кожна письмова робота, виконана учнем/ученицею початкових класів в зошитах (у т. ч. в зошитах з друкованою основою, за наявності), перевіряється до наступного уроку. Усі записи, зроблені вчителем/вчителькою в учнівському зошиті (виправлення помилок, підкреслення, зразки письма, оцінка, фрази типу «Правильно», «Уже значно краще» тощо), виконуються чітко, каліграфічно й охайно. Підсумкове оцінювання здійснюється за тему, семестр, рік. Підсумкове оцінювання за тему з навчальних предметів «Я досліджую світ», «Образотворче мистецтво», «Мистецтво», «Фізична культура», «Інформатика» не проводиться.

Підсумкове оцінювання за семестр здійснюється на основі результатів тематичного оцінювання з урахуванням динаміки рівня навчальних досягнень учня/учениці. Підсумкове оцінювання за рік здійснюється на основі семестрових оцінок також з урахуванням динаміки рівня навчальних досягнень учня/учениці.

Таким чином, контроль та оцінювання навчальних досягнень учнів початкової школи здійснюються на суб'єкт-суб'єктних засадах, що передбачає систематичне відстеження їхнього індивідуального розвитку в освітньому процесі. За цих умов контрольно-оцінювальна діяльність набуває для здобувачів формуального характеру. Контроль спрямований на пошук ефективних шляхів поступу кожного здобувача у навчанні, а визначення особистих результатів здобувачів не передбачає порівняння із досягненнями інших і не підлягає статистичному обліку з боку адміністративних органів.

Упродовж навчання в початковій школі здобувачі освіти опановують способи самоконтролю, саморефлексії і самооцінювання, що сприяє вихованню відповідальності, розвитку інтересу, своєчасному виявленню прогалин у знаннях, уміннях, навичках та їх корекції.

Здобувачі початкової освіти проходять державну підсумкову атестацію, яка здійснюється лише з метою моніторингу якості освітньої діяльності закладів освіти та (або) якості освіти.

З метою неперервного відстеження результатів початкової освіти, їх прогнозування та коригування можуть проводитися моніторингові дослідження навчальних досягнень на національному, обласному, районному, шкільному рівнях, а також на рівні окремих класів. Аналіз результатів моніторингу дає можливість відстежувати стан реалізації цілей початкової освіти та вчасно ухвалювати необхідні педагогічні рішення.

Питання для самоконтролю

1. Окресліть мету та завдання вивчення дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі».
2. Розкрийте зміст понять «валеологічна освіта» та «валеологічне виховання».
3. Схарактеризуйте основні поняття дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі».
4. Розкрийте суть дидактико-методичної організації навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі НУШ.
5. Яким чином здійснюється контроль і оцінювання навчальних досягнень здобувачів?
6. Схарактеризуйте види оцінювання навчальних досягнень учнів початкових класів.

Література

1. Ващенко Л.С. Основи здоров'я [Книга для вчителів] / Л. С. Ващенко, Т. Є. Бойченко. К.: «Генеза», 2005. 240с.
7. Грицай Н. Б. Методика навчання основ здоров'я (у початковій школі): [курс лекцій] / Н. Б. Грицай. Рівне, 2017. 35 с.
2. Сливка Л. Методика викладання основ здоров'я в початкових класах / Л. Сливка. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с.

3. Сулима А.С. Методика навчання основ здоров'я, валеології та проведення виховної роботи з формування мотивації до здорового способу життя: тексти лекцій: навчально-методичний посібник для студентів ступеня вищої освіти бакалавр освітньої програми Середня освіта. Здоров'я людини спеціальності 014 Середня освіта (Здоров'я людини). Вінниця: 2019. 182с.

4. <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-metodichnih-rekomendacij-shodo-ocinyuvannya-rezultativ-navchannya-uchniv-1-4-klasiv-zakladiv-zagalnoyi-serednoyi-osviti>

5. <https://naurok.com.ua/>

6. http://pidruchniki.ws/16520205/sotsiologiya/piazhe_kognitivniy_rozvitok

7. <http://studentam.net.ua/content/view/3220/86/>

8. <http://studepedia.org/index.php?vol=1&post=5628>

Тема 3: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

План

1. Поняття та структура соціальної компетентності молодшого школяра
2. Вікові особливості та чинники формування соціальної компетентності молодших школярів
3. Методика формування соціальної компетентності молодших школярів.

1. Поняття та структура соціальної компетентності молодшого школяра

Одним з нагальних завдань сучасного закладу освіти є створення умов для розвитку й самореалізації кожної особистості як громадянина України, спрямованої навчатися протягом усього життя, створювати та розвивати цінності громадянського суспільства. Учень має розглядатися як активний суб'єкт життєдіяльності, як такий, що здатний реалізувати свої потенційні

можливості, бути активним учасником соціально корисної діяльності. Реалізація цих задач неможлива без формування в учнів соціальної компетентності, оскільки ці знання стають нагальною потребою сьогодення.

Соціальна компетентність – це багатогранна характеристика особистості, яка охоплює всю множину та глибину функціонування особистості в соціумі. Оскільки особистість – істота соціальна, то формат соціальної компетентності охоплює як соціальні мотиви, знання, навички, необхідні для успішної взаємодії із соціальним середовищем, так і самопочуття та самосприйняття особистості в мінливому соціумі. При цьому соціальна компетентність передбачає як достатній рівень вміння будувати партнерські стосунки, здатності до кооперації на рівноправній основі, так і достатній рівень комфортності, аби не йти врозріз з вимогами суспільства.

За Державним стандартом початкової освіти України «соціальна компетентність» передбачає виявлення поваги до інших та толерантності, уміння конструктивно співпрацювати, співчувати та діяти в конфліктних ситуаціях, зокрема пов'язаних з різними проявами дискримінації. Дбайливе ставлення до особистого, соціального і фізичного добробуту та здоров'я, дотримання здорового способу життя; розуміння правил поведінки і спілкування, що є загальноприйнятими в різних спільнотах і середовищах, спроможність діяти в умовах невизначеності та багатозадачності;

За твердженням Н.М. Бібік соціальна компетентність передбачає здатність жити в соціумі (враховувати інтереси та потреби соціальних груп; дотримуватися соціальних норм та правил; співпрацювати з партнерами), а також адекватно виокремлювати, ідентифікувати, фіксувати та аналізувати питання на перетині системи соціальних відносин суспільства людини.

В. Коваленко під поняттям «соціальна компетентність молодшого школяра» розуміє підтверджену здатність особистості, що виявляється у відкритості до суспільства, навичках соціальної поведінки, готовності до сприймання соціально спрямованих інформаційних повідомлень, відповідальності перед іншими за свої вчинки та вміння вибудовувати свою

поведінку в середовищі поєднаної реальності (реальному і віртуальному) у відповідності до соціальних норм і суспільних цінностей.

О. Галакова зазначає, що зміст процесу розвитку соціальної компетентності має відображати ланцюжок взаємодії молодшого школяра (розуміння себе; взаємодія з однолітками (хлопчиками і дівчатками), в тому числі і у групі; взаємодія з дорослими (рідними, педагогами). Дослідниця виділяє такі *компоненти соціальної компетентності*:

1) мотиваційний: проявляє інтерес до спілкування; визнає цінність взаємодії з іншими людьми; приймає норми і правила взаємодії з людьми (норми моралі, етикету); розуміє неминучість несення відповідальності за свої вчинки; усвідомлює необхідність конструктивно взаємодіяти з іншими;

2) когнітивний: вбачає знання своїх позитивних і негативних якостей; знання того, що люди різні за своїми характеристиками, вчинкам; існування різних культур; знання норм і правил взаємодії/спілкування з однолітками і дорослими; знання про організацію роботи в групі, вибудовування системи взаємодії для досягнення загального результату; знання конструктивних способів взаємодії; знання конструктивних способів розв'язання конфліктних ситуацій; наявність уявлень про вербальні і невербальні засоби спілкування; знання способів самовираження (пояснення, переконання, повідомлення про свої почуття);

3) діяльнісний: проявляє готовність до актуалізації наявних знань, здатність до самопрезентації та самоорганізації, самоконтролю; вміння встановлювати стосунки, взаємодія (знайомитися, створювати групу тощо); вміння домовлятися, розв'язувати питання конструктивними способами; дотримання норм і правил поведінки;

4) рефлексивний: здатність оцінювати і пояснювати свою поведінку і аналізувати вчинки інших на основі наявних знань; здатність аналізувати ситуацію і знаходити спосіб поведінки відповідно до норм і можливостей.

Зарубіжними науковцями виокремлено **маркери соціальної компетентності молодших школярів**, якими керуються у своїй роботі

вчителі, соціальні педагоги, практичні психологи, батьки та ін. з метою виявлення проблем її сформованості. Вони систематизовані у *чотири блоки*:

I. Індивідуальні атрибути (дитина як правило: в позитивному настрої; зазвичай іде до школи з бажанням вчитися; добре відноситься до інших, має адекватні реакції розчарування; виявляє інтерес до інших; демонструє здатність до співпереживання; здатна до гумору та його сприйняття; не демонструє проявів самотності).

II. Соціальні атрибути (дитина як правило: взаємодіє невербально з іншими дітьми з використанням посмішки, рухів голови тощо; очікує позитивної відповіді при взаємодії з іншими; проявляє повагу до інших; чітко демонструє свої дії та позицію; утверджує власні права і потреби; висловлює розчарування і гнів адекватно, без ескалації, ситуації або заподіяння шкоди іншим; бере участь в іграх та роботі груп; долучається до поточної дискусії по темі; робить відповідний внесок в діяльність, в яку залучається; має дружні відносини з одним або двома однолітками; демонструє здатність по-справжньому піклуватися про них і пробачати їх, якщо вони винні; здійснює зворотній зв'язок при спілкуванні, «бере та віддає» інформацію при обміні; веде переговори і здатна до компромісів; підтримує дружбу з одним або декількома однолітками, навіть за наявності розбіжностей; розуміє та спілкується з однолітками та дорослими, які мають особливі потреби; сприймає і спілкується з однолітками та дорослими, які належать до інших етнічних груп).

III. Атрибути зовнішньої характеристики (дитину зазвичай приймають у групі, діти не нехтують спілкуванням з нею; як правило її поважають, не бояться з нею спілкуватися, не уникають її; діти запрошують її для гри, роботи або до дружби; дитина названа іншими дітьми як друг, з якою вони люблять грати і працювати).

IV. Атрибути взаємодії з дорослими (дитина має не надміру залежати від дорослих; адекватно реагує на незнайомих дорослих, на відміну від крайньої боязкості або вибіркового підходу).

Автори маркерів соціальної компетентності молодших школярів доповнюють їх особистісними характеристиками соціальної поведінки: дружелюбність, кооперативність, дотримання традиційних моделей поведінки й навичками самоконтролю (подолання агресивності, управління гнівом, уникнення сором'язливості тощо).

2. Вікові особливості та чинники формування соціальної компетентності молодших школярів.

Соціальна компетентність особистості формується та розгортається послідовно протягом усього життя людини. Процес формування та розвитку соціальної компетенції у різному віці має як загальні, і специфічні риси, включає як різні, так і подібні компоненти. Соціальна компетентність передбачає наявність необхідних знань, умінь, здібностей індивіда, яких буде достатньо для здійснення обов'язків у поточний життєвий період часу.

У молодшому шкільному віці відбуваються значні зміни у психічному розвитку дитини, трансформується пізнавальна сфера, складається складна система відносин із однолітками та дорослими. Основним видом діяльності стає навчальна діяльність. У процесі пізнання дитина отримує і переробляє величезні обсяги інформації, при цьому, як і в дошкільному віці, потреба в русі та зовнішніх враженнях залишається такою ж сильною. Ставши школярем, і приступивши до навчальної діяльності, дитина поступово вчиться керувати собою, будувати свою діяльність відповідно до поставлених цілей та намірів. Період, коли дитина починає шкільне навчання, призводить до тотальної зміни соціальної ситуації розвитку дитини. Вона набуває статусу соціального суб'єкта і на неї покладаються суттєві суспільні обов'язки, при виконанні яких дитина отримує соціальну оцінку. Структура життєвих відносин дитини на цей період зазнає значної перебудови. На цьому етапі система життєвих відносин дитини багато в чому визначається тим, наскільки успішно вона справляється із суспільними завданнями.

Також відбувається подальше формування особистості дитини, розкриття її індивідуальності, формування самооцінки. Дитина, набуваючи здатності до критичної оцінки себе та оточуючих, стає здатною до адекватної самооцінки. Слід зазначити, що важливими компонентами соціальної компетентності є задоволеність і досить висока самооцінка. Важливу роль у розвитку соціальної компетентності молодшого школяра відіграє здатність до довільної регуляції поведінки. Самоконтроль та саморегуляція забезпечують успішність як у навчальній діяльності, так і в процесі спілкування з дорослими та однолітками.

Дитина молодшого шкільного віку перебуває на такому етапі, коли вперше відбувається її залучення до життя у соціально значимій діяльності. Процес становлення та вдосконалення соціальної компетентності дитини у цьому віці визначиться стрімким розвитком суспільних взаємин, зміною суспільних ролей та виконуваних функцій, розширенням кола спілкування, динамічністю суспільних уявлень. У дитини розвиваються пізнавальні потреби та інтереси, формуються та закріплюються мотиви навчання та продуктивні стратегії навчальної роботи, збагачуються знання про соціальний світ та взаємодію між людьми.

Тому і формування соціальної компетентності молодших школярів відбувається як у процесі навчання, так і у родині, колі друзів, під впливом політичних, релігійних чинників, засобів масового інформування і комунікації та ін.

Так, сім'я має беззаперечний вплив на соціалізацію учня початкової школи, адже у сім'ї створюється специфічне її соціокультурному рівню середовище, і відбувається первинне долучення до соціуму.

Територіальна громада, є специфічним середовищем, у якому відбувається соціальний розвиток молодшого школяра. Складовими середовища територіальної громади для учня початкової школи є: позашкільні дитячі установи, культурно-дозвіллеві заклади, установи культури (виставки, театри, кінотеатри, музеї, парки тощо), центри

соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, дитячі бібліотеки, редакції дитячих видань, дитяче телебачення, сайти та групи у соціальних мережах для дітей молодшого шкільного віку.

У молодшому шкільному віці складається новий тип відносин із оточуючими людьми, з'являються нові обов'язки, засвоюються соціальні норми, шкільні вимоги та обмеження. Поступово втрачається орієнтація на дорослого і спостерігається зближення зі своїми однолітками, формуються міцні дружні стосунки.

Значний вплив на формування соціальної компетентності молодших школярів мають і засоби масової інформації і комунікації. Велику популярність сьогодні мають телевізійні та Інтернет-канали, що постійно транслюють мультиплікаційні фільми. Батькам зручно увімкнути один мультиплікаційний канал, зайнявши дитину на певний проміжок часу для розв'язання своїх справ, не замислюючись над тим, який вплив вони здійснюють на дитину. Результати численних досліджень доводять, що не всі батьки відповідально ставляться до відбору медіа-продукції, яку переглядають їхні діти, розуміючи, що, на жаль, далеко не кожний мультфільм у сучасному медіа-просторі може позитивно впливати на культурну соціалізованість та моральну свідомість дитини. Медіа стали органічним елементом життя родини, підпорядкувавши своїм закономірностям її побут, організацію й функціонування. Сімейне середовище змінюється через участь у ньому нових електронних медіа, мультимедіа. Контакт із ними в родині розпочинається рано і триває впродовж усього життя людини. Електронні медіа, телебачення, Інтернет, мобільний телефон створюють нереальну картину світу, що конкурує з реальним світом.

Таким чином, соціальна компетентність молодшого школяра базується на таких психологічних новоутвореннях віку, як:

- оволодіння довільним регулюванням поведінки у процесі інтенсивного розвитку пізнавальної сфери та активного включення до навчальної діяльності;
- сенситивність молодшого школяра впливу дорослих;
- розвиток мотивації успіху та досягнення;
- здатність до адекватної самооцінки. Врахування цих вікових новоутворень сприяє засвоєнню необхідних соціальних норм.

3. Методика формування соціальної компетентності молодших школярів.

Методика формування соціальної компетентності молодших школярів розглядається як сукупність методів, прийомів і форм організації процесу розвитку інтегрованої характеристики особистості, якостей, здібностей, переживань, емоційно-ціннісних орієнтацій і переконань, які вможливають активну взаємодію людини з соціумом, налагоджування контактів із різноманітними групами та індивідами, а також участь у соціально значущих проектах, продуктивне виконання різних соціальних ролей.

Організація освітнього процесу в початковій школі, спрямованого на формування соціальної компетентності особистості учня, полягає у створенні умов для формування у нього досвіду пізнавальної діяльності, різних способів та досвіду практичної і творчої діяльності, інтеграцію теоретичного і практичного змісту освіти, моделювання за допомогою педагогічних технологій контекстного навчання предметного та соціального змісту життя й діяльності молодшого школяра, а також ціннісного ставлення до навколишньої дійсності.

Активним засобом розвитку соціальної компетентності учнів є використання інтерактивних технологій навчання. Інтерактивні методи навчання дозволяють вирішувати наступні **завдання** :

- Активне включення кожного учня в процес засвоєння учбового матеріалу.
- Підвищення пізнавальної мотивації.

- Формування навичок успішного спілкування (уміння слухати і чути один одного, вибудовувати діалог, ставити питання на розуміння).
- Розвиток навичок самостійної учбової діяльності: визначення провідних і проміжних завдань, уміння передбачати наслідки свого вибору, його об'єктивна оцінка.
- Виховання лідерських якостей.
- Уміння працювати з командою і в команді.
- Переймати на себе відповідальність за спільну і власну діяльність по досягненню результату.

Суттєвим **чинником** формування соціальної компетентності молодшого школяра є його активна соціалізація, під якою ми розуміємо таке пристосування людини до вимог суспільства, що забезпечує її успішне функціонування у соціальному середовищі. У процесі соціалізації молода людина повинна пізнати й прийняти вимоги суспільства, а результатом цього процесу є формування свідомої причетності, належності до суспільства, пристосованості до оточуючого середовища і здатності до успішного здійснення соціальних ролей. Ці завдання можуть бути освоєні через соціальну практику, включення в діяльність вікових дитячих об'єднань, органів шкільного самоврядування.

Залучення молодших школярів до роботи в органах учнівського самоврядування сприяє формуванню соціальних компетенцій, здатності брати на себе відповідальність, активно брати участь у спільному прийнятті рішень, цивілізованому розв'язанні конфліктів. Формами учнівського самоврядування учнів початкових класів можуть бути: громадські акції, соціальні проекти, гуртки за інтересами, бесіди, диспути.

Серед найважливіших аспектів соціальної компетентності людини є її здатність активно й успішно діяти в соціумі на засадах співпраці, толерантності, відповідальності. Це вимагає від особистості вміти ефективно спілкуватися з іншими людьми, запобігати і розв'язувати проблемні й конфліктні ситуації, а отже, набуття нею конфліктологічної компетенції.

Актуальність формування конфліктологічної компетенції молодших школярів підсилюється й тим, що сучасний учень досить часто стикається з конфліктами у школі. Слід підкреслити, що учні не вміють регулювати конфлікти, які виникають, і в конфліктних ситуаціях переважають деструктивні тенденції. Тривалі, нерозв'язані конфлікти погіршують міжособистісні стосунки, психологічний клімат в учнівському колективі, знижують мотивацію учня до навчання. Відсутність належної уваги до проблеми конфліктів у життєдіяльності школярів значно підвищує конфліктогенність освітнього середовища, що стає основою формування конфліктної спрямованості особистості й перешкодою на шляху її самореалізації.

Таким чином, соціальну компетентність молодшого школяра можна вважати сформованою, якщо він:

- володіє елементарними знаннями про соціальні явища, події, людей, взаємини, способи їх налагодження;
- цінує, визнає значущість для себе всього, що пов'язано із соціальним життям, цікавиться ним;
- називає словами, вербалізує основні назви, пов'язані із соціальним життям;
- передає свої враження, пов'язані із соціальними подіями та взаєминами людей, художніми образами;
- пов'язує соціальну активність людей і власну з виконанням соціально схвалюваних стандартів;
- реалізує свої знання та інтереси у соціально зрілих формах поведінки;
- проявляє у поведінці конструктивну творчість;
- збалансовує особистісні та соціальні інтереси.

Відсутність соціальної компетентності або низький рівень її розвитку пов'язані з непродуктивними способами міжособистісної взаємодії, що призводить до непорозуміння між членами різних груп та всередині групи, є

причиною формування настанови на однобічність сприйняття іншої людини, виникнення психологічного бар'єра у спілкуванні.

Питання для самоконтролю

1. Розкрийте сутність поняття «соціальна компетентність молодшого школяра».
2. Схарактеризуйте структуру соціальної компетентності молодшого школяра.
3. У чому полягають вікові особливості формування соціальної компетентності молодших школярів?
4. Назвіть чинники формування соціальної компетентності молодших школярів.
5. Поясніть особливості методики формування соціальної компетентності молодших школярів.

Література

1. Коваленко В.В. Формування соціальної компетентності молодших школярів засобами інформаційно-комунікаційних технологій : посібник / за наук. ред. проф. М. П. Лещенко. К., 2017. 192 с.
2. Ніколаєску І.О. Формування соціальної компетентності учнів загальноосвітніх навчальних закладів відповідно до вимог нових державних освітніх стандарті : науково-методичний посібник. Черкаси : ОІПОПП, 2014. 76 с.
3. Терпан В. Соціокультурна самоідентифікація та адаптація молодшого школяра. Соціальна психологія. 2011. № 5. С. 154-162.
4. Юрченко О. В. Структура соціальної компетентності молодшого школяра. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2016, № 7. С.234-244.

Тема 4. Принципи, форми, методи та засоби навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі

План

1. Дидактичні принципи навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
2. Особливості методики проведення уроків із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
3. Класифікації та особливості використання методів навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
4. Особливості використання методів активізації навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів у вивченні соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі.
5. Засоби навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

1. Дидактичні принципи навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Методика навчання базується на дидактичних принципах, репрезентуючи специфічні її особливості.

Дидактичні принципи – це основні положення, що визначають зміст, організаційні норми та методи освітньої діяльності. Дидактичні принципи:

- а) визначають діяльність учителя і пізнавальну діяльність учнів;
- б) відображають внутрішню суть діяльності вчителя і учнів;
- в) базуються на закономірностях навчання;
- г) є системою вимог до визначення змісту, форм і методів навчання;
- г) є системою основних положень, на які спирається теорія і практика освіти;
- д) визначають цілеспрямованість освітнього процесу та діяльність вчителя;

е) є основними положеннями, на які спираються при викладанні навчальних предметів;

є) положення, якими керуються учні.

Дидактичні принципи визначають характер освітнього процесу і є орієнтиром у конструюванні його змісту й організації. Тому в процесі планування, організації та проведення уроків учитель повинен керуватися загально-педагогічними та специфічними принципами як системою основоположних вимог, вихідних положень, що визначають зміст, організаційні форми та методи освітньої роботи відповідно до загальної мети і закономірностей освітнього процесу.

У сучасній дидактиці принципи навчання розглядаються в конкретній системі, у взаємозв'язку, а не відокремлено. Розглянемо сутність та особливості основних принципів і розкриємо шляхи їх реалізації в освітньому процесі.

Демократизація освіти – принцип формування освіти в Україні на демократичних засадах, який передбачає децентралізацію, регіоналізацію в управлінні освітою, автономізацію освітніх закладів у розв'язанні основних питань діяльності, поширення мережі приватних закладів загальної середньої освіти, перехід до державно-громадської системи управління освітою, а також співробітництво учитель – учень в освітньому процесі.

Гуманізація освіти – центральна складова нового педагогічного мислення, яка передбачає перегляд, переоцінку всіх компонентів педагогічного процесу. Відповідно до завдань гуманізації освіти головною метою педагогічного процесу є розвиток учня.

Гуманізація освіти здійснюється через: формування відносин співробітництва між усіма учасниками педагогічного процесу; виховання морально-емоційних якостей; формування емоційно-ціннісного досвіду розуміння людини; створення матеріально-технічних умов для нормального функціонування педагогічного процесу, що виховує гуманну особистість.

Принцип доступності в освіті. Під доступністю в освіті розуміють відповідність між змістом, характером, обсягом навчального матеріалу і рівнем підготовки учнів та розвитком їх пізнавальних можливостей. Людина може засвоїти лише те, що їй доступно і відповідає рівню розвитку її розумових здібностей.

Вимоги доступності в освіті передбачають відповідність навчального матеріалу віковим та індивідуальним особливостям учнів, рівню підготовки, а також навчальному часу, тобто встановлення ступеню складності навчального матеріалу відповідно до віку учнів і їхньої теоретичної та практичної підготовки.

Доступність освіти залежить від **певних чинників**, а саме: дотримання дидактичних принципів; добору навчального матеріалу і ступеню його педагогічної переробки; методів роботи вчителя; впливу особистості вчителя, його педагогічної майстерності; використання правил в освіті (від простого до складного, від відомого до невідомого, від часткового до загального).

Принцип доступності і правила в освіті потребують від учителя глибокого творчого підходу до добору навчального матеріалу, вибору методів і форм роботи. Видатні педагоги минулого (А. Дістервег, Я. Коменський, К. Ушинський та ін.) розробили такі **правила використання** цього принципу:

1. Доступність, переконливість, емоційність залежать від викладу і мови вчителя, тому чітко й однозначно треба формулювати поняття, навчати образно.
2. Учителеві не слід зловживати довгими монологами, а намагатися відчувати, що потрібно пояснити, а що учні можуть опрацювати самі.
3. Від легкого до важкого, від відомого до невідомого, від простого до складного.
4. В освітньому процесі слід виходити з рівня підготовки та розвитку учнів і спиратися на їхні можливості; враховувати життєвий досвід, їхні інтереси, особливості розвитку учнів.

5. Головну увагу приділяти управлінню пізнавальної діяльності учнів: погано підготовлений учитель повідомляє істину, залишаючи її недоступною для розуміння, а ґрунтовно підготовлений – вчить її знаходити, роблячи доступним процес знаходження.

Принцип науковості є одним з найважливіших принципів дидактики, застосування якого забезпечує оволодіння учнями знаннями, сприяє формуванню наукового світогляду. В основу цього принципу покладено об'єктивну закономірність: науковий світогляд можна сформувавши, лише засвоївши систему наукових знань про природу, суспільство і психіку людини.

Принцип науковості висуває певні вимоги до змісту і методів в освіті. Він передбачає: добір навчального матеріалу на суто науковій основі; формування в учнів діалектичного підходу до предметів і явищ, які вивчаються, формування елементів діалектичного мислення; у викладанні – використання методів наукового пізнання, які розвивають мислення і підводять їх до пошукової і творчої діяльності; на заняттях – створення необхідних умов для формування правильних уявлень, наукових понять і термінів, прийнятих у науці; набуття учнями лише науково вірогідних, перевірених практикою знань; вживання лише прийнятої в науці символіки, визначень, формулювань; під час проведення теоретичних, практичних, лабораторних занять – використання сучасного обладнання, інтерактивних технологій, комп'ютерної техніки.

При повідомленні навчального матеріалу слід враховувати специфіку і профіль освітнього закладу, систему та логіку предмету, пізнавальні можливості, рівень підготовки та вікові особливості учнів.

Про необхідність зв'язку наукової інформації з викладанням наголошували ще М. Пирогов і К. Ушинський, які вказували на тісний зв'язок навчального і наукового.

Зокрема К. Ушинський підкреслював, що освіту необхідно постійно утримувати на однаковому з наукою рівні і поширювати її серед народу. Усе

це забезпечує оволодіння основними положеннями, поняттями, законами, досягненнями науки. Для цього потрібно викладати навчальний матеріал лише на науковій основі, а в методиці навчання відображати методи наукового пізнання; давати учням науково обґрунтовані, перевірені на практиці відомості; під час проведення практичних занять використовувати передову технологію.

У процесі вивчення соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі правилами реалізації цього принципу передбачається:

- упровадження в освіту найновіших досягнень педагогіки, психології, методики і передового педагогічного досвіду;
- розкриття логіки навчального предмета, яка забезпечує з перших кроків його вивчення надійне підґрунтя для засвоєння нових наукових понять;
- застосування наукової термінології та ознайомлення з новими науковими досягненнями;
- розкриття генезису наукових знань та послідовна реалізація вимоги історизму в навчанні.

Принцип зв'язку теорії з практикою. Результати досліджень свідчать, що знання, відірвані від практики і не пов'язані з життям, не використовуються при розв'язанні практичних завдань, погано засвоюються учнями, не збуджують у них інтересу, не стимулюють пізнавальної діяльності. Філософське положення про практику, яка є «критерієм істини», має принципове значення. По-перше, на початковому етапі практика є джерелом знань; по-друге, практика – це кінцева мета пізнання, оскільки знання потрібні для практичної діяльності; по-третє, практика є критерієм істинного пізнання на всіх його етапах, тобто практика – це форма наукового пізнання, джерело і критерій істини.

Принцип зв'язку теорії з практикою реалізується під час практичних і лабораторних занять, участі в предметних гуртках, проведення екскурсій, розв'язування ситуаційних задач, самостійної роботи учнів, організації та

проведення спостережень тощо. Виходячи з єдності теорії і практики, сучасна дидактика розглядає практику як вихідний пункт пізнання людиною навколишнього світу, як найточніший і найправильніший критерій істини знань.

Принцип систематичності й послідовності. Щоб знання краще засвоювалися, вони мають бути зрозумілими, упорядкованими й послідовно включеними у систему знань – саме цей бік пізнавальної діяльності учнів знаходить відображення у цьому принципі.

Систематичність в освіті передбачає засвоєння знань, умінь та навичок у певному логічному зв'язку. У цьому випадку навчальний матеріал становить цілісну систему. Поняття послідовності у навчанні вказує на необхідність такого вивчення навчального матеріалу, коли наступне базується на попередньому і, у свою чергу, логічно визначає подальший ступінь у пізнавальній роботі.

Цей принцип сформувався у педагогіці ще в далекому минулому. Великого значення йому надавали І. Гербарт, Я. Коменський, А. Дістервег, К. Ушинський та інші видатні педагоги.

Одним із правил принципу систематичності й послідовності в освіті є те, що учні переходять до нового вивчення матеріалу тільки після фундаментального засвоєння попереднього.

Принцип систематичності і послідовності реалізується за таких умов: складання навчальних планів і програм; добір і вивчення навчального матеріалу; добір і використання форм і методів; керування вчителем пізнавальною діяльністю учнів тощо.

Для реалізації цього принципу необхідно:

- не допускати порушень системи як у змісті, так і в способах надання освіти, а у випадку порушення системи намагатися ліквідувати прогалини, щоб запобігти неуспішності учнів;
- у кінці теми, розділу, курсу обов'язково проводити узагальнення і систематизацію вивченого матеріалу;

– вимагати від учнів засвоєння системи знань, умінь, навичок з кожного розділу програмного матеріалу.

Принцип свідомості й активності учнів, висунутий прогресивними педагогами XVII-XVIII ст. Я. Коменським, Ж.-Ж. Руссо, Й.-Г. Песталоцці та іншими, дістав повне і всебічне розкриття у сучасній педагогіці.

Свідомість учнів у навчанні виявляється: у розумінні матеріалу, що вивчається; в умінні відрізнити головне від другорядного, істотне від неістотного; в умінні користуватися раніше здобутими знаннями; в усвідомленні самих процесів розумової і фізичної роботи, в послідовності застосованих при цьому прийомів і операцій.

Цей принцип визначається самими умовами демократичного суспільства. Свідомість, активність та ініціативність – важливі риси сутності людини демократичного суспільства, ознаки її внутрішнього багатства, зрілості і суспільної цінності. Ці риси формуються щодня в освітньому процесі, у найрізноманітніших сферах життєдіяльності людини. Також він полягає в цілеспрямованому сприйманні конкретних явищ, їх осмисленні, творчій переробці і застосуванні. Він зумовлений насамперед двобічним характером, за якого отримання освіти можливе лише тоді, коли активним і діяльним є сам учень.

Визначальними умовами, що забезпечують свідомість і активність в освіті є: усвідомлення учнем мети і завдань освіти; свідоме засвоєння всього навчального матеріалу; активне засвоєння понять на підставі самостійного аналізу конкретних явищ; використання кожного поняття, узагальнення, вмінь і навичок для подальшого пізнання предметів і явищ; усвідомлення учнем своїх помилок, а також розуміння причин виникнення помилок і шляхів їх усунення. Зокрема, принцип активності реалізується під час використання різних прийомів наочності, проблемності, активних форм та методів навчання (самостійна робота, ділові та рольові ігри, проблемні ситуації тощо). Для успішної реалізації цього принципу вчителю потрібно:

1. Усвідомлювати, що головним є не предмет, який він викладає, а особистість, яку він формує. Навчати так, щоб учень був об'єктом активного засвоєння навчального предмета.

2. Зосередити зусилля на вихованні активності учня, бо сьогоднішній активний учень – завтрашній активний член суспільства.

3. Створювати умови для оволодіння учнями найпродуктивніших методів навчально-пізнавальної діяльності, навчати їх учитися.

4. Використовувати усі види і форми пізнавальної діяльності, поєднувати аналіз із синтезом, індукцію з дедукцією, зіставлення з протиставленням, застосовувати аналогію.

Принцип наочності в освіті. Шлях людського пізнання починається з чуттєвого сприймання конкретних фактів і явищ. Пізнання пов'язане зі зверненням до самих речей та явищ і потребує починати освітній процес від живого споглядання. Споглядання передбачає залучення до пізнання основних органів чуття: слуху, зору, дотику, смаку.

Принцип наочності, як уже зазначалося, науково обґрунтований в теорії пізнання «від живого споглядання до абстрактного мислення...». Живе споглядання здійснюється через наочне навчання, і на цій основі відбувається перехід до абстрактного мислення. Вперше принцип наочності сформулював і обґрунтував у XVII ст. Я. Коменський. За його твердженням, в освітньому процесі вирішальну роль відіграє чуттєве сприйняття речей. Він створив «золоте правило» дидактики: «все, що тільки можна, надавати для сприймання чуттями, а саме: видиме – для сприймання зором, чутне – слухом, запахи – нюхом, те, що підлягає смаку – смаком, доступне дотикові – через дотик. Якщо якійсь предмети відразу можна сприймати кількома чуттями, нехай вони одразу сприймаються кількома чуттями».

Велике значення наочності у навчанні надавав К. Ушинський, який вбачав у ній засіб розвитку мислення і мови. Фізіологічне обґрунтування цього принципу в навчанні дає вчення видатного фізіолога І. Павлова про вищу нервову діяльність. Воно підкреслює взаємозв'язок образу, слова і дії.

В. Сухомлинський розглядав наочність не тільки як засіб виходу із світу конкретизації уявлень і понять, але і як засіб виходу зі світу уявлень у світ абстрактної думки. Тобто, основне призначення наочності полягає у тому, щоб пов'язати сприймання (сприйняття) з мисленням, конкретне з абстрактним.

Особливої важливості і значущості наочність набуває на першому етапі ознайомлення учнів з об'єктом вивчення, коли відомості про цей об'єкт відсутні або обмежені. Наочність збагачує уявлення учнів, організовує їхню увагу і стимулює роботу думки, активізує пізнавальну діяльність, сприяє кращому засвоєнню матеріалу, розвитку мислення, просторової уяви, спостережливості, мови; наочність надає навчальному матеріалу доступності, емоційності; забезпечує запам'ятовування, тісний зв'язок сприймання з абстрактним мисленням.

На сучасному етапі розвитку педагогічної науки наочність із бажаного елемента занять перетворюється у необхідну умову наукової організації спільної праці вчителя й учнів. Правильне використання наочності (поєднання слова й образу) дозволяє керувати плином думки учнів, організовувати їхню освітньо-пошукову діяльність, а врахування передового педагогічного досвіду сприяє підвищенню пізнавальної активності школярів на всіх етапах навчання.

Принцип міцності засвоєння знань, набуття умінь та навичок. Користуватися знаннями неможливо, якщо вони не закріплені, не стали здобутком пам'яті, міцно не засвоєні. Звідси впливає принцип міцності.

Одне з основних завдань школи – дати своїм випускникам міцні знання основ наук, умінь та навичок, які б вони завжди могли застосовувати на практиці.

Міцність знань, умінь та навичок досягається насамперед повторенням і закріпленням навчального матеріалу та застосуванням їх на практиці. Розрізняють два основних види повторення: поточне (протягом усього освітнього процесу), узагальнене (після проходження теми, розділу).

Закріплення навчального матеріалу буває: первинне (після викладання нового матеріалу або в процесі викладання), відтворювальне (під час лабораторних робіт) і творче.

Основні правила використання цього принципу:

- не потрібно вимагати від учнів все заучувати напам'ять, крім того, що добре сприймається розумом;
- не слід повторювати вивчене безпосередньо за схемою вивчення: потрібно дати можливість учням розглянути матеріал з різних боків і різних поглядів;
- міцність запам'ятованої інформації, набута у формі логічних структур, значно вища за міцність розрізнених знань; необхідно закріплювати знання, представлені логічно цілісними структурами (структурно-логічними схемами).
- в освітньому процесі доцільно застосовувати сучасні засоби та методи контролю, користуватися діагностичними засобами виявлення та виміру зрушень у розвитку учнів.

Принцип наступності. Наступність є поняттям значно ширшим від поняття «принцип освіти», хоча нерідко відіграє роль принципу. Залежно від умов і функцій, які виконує наступність, її масштабу, це поняття може бути «дидактичним принципом», «закономірністю», «принципом побудови системи освіти» тощо.

Наступність охоплює всю систему освіти, її ступені та сторони – виховання, розвиток, а також аспекти цих сторін – зміст, методику, організацію, взаємозв'язок елементів дидактичної системи.

В освітньому процесі наступність виявляється як принцип освіти в змістовному та процесуальному блоках. Тут вона відіграє роль міжпредметних або органічних зв'язків.

Великого значення наступність набуває, коли відбувається перехід від нижчого ступеня до вищого та виявляється як у змістовному, так і в процесуальному блоках. Значну роль відіграє наступність у змісті

навчальних планів і програм. При забезпеченні наступності слід дотримуватися правила, за яким змінам підлягають навчальні плани і програми вищого ступеня.

Принцип виховуючої освіти. В освітньому процесі здійснюються освітня, виховна, розвивальна та інші функції освіти. Вирішуючи освітні і розвивальні завдання, освіта водночас має великий виховний вплив на особистість. Вона сприяє розвитку пізнавальних сил і творчих здібностей учнів, активності та самостійності в роботі, формуванню наукового світогляду, свідомості, моралі тощо.

Теорією освіти й виховання стала «Велика дидактика» Я. Коменського. У зв'язку з тим, що виховний характер освіти залежить від його змісту, значний виховний вплив на учнів має правильна організація освітнього процесу і методика проведення занять. На заняттях потрібно застосовувати як індивідуальну роботу, так і колективні форми, які сприяють організації взаємодопомоги. Значний виховний вплив має дотримання робочого режиму: своєчасно розпочати заняття; вимогливість до виконання домашнього завдання, практичних і творчих завдань тощо. Виховну функцію виконують такі форми: ділова або рольова гра, конференція, тренінгові заняття. Вимогливість до учнів, постійний контроль за дотриманням режиму сприяють формуванню таких якостей, як наполегливість, дисциплінованість, сумлінність, уміння переборювати труднощі.

Особистий приклад учителя теж має суттєвий виховний вплив на учнів. Зокрема А. Макаренко стверджував, що вчитель має бути гідним наслідування. Тому його любов до своєї справи, справедливість, висока культура поведінки, ерудиція, вимогливість, поєднані з повагою до учнів, педагогічний такт – усе це має виховне значення.

Таким чином, розглянуті дидактичні принципи відображають закономірності освітнього процесу. Неухильне їх дотримання є необхідною умовою успіху професійної діяльності педагога. Усі дидактичні принципи взаємопов'язані і взаємозумовлені. Недотримання хоча б одного з них

ускладнює реалізацію всіх інших і призводить до зниження загальної ефективності освітнього процесу.

2. Особливості методики проведення уроків із навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Загальнодидактичні вимоги до уроку з навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі регламентуються дотриманням основних принципів навчання і принципів формування здорового способу життя дітей і молоді.

Особливість методики проведення уроків із навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі ґрунтується на тому, що оволодіння здоров'язбережувальними компетенціями потребує багаторазового відпрацювання (вправляння). Найефективніше цей процес відбувається при взаємодії учнів, що працюють в групах. Тому під час уроків із навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі необхідна організація практичної, ігрової, індивідуальної та колективної діяльності учнів, що базується на суб'єкт-суб'єктній взаємодії вчителя з учнями й учнів між собою.

Особливості методики проведення уроків із навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі полягають у тому, що:

1. Стратегією виховання культури здоров'я на сьогодні передбачено не надання готових знань, а навчання їх здобувати, осмислювати головне, володіти отриманими знаннями.
2. Необхідно забезпечити діяльнісний бік навчання, поставити школяра в ситуацію вибору, оцінки і засвоєння рольових моделей поведінки.
3. Доцільно практикувати на уроках методи активізації навчально-пізнавальної діяльності.
4. Доцільною є практична й ігрова діяльність учнів з метою засвоєння інформації та формування життєвих навичок, що потребує багаторазового вправляння.

5. Обов'язковим є зв'язок із життєвим досвідом дітей, урахування умов, в яких діти перебувають удома.

6. Структура уроків має бути гнучкою, органічно поєднувати навчально-пізнавальну та оздоровчо-рухову діяльність учнів.

7. Особливого значення для формування в учнів здорового способу життя та безпечної поведінки має емоційність і доступність навчального матеріалу, його унаочнення (із цією метою необхідно широко використовувати навчальні таблиці, навчальні екскурсії, відеофільми, кінофільми, слайди тощо).

3. Класифікації та особливості використання методів навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Термін «метод» (від грец. *methodos*) означає шлях, спосіб руху до істини. За весь історичний період існування шкільної освіти можна було спостерігати, що під час проведення уроків застосовувалися різноманітні види діяльності вчителя й учнів. Згодом їх стали називати методами навчання. Вони здійснюють своєрідний «синтез» в освітньому процесі, зосереджуючи в собі всі його особливості.

Методи навчання – це способи сумісної діяльності вчителя й учнів, спрямовані на вирішення завдань освітнього процесу. Будь-який із методів використовується в практиці освітнього процесу через конкретні прийоми.

Методичні прийоми – це елементи того чи іншого методу, які виражають окремі дії вчителя та учнів в освітньому процесі.

Кожний метод навчання повинен виконувати не тільки освітню, розвивальну та виховну функції, але й спонукальну і корекційну (розвиток сприймання, мислення, уяви, пам'яті, емоційно-почуттєвої сфери).

Перші спроби виділити методи навчання були пов'язані з формою виявлення. Це в свою чергу стало основою їх класифікації.

Класифікація методів навчання – це впорядкована за певною ознакою їх система. Дидактами розроблено десятки класифікацій методів

навчання. Поширеними і визнаними класифікаціями методів навчання до 70-х рр. XX ст. були:

- **за рівнем активності учнів:** методи пасивні й активні (Є.Я. Голант);

- **за формою виявлення:**
 - вчитель розповідає – він застосовує метод розповіді;
 - діти читають книжку – метод роботи з книжкою;
 - вчитель показує предмет або його зображення – метод демонстрування тощо.

- **за джерелом одержаних знань учнів (зовнішня форма виявлення)** – найпоширеніша класифікація: словесні, наочні, практичні (С.І. Петровський, Є.Я. Голант, Д.О. Лоркіпанідзе):

- словесні методи – методи використання широких узагальнень: розповідь, лекція, пояснення, опис, інструктаж, бесіда, робота учнів з підручником і додатковою літературою.

- наочні методи – методи сприйняття образу: демонстрування вчителем предметів, процесів об'єктивного світу, ілюстрацій засобами демонстрації, інформатики тощо.

- практичні методи – методи, пов'язані з перетворенням дійсності: виконання вправ, праця в шкільній майстерні, на пришкільній ділянці, лабораторні роботи тощо.

Така класифікація залишалася найбільш розповсюдженою.

У 80-х рр. XX ст. розробка загально-дидактичних методів навчання здійснювалася у поєднанні з активним розвитком теорії змісту освіти, кожний структурний компонент якого, відображаючи культуру суспільства, мав різні функції та різні рівні засвоєння:

Класифікація методів навчання за дидактичними цілями (Б.М. Єсіпова і М.А. Данилова):

1. Набуття нових знань: а) підготовка до слухання вчителя; б) виклад знань учителем; в) осмислення і закріплення матеріалу; г) самостійне здобуття знань.

2. Формування в учнів умінь і навичок.

3. Застосування знань на практиці.

4. Практика творчої діяльності.

5. Повторення.

6. Перевірка та оцінка знань, умінь та навичок.

Як видно, ця схема за основу має характер діяльності вчителя й учнів.

Іншим варіантом такого підходу був **поділ методів навчання на два ряди** (П.І. Підкасистий, В.Ф. Паламарчук, В.І. Паламарчук):

1. Методи викладання (або викладу) учителем навчального матеріалу: бесіди, розповідь, лекція, демонстрація навчального фільму;

2. Методи самостійної роботи під керівництвом учителя: з підручником, із книгою, спостереження, експеримент, фізична праця.

Таким чином, від простого перерахування методів навчання явно намітилася тенденція до їхнього групування. Відображалось прагнення авторів виявити нові методи, орієнтувати вчителів на ефективне їхнє використання. Наприклад, цікавий підхід у свій час виразив Б.Є. Райков, виділивши два ряди методів викладання природознавства:

А. 1. Словесний (книжковий). 2. Наочний (предметний) 3. Моторний (активно-руховий).

Б. 1. Ілюстративний 2. Дослідницький.

Як видно з наведених даних, може бути складено шість комбінацій методів. Такою може бути представлена М.М. Верзилінім **бінарна номенклатура методів навчання:**

1) словесно-індуктивний;

2) словесно-дедуктивний;

3) наочно-індуктивний;

4) наочно-дедуктивний;

5) практично-індуктивний;

6) практично-дедуктивний.

Існує також класифікація методів навчання **за двома показниками** (автори Є.П. Бруновт та І.Д. Зверєв):

1. За ступенем самостійної активності учнів (методи пояснювально-ілюстративні, частково-пошукові, дослідницькі);

2. За джерелом знань (методи словесні, наочні, практичні).

У сполученні цих двох рядів утвориться дев'ять груп методів.

Таким чином, із вищевикладеного можна зробити висновок щодо складності проблеми класифікації методів навчання, що об'єктивно обумовлено особливостями освітнього процесу, в якому використовуються методи. Спрощувати цю проблему означало б не враховувати реальну практику в теорії методів.

На сьогодні в методиці навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі не вироблено єдиної класифікації методів. Класифікувати методи навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі можна таким чином:

За джерелами інформації, з яких учні набувають знання, уміння та навички:

- **словесні** (розповідь, пояснення, бесіда, лекція, аудіозаписи, радіопередачі, друковане слово: підручники, посібники, довідники, енциклопедії тощо);

- **наочні** (демонстрація рисунків, фотографій, таблиць, плакатів, слайдів, кінофільмів, телепрограм, відеозаписів);

- **практичні** (лабораторні дослідження, фізичні вправи, фізкультурні хвилини, рухливі ігри під час перерв, щоденні заняття фізичними вправами (у спортивних секціях); вправи на зняття психоемоційного напруження, масажі та самомасажі, вправи для очей, робота в мікрогрупах, самостійна розробка проектів, презентацій, виготовлення наочності, рольові ігри, ін.);

- **методи регуляції життєдіяльності** (самопізнання і самоаналіз; самооцінка і самокритика; рефлексія; саморегуляція (спеціальні вправи, спрямовані на формування навичок свідомого впливу на різні функції організму – навичок самонавіювання).

За класифікацією методів, в основу якої покладено ступінь самостійності учнів у пізнавальній діяльності, методи навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі поділяють на:

- репродуктивні;
- активні.

За допомогою словесних методів вивчаються теоретичні основи функціонування системи **Людина – Природа – Суспільство** з метою збереження здоров'я людини та створення оптимальних умов її раціональної життєдіяльності.

Нижче ми розглянемо та схарактеризуємо **словесні методи**, які найчастіше використовують в процесі навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі:

Пояснення характеризується лаконічністю і чіткістю викладу. Пояснення використовують для з'ясування значення нових слів, термінів.

Розповідь використовується для розгорнутого повідомлення нових відомостей. Цей метод є ефективним, коли супроводжується демонструванням малюнків, таблиць, схем, плакатів, слайдів. У процесі розповіді необхідно ставити проблемні запитання та створювати проблемну ситуацію.

Проблемна ситуація може бути наслідком пропозиції зробити самостійний висновок на основі почутого, а також пропозиції використання для практичних цілей тих чи інших нових знань, що особливо важливо при навчанні соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі.

Бесіда – діалогічний спосіб організації взаємодії вчителя й учнів, спрямований на актуалізацію знайомих дітям відомостей, власного досвіду, необхідних для засвоєння нових знань під час конкретного уроку, на

закріплення і перевірку вивченого, узагальнення теоретичного матеріалу, підведення підсумків роботи.

Використання інформації з мережі Інтернет, газет, журналів, телепрограм дозволяє бути критичними споживачами засобів масової інформації (ЗМІ), розпізнавати різницю між фактом і вигадкою.

Виступи з доповідями, повідомленнями дають можливість учням набути практичних навичок пошуку джерел щодо необхідної інформації та упорядкуванні матеріалу.

Під час **опитування** виникає високий ступінь активності учнів, поглиблюється розуміння ними матеріалу, їх мислення стимулюється, спрямовується та розширюється, загострюється здатність школярів до критичного мислення.

До використання розповіді та пояснення існують певні вимоги:

- достовірність змісту (факти, які повідомляються, мають відповідати науковим даним і змісту освітньої програми);
- логічно виправдана послідовність;
- чіткість і доказовість (доказовість сприяє свідомому виконанню пояснених правил безпеки, послідовності виконання певних дій тощо);
- емоційність викладу (байдуже чи наснажене емоціями ставлення вчителя передається дітям і впливає на сприймання матеріалу, його запам'ятовування);
- культура мовлення.

Наочні методи передбачають засвоєння навчального матеріалу за наявності наочних посібників і технічних засобів навчання. Ці методи умовно можна поділити на дві підгрупи – метод ілюстрацій і метод демонстрацій.

Метод ілюстрацій – це використання ілюстрованих посібників, плакатів, таблиць, картин, карт, розмальовок на дошці тощо.

Метод демонстрацій – це задіяння приладів, технічних засобів навчання, кінофільмів.

У даний час виняткову роль відіграють комп'ютери, які дають можливість моделювати певні процеси та ситуації і розширюють застосування наочних методів.

Вимоги до використання наочних методів:

- унаочнення повинно бути точно узгоджене зі змістом матеріалу, який вивчається;
- унаочнення повинно використовуватися тільки у відповідний момент заняття і супроводжуватися доцільним коментуванням;
- у процесі демонстрування унаочнення, необхідно залучати учнів до пошуків бажаної інформації;
- демонстрування та ілюстрування майже ніколи не використовуються осібно – учителю необхідно продумати способи їх поєднання зі словесними методами (поясненням, розповіддю, бесідою).

Методи регуляції життєдіяльності. У комплексі індивідуальних факторів формування здорового способу життя людини важливу роль відіграють фактори психічного впливу на її організм. Це зумовлено тим, що фізичний стан людини, її тілесне здоров'я тісно пов'язані з особливостями психічної діяльності.

Єдність фізичного (соматичного) і духовного (психічного) – неодмінна умова і запорука прояву і формування людського здоров'я.

У процесі фізичної діяльності організму різноманітні за характером імпульси сягають головного мозку, по-різному впливають на активність його кори, яка, відповідно, стимулює і цілеспрямовує психічну діяльність людини.

Однією із найважливіших форм активного впливу на людську психіку вважається **метод психічної саморегуляції**. У результаті його використання людина може цілеспрямовано координувати і спрямовувати свої психічні реакції.

Психічна саморегуляція – це цілеспрямована духовна діяльність людини за власним свідомим імпульсом, спрямована на досягнення оптимального стану духовного та фізичного здоров'я особистості.

Однак, така діяльність складається з окремих дій, які можуть бути зовнішніми, тобто здійснюватися за допомогою рухового апарату й органів чуття, а також внутрішніми, які реалізуються розумовою активністю. У випадку, коли ці дії часто повторюються, вони стають автоматичними, їх називають звичками (навичками). Вміння керувати ними входить до сфери можливостей психічної саморегуляції.

Використання **методу психічної саморегуляції** ґрунтується на формуванні в учнів позитивного ставлення людини до життя, усвідомлення його змісту і мети; є важливою запорукою збереження їх психічного і фізичного здоров'я, забезпечення їх гармонійних зв'язків з навколишнім природним і людським оточенням.

Із виховною метою й утвердження в особистості позитивних психічних властивостей використовують різні **форми психічної саморегуляції**. Одна із найефективніших серед них – **самовиховання** – це система дій особистості, спрямована на досягнення відповідності власної поведінки загальноприйнятим орієнтирам, вимогам і нормам фізичного і духовного життя людського оточення.

Основні методи самовиховання – самопізнання, самоаналіз, самооцінка, самокритика, самопереконання, самозобов'язання, самоуправління, самопримушування, самонавіювання, самовправи, самозвіт, самоконтроль, самопокарання.

Практичні методи навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі. Дитина може вирости здоровою за умови, якщо вона не тільки знає, що і як для цього треба робити, а й здатна застосовувати набуті знання, сформовані вміння та навички із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в повсякденному житті. Неабияка роль у цьому відводиться практичним методам, за яких переважають практичні дії і вправляння учнів у засвоєнні навчального матеріалу.

Практичні методи умовно поділяють на:

- метод вправ;

- лабораторний метод (проведення антропометричних вимірювань: зріст, маса тощо).

Формування практичних умінь та навичок здійснюють у такій послідовності:

- демонстрування дії в нерозривній єдності зі словесним коментуванням;
- вправляння учнів виконувати дію з опорою на пам'ятки;
- виконання дії учнями без підтримки;
- виконання дії в змінених умовах.

Формування практичних умінь та навичок доцільно здійснювати в **ігровій діяльності** з використанням в освітньому процесі **рольових ігор**.

Практичні роботи здебільшого виконуються учнями в **практично-дійовій формі** під час опрацювання на уроці відповідної теми.

Фізкультурно-оздоровчі методи:

- проведення ранкової гімнастики до шкільних занять;
- проведення фізкультурних хвилинок (вправ на зняття м'язового і психологічного напруження) під час уроків;
- проведення рухливих ігор на перервах;
- щоденні заняття фізичними вправами (наприклад, у спортивних гуртках).

Досвідчений учитель завжди має у своєму розпорядженні кілька **типів вправ для фізичної розрядки**: 1) рухові, які супроводжуються лічбою та іграми; 2) рухові вправи з віршованими імітуваннями текстів; 3) самомасаж активних точок; 4) вправи для очей.

4. Особливості використання методів активізації навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів у навчанні соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі.

Запорукою формування здорової особистості учня є взаєморозуміння, взаємоповага, толерантність, творче співробітництво всіх учасників освітнього процесу. Тому у навчанні соціальної і здоров'язбережувальної

освітньої галузі важливо широко використовувати методи, які ґрунтуються на активній участі всіх учнів. Цьому сприяє використання методики активізації навчально-пізнавальної діяльності (у науковій літературі ця методика відома також як **«використання активних (інтерактивних) методів навчання»**).

Понад 2400 років тому Конфуцій сказав: **«Те, що я чую, я забуваю. Те, що я бачу, я пам'ятаю. Те, що я роблю, я розумію»**. Ці прості твердження можуть слугувати обґрунтуванням необхідності використання в освітньому процесі інтерактивних методів. Дещо змінивши слова великого китайського педагога, можна сформулювати **Кредо інтерактивного навчання**: **«Те, що я чую, я забуваю. Те, що я бачу, я трохи пам'ятаю. Те, що я чую, бачу і обговорюю, я починаю розуміти. Коли я чую, бачу, обговорюю і роблю, я набуваю знань, умінь і навичок. Коли я передаю знання іншим, я стаю майстром»**.

Набагато важливішим є навчити, ніж просто розповісти.

У педагогічній літературі досить часто актуалізують так звану **«Піраміду освіти»**, з якої видно, що: найнижчих результатів можна досягти за умов пасивного навчання (приміром, читання – 15% засвоєння); використання в освітньому процесі відео/аудіо матеріалів забезпечує приблизно 20% засвоєння; натомість інтерактивні технології забезпечують найвищі показники: метод дискусії сприяє тому, що засвоюється, в середньому, 50% пропонованої учням інформації; 75% необхідного матеріалу учень засвоює під час практичних дій; навчаючи інших, або негайно застосовуючи набуті знання забезпечують 90% засвоєння.

Інтерактивні методи можуть бути використані на різних етапах уроку з навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі:

- під час первинного оволодіння знаннями;
- під час закріплення й удосконалення;
- під час формування вмінь та навичок;

- їх можна застосовувати також як фрагмент заняття для досягнення певної мети або ж проводити урок з використанням окремої технології.

Методи інтерактивного навчання можна поділити на дві групи:

- **групові** – передбачають взаємодію учасників малих груп (на практиці від 2 до 6-ти осіб).
- **фронтальні** – передбачають спільну роботу та взаємонавчання всього класу.

Серед педагогічних методів найбільш ефективними прийнято вважати: «мозковий штурм», рольову гру, аналіз конкретної ситуації, роботу в малих групах.

«Мозковий штурм» («мозкова атака», брейн-шторм) – це метод, при якому всі учасники можуть вільно (без критики і оцінювання з боку вчителя та інших учнів) висловлювати будь-які свої думки, навіть абсурдні та фантастичні, щодо поставленого питання або проблеми.

Цей метод використовується за потреби:

- розкрити зміст того чи іншого поняття;
- знайти шляхи вирішення проблемної ситуації;
- з'ясувати, що учасники знають та як ставляться до того чи іншого питання, проблеми, явища тощо;

Для організації «мозкового штурму» необхідно:

- чітко сформулювати запитання, проблему чи ситуацію та попросити учасників висловити свої ідеї та пропозиції;
- повідомити, що учасники можуть пропонувати будь-які ідеї, які спадають їм на думку;
- не обговорювати ідеї одразу після того, як їх запропоновано;
- записувати (там, де їх буде видно) всі висловлювання та пропозиції учнів у тому вигляді, як вони прозвучали (переформулювати висловлювання або сформулювати його по-іншому можна тільки за згодою учасника);

- надавати можливість висловитися всім бажаючим;
- заохочувати всіх учнів до висловлювання думок та пропозицій.

Рольова гра – це метод навчання, так звана, неформальна постановка, у процесі якої учасники без попередньої підготовки моделюють реальні життєві історії та ситуації.

Рольова гра є ефективним методом апробації нових моделей поведінки. Вона дає можливість «приміряти» їх на себе у безпечних умовах. Дія «під маскою» уможливорює формування власних уявлень учасників про те, як можна розв'язати подібну ситуацію в реальному житті.

Для проведення рольової гри необхідно:

- організувати чіткий розподіл ролей між учасниками так, щоб кожний отримав свою роль;
- слідкувати за добровільним вибором ролей;
- попередити учнів, що при виконанні ролі не обов'язково використовувати власні імена;
- слідкувати, щоб після закінчення виконання учнями поставлених завдань група підтримувала їх оплесками;
- після закінчення рольової гри обов'язково провести з учнями «вихід з ролей»: для цього наголосити, що гру закінчено і всі знову стають тими, ким вони є у реальному житті.
- у разі виконання учнем негативної ролі після «виходу з ролі» надати йому доброзичливу підтримку: запропонувати групі подякувати, назвати учасника його реальним іменем, сказати комплімент і обов'язково поаплодувати.

Аналіз конкретної історії, ситуації – це детальний розбір реальної або вигаданої історії, в якій описано, що сталося в житті конкретної людини, групи людей, родини, школи чи громади.

Головна цінність методу аналізу конкретної історії, ситуації полягає в тому, що учасники мають можливість експериментувати з «майже реальним життям» і апробувати різні варіанти поведінки в безпечних умовах,

прогнозувати, «що з цього вийде». Історія може бути незавершеною. У такому випадку учні самі вирішують, які наслідки можуть мати місце і як саме потрібно діяти, щоб історія мала щасливий кінець. **У початковій школі цей метод набуває особливої ефективності за умови використання легенди чи казки.** Така інформація сприймається і запам'ятовується учнями краще, ніж у вигляді сухих фактів чи інструкцій. Наприклад, казка «Вовк та семеро козенят» (Брати Грімм) ілюструє небезпеку відкривання дверей незнайомцям, навіть якщо вони виглядають цілком невинними. Українська народна казка – «Ріпка» описує чудовий зразок роботи в команді, з якого можна зробити висновок про те, що внесок найслабшого члена групи може бути вирішальним.

Робота в малих групах – це метод, який полягає в організації виконання певних завдань групами з кількістю учасників від 3 до 5 осіб. Робота в малих групах використовується для того, щоб:

- кожен учасник мав можливість ефективно засвоїти інформацію, висловити і обговорити свої думки, напрацювати певні навички;
- організувати взаємодію між учасниками і згуртувати групу;
- підвищити активність учасників.

Організація роботи учнів в малих групах передбачає:

- використовувати різноманітні форми та прийоми об'єднання учасників в малі групи;
- чітко ставити завдання та визначати час на його виконання;
- під час самостійної роботи малих груп надавати необхідну допомогу, додаткові пояснення та підтримку;
- познайомити учнів з правилами роботи в малих групах.

Правила роботи в малих групах:

- необхідно швидко розподілити «ролі» (за бажанням кожного).
- Для учасників віком 7-10 років достатньо визначити в групі того, хто буде слідкувати за часом (хронометриста), та того (або тих), хто буде представляти напрацювання підгрупи – спікера;

- у процесі роботи кожен учень може висловлювати власну думку (наприклад, по черзі);
- коли один говорить – інші слухають;
- обговорюються ідеї, а не особистість;
- усі члени групи мають зробити свій внесок у вирішення поставленого завдання; успіх групи залежить від внеску кожного;
- учасники в малій групі прагнуть прийти до спільної думки.

Використання інтерактивних методів допомагає фаховому зростанню самого вчителя. Варто зробити перший крок, і після декількох старанно підготовлених уроків учитель зможе відчувати, як змінилося ставлення до нього учнів, сама атмосфера в класі, що є додатковим стимулом роботи за інтерактивними технологіями.

Отже, підводячи підсумок, майбутньому учителеві необхідно знати, що виходячи з визначення педагогічного поняття «метод», важко розподілити всі методи на інтерактивні і неінтерактивні. Очевидно, що будь-який педагогічний метод за своєю суттю є інтерактивним, оскільки передбачає суб'єкт-об'єктну або суб'єкт-суб'єктну взаємодію. Без взаємодії, без впливу на суб'єкта навчання метод перестає існувати, бо не може виконувати свої функції.

5. Особливості методики навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Основним підходом до організації освітньої системи в сучасній школі залишається класно-урочна система, за якої провідною формою організації навчальної роботи є урок.

Традиційно методика навчання в початковій школі складається з наступних **компонентів освітньої діяльності**, а саме: пробудження мотивації (інтересу до навчання), вивчення матеріалу навчальної програми (уроку), повторення вивчених тем і перевірки отриманих знань (кількісна та якісна характеристика). На відміну від методик для середньої та старшої школи, будь-яка методика навчання в початковій школі передбачає

використання великої кількості наочного матеріалу, що дозволяє швидко засвоїти нові теми, а також значну кількість ігрових форм діяльності учнів, прояви їх творчої активності.

Серед **основних освітніх завдань** в початковій школі слід виокремити загальноосвітні знання, уміння та навички, формування стилю спілкування в колективі, формування самооцінки, самоконтролю, самовиховання. Життєво-важливими навичками, які формуються в початковій школі та супроводжують учня протягом всього періоду навчання від першого класу до останнього курсу закладу вищої освіти, є освітні вміння.

Разом з цим, формується структура освітньої діяльності, яка за Л. Виготським, А. Леонтьєвим та ін. складається з потреби, мотиву, інтересу, дії та мети. **Уроки з навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі ґрунтуються на врахуванні всіх потреб за пірамідою А. Маслоу:** від потреб фізичного плану, таких як потреба у їжі та безпеці, до самореалізації. Тому цілісне викладання цієї освітньої галузі, яка є базою для формування цілісної особистості, є надважливим.

Уроки мають **подвійну мету**: формування загальноосвітнього вміння учнів структурувати свою діяльність згідно вимог шкільної програми та формування навичок здорового способу життя.

На проведення уроку з навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі, як частину освітнього процесу, впливають:

- зміни, що відбуваються в суспільстві, які обумовлюють соціокультурні, економічні умови для розвитку всіх його сфер, у тому числі й освітньої;
- державне замовлення школі на підготовку майбутніх громадян, здатних задовольнити актуальні потреби суспільства;
- державні стандарти та програми з їх цілями та предметним змістом; сучасні педагогічні концепції з їх цілями, принципами, технологіями навчання.

Крім зазначених чинників, на структуру та результативність уроку мають вплив особистість учителя, його стиль спілкування з учнями, рівень фахової підготовки, ступінь володіння методичними прийомами та вміння враховувати під час управління навчальною діяльністю психологічні особливості кожного школяра.

Жоден з уроків, навіть проведених одним і тим самим учителем, з використанням однакових технологій, методів, прийомів та засобів навчання, не буде повністю відтворювати будь-який інший, адже характерними ознаками уроку з відповідної галузі є:

- гуманізація навчання;
- варіативність і гнучкість структури уроку;
- спрямованість уроку на особистість учня;
- повне засвоєння нового матеріалу на уроці;
- акцент на діяльність;
- оптимізація форм роботи на уроці.

Сучасний урок із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі – це урок демократичний. Його проводять не для учнів, а разом із ними. Його характеризує не навчання словом, а навчання справою. Це перш за все урок, під час якого створено реальні умови для інтелектуального, соціального, морального становлення особистості. Його концепція базується на особистісно орієнтованих цінностях освіти, коли освітній процес відбувається за умови постійної, активної взаємодії всіх учасників. Це співнавчання, взаємонавчання (колективне, групове, навчання у співпраці), де і учень, і вчитель є рівноправними, рівнозначними суб'єктами навчання, розуміють, що вони роблять, рефлексують із приводу того, що вони знають, уміють і здійснюють.

Три постулати, закладені в основі сучасного уроку.

Перший: «Урок є відкриття істини, пошук і осмислення її у спільній діяльності вчителя та учня».

Другий: «Урок є частиною життя дитини».

Третій: «Людина на уроці завжди залишається найвищою цінністю, виступаючи в ролі мети і ніколи не виступаючи у вигляді засобу».

Характеристика сучасного уроку:

- на сучасному уроці немає місця нудьзі, страху і злості від безсилля;
- на сучасному уроці панує атмосфера інтересу, довіри і співробітництва;
- на сучасному уроці є місце кожній дитині, тому що сучасний урок – запорука його успіху в майбутньому!

Вимоги до сучасного уроку: дидактичні; психологічні; загальнопедагогічні; виховні; гігієнічні.

Освітні вимоги до уроку: цілеспрямованість уроку; раціоналізація й диференціація інформаційного наповнення уроку (науковість та структурування змісту); обґрунтований вибір засобів, методів і прийомів, орієнтованих на навчання, що розвиває особистість; оптимальне сполучення репродуктивних і продуктивних методів навчання (проблемний, частково-пошукові, дослідницький); діалогічність методів, орієнтація їх на самостійність і активність учнів в освітньому процесі; розмаїтість форм організації освітньої діяльності учнів; варіативний підхід до формування структури уроку; реалізація на уроці в оптимальному співвідношенні всіх дидактичних принципів і правил.

Загальнопедагогічні вимоги до уроку: пріоритет особистості учня; триєдина мета уроку (освітня, розвивальна, виховна); урахування вікових та індивідуальних особливостей учнів; орієнтація на освітній процес; емоційно-актуальне тло навчання; педагогічний такт; пізнавальна самостійність учнів.

Дидактичні вимоги до уроку: раціональне використання часу; єдність та використання активних методів навчання; зв'язок із раніше вивченим матеріалом і досвідом, набутим учнями; формування умінь учнів самостійно здобувати знання й застосовувати їх практично; індивідуалізація, диференціація та інтенсифікація освітнього процесу; чітке формулювання

освітніх завдань і складових елементів; максимальна самостійність учнів у навчанні; реалізація на уроках усіх дидактичних принципів; організоване закінчення уроку; здійснення міжпредметних зв'язків.

Психологічні вимоги до уроку: урахування психологічних особливостей кожного учня; позитивний емоційний настрій викладача та учнів; вимогливість і доброзичливість викладача до учнів; педагогічна етика і психологічний такт.

Гігієнічні вимоги до уроку: температурний режим; освітлення класного приміщення; провітрювання; відповідність навчальних меблів; чергування видів навчальної роботи; запобігання перевантаженню, стомлюваності учнів.

Виховні вимоги до уроку: розвиток мови, мислення, пам'яті, пізнавального інтересу й допитливості; формування й розвиток загальнонавчальних умінь і навичок; вивчення й оцінювання рівня розвитку й психологічних особливостей учнів, проектування «зони найближчого розвитку».

Етапи підготовки до уроку:

1. Діагностичний, що передбачає вивчення особливостей та інтересів учнів, їхнього рівня підготовки до уроку, аналіз навчального матеріалу.
2. Прогнозування, що включає вибір найбільш оптимальної освітньої стратегії учнів і оцінку різних варіантів проведення уроків у контексті обраної стратегії.
3. Планування, що має на меті створення плану та програми управління освітньою діяльністю учнів.

Процес передачі знань у початковій школі має певні закономірності. Враховуючи вікові особливості школярів, ми не можемо давати довготривалих одноманітних вправ або завдань. Саме тому перевагу слід надавати застосуванню 5-7-ми різних видів роботи впродовж одного уроку.

Методика проведення уроку може бути відображена графічно у вигляді алгоритму уроку, що наведено на рис. 1.

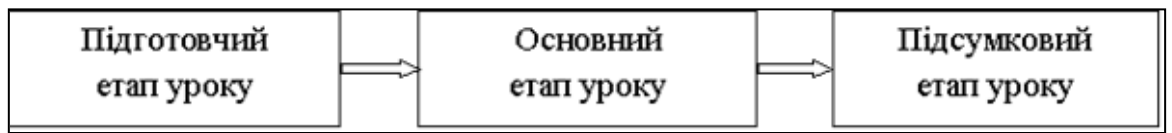


Рис. 1. Алгоритм уроку.

На підготовчому етапі уроку проводиться організація учнів до процесу навчання.

В основній частині уроку проводиться пояснення нового матеріалу на «образі» (природному образі, відомому учневі з попереднього досвіду). Пояснення проводиться в стані релаксації (у класичному виді проведення уроку з цілісного мислення) або в стані прослуховування матеріалу (в модифікованому варіанті використання методики).

Під час викладання нового матеріалу необхідно:

1. Дотримуватися оптимального темпу викладання.
2. Акцентувати увагу на головних аспектах нової теми.
3. З'ясувати ступінь розуміння матеріалу. Стимулювати учнів питаннями.
4. Використовувати засоби, що сприяють ефективності засвоєння матеріалу, інтерактивні презентації, наочність, порівняння.

Під час виконання вправ і закріплення матеріалу необхідно:

1. Вдало дібрати вправи для самостійної, парної та групової роботи.
2. Здійснювати оперативну допомогу учням під час роботи.
3. Ураховувати темп роботи учнів.
4. Застосовувати вправи на зняття м'язового та психологічного напруження.
5. Стимулювати до творчої, пошукової діяльності.
6. Залучати учнів до здійснення самоконтролю в ході навчальної діяльності.

У підсумковій частині уроку учні узагальнюють матеріал, заповнюють картки з тестуванням, повторюють за вчителем пальчикову гімнастику, а також вірш із тематики уроку.

Інший алгоритм проведення уроку складається з узагальнення матеріалу, повторення за вчителем вправ для збереження зору та повторення віршу з тематики уроку.

Таким чином, використання методики цілісного мислення може бути доцільним для проведення уроків у початковій школі з навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі, а також інших навчальних дисциплін циклу початкової освіти, що, з одного боку, дозволяє ефективніше викладати навчальний матеріал, а з іншого – є методикою відновлення сил протягом навчального дня, являє собою важливу частину освітнього процесу.

6. Засоби навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Засоби навчання – обов'язковий елемент оснащення освітнього процесу. Поряд з цілями, змістом, формами і методами засоби навчання є одним з головних компонентів дидактичної системи. Головне завдання вчителя полягає в тому, щоб зробити предмет цікавим для учнів, змусити їх побачити за формулами і теоремами справжні живі явища природи.

У практику освітнього процесу міцно увійшли технічні засоби навчання (ТЗН). Вони являють собою комплекс світлотехнічних і звукових навчальних посібників та апаратури, необхідних для активізації процесу навчання, які також називають аудіовізуальними засобами, які забезпечують образне сприйняття досліджуваного матеріалу, його наочну конкретизацію у формі найбільш доступною для сприйняття та запам'ятовування.

Сучасна освіта характерна тим, що вперше за всю історію розвитку педагогіки з'явилося покоління засобів навчання, що функціонують на базі інформаційних і комунікаційних технологій, які створюють передумови для небувалою інтенсифікації освітнього процесу.

Використання сучасних навчальних мультимедійних технологій потребує використання у школах сучасних технічних засобів навчання, які дозволяють: збагатити педагогічний, технологічний інструментарій вчителів; автоматизувати процеси адміністрування, позбавляє від рутинної роботи.

Сприяють підвищенню методичної майстерності вчителів-предметників; появі нового електронного педагогічного інструментарію; використання електронних навчальних програм, тестів, вправ.

Реалізація можливостей нових інформаційних технологій багатоаспектна: це негайний зворотний зв'язок; комп'ютерна візуалізація навчальної інформації; архівне зберігання великих обсягів інформації та легкий доступ до неї; автоматизація обчислювальної та інформаційно-пошукової діяльності; інтерактивний діалог; управління відображеними на екрані моделями різних об'єктів, процесів, явищ ; автоматизований контроль; тренінг і т. д.

Сучасне обладнання – це широкий спектр високоефективних технічних засобів навчання. Окрім комп'ютерів, які дають можливість змодельовати багато процесів і тим самим дозволяє на практиці реалізувати знання учнів, це: цифрові проектори – для відображення комп'ютерної інформації та відео; проекційні екрани – різноманітних моделей; оверхед-проектори; слайд-проектори; копії-дошки – для тиражування записаного на дошці; інтерактивні дошки – можливість прямо на дошці змінювати демонстраційні електронні матеріали; документ-камери – настільні відеокамери для демонстрації об'єктів і слайдів за допомогою цифрового проектора; відеоконференційні системи – для ефективного спілкування на відстані; маркерні та текстильні дошки; проекційні столики і т. д.

Таким чином, **засоби навчання** – це допоміжні матеріальні засоби закладу освіти з їх специфічними дидактичними функціями.

Вимоги до комп'ютерного обладнання (у т. ч. флеш-накопичувачів, навушників, мережевого обладнання, модуля для зберігання планшетів та ноутбуків), яким комплектуються навчальні кабінети початкової школи, визначаються відповідно до Типового переліку комп'ютерного обладнання для закладів дошкільної, загальної середньої та професійної (професійно-технічної) освіти, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки

України від 02 листопада 2017 року № 1440, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 15 січня 2018 року за № 55/31507.

Вимоги до шкільних меблів визначаються відповідно до вимог санітарного законодавства та національних стандартів України ДСТУ 22046:2004 «Меблі навчальних закладів. Загальні технічні умови», ГОСТ 11015-93 (ИСО 5970-79) «Столи учнівські. Типи і функціональні розміри».

Засоби навчання та обладнання (крім деяких витратних матеріалів), що постачаються та використовуються в освітньому процесі початкової школи, повинні мати на момент поставки санітарний сертифікат або висновок державної санітарно-епідеміологічної експертизи, та/або технічний паспорт на виріб, та/або декларацію про відповідність вимогам технічних регламентів; бути укомплектованими інструкціями про використання та зберігання викладеними українською мовою, та обов'язковим методичним забезпеченням для різних видів робіт відповідно до навчальних програм початкової школи.

Також до **засобів навчання** соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі можна віднести:

Слово вчителя – для передачі знань; під час викладання нового матеріалу, вчитель спонукає учнів погоджуватися або не погоджуватися з думками вчителя; звертатися до нього з питаннями і одержувати відповідь.

Підручники – для відновлення у пам'яті, повторення і закріплення знань, одержаних піз час уроків, виконання домашнього завдання, повторення вивченого навчального матеріалу.

Друковані засоби навчання, рекомендовані МОН України – це комплекти таблиць: будова тіла людини; здоров'я людини; корисні і шкідливі звички; фізична складова здоров'я; правильне харчування; здоровий спосіб життя; особиста гігієна школяра; соціальна складова здоров'я; безпека життєдіяльності; правила поведінки в природному, техногенному та соціальному оточенні; безпека на дорозі; небезпечні тварини; набір карток, що відображають емоції людини.

Загально-дидактичні засоби навчання: аптечка медична; килимок (дитячий килимок каремат) або килимок-конструктор з пазлів для занять на вулиці; м'які крісла-мішки; модель, що відображує гігієну зубів; ростомір; модель світлофора, набір дорожніх знаків; поле для гри Твістер; світловідбивні жилети для дітей; масажні килимки, доріжки; килим з дорожньою розміткою; спортивний інвентар: м'яч; скакалка; обруч; гімнастичні палиці.

Технічні засоби навчання (ТЗН) включають:

- дидактичну техніку (телевізори, інтерактивні дошки, комп'ютери);
- екранні посібники статичної проекції (дидактичні матеріали для епіпроекції) та посібники динамічної проекції (кінофільми, кінофрагменти);
- відеозаписи;
- радіо- і телевізійні програми тощо.

Комплексне використання аудіовізуальних засобів навчання на уроках повинно відповідати наступним вимогам:

- врахування пізнавальних закономірностей освітньої діяльності учнів, їх підготовленість до сприймання і засвоєння навчального змісту аудіовізуальними засобами;
- забезпечення органічного поєднання їх зі словами вчителя, а також з іншими засобами навчання;
- відповідність змісту та завданням уроку;
- врахування можливості застосування різноманітних методичних прийомів, спрямованих на розвиток пізнавальних інтересів учнів і забезпечення міцності засвоєння знань.

При підготовці й проведенні уроку з використанням ТЗН необхідно:

- а) детально проаналізувати зміст і мету уроку, зміст і логіку вивчення навчального матеріалу;

б) визначити обсяг і особливості знань, які повинні засвоїти учні (уявлення, факти, закони, гіпотези), необхідність демонстрування предмета, явища або їх зображення;

в) відібрати і проаналізувати аудіовізуальні та інші дидактичні засоби, встановити їх відповідність змісту і меті уроку, можливе дидактичне призначення як окремих посібників, так і комплексу в цілому;

г) встановити, на якому попередньому пізнавальному досвіді буде проходити вивчення кожного питання теми;

д) визначити методи і прийоми для забезпечення активної пізнавальної діяльності учнів, досягнення ними міцного засвоєння знань, умінь та навичок.

Питання для самоконтролю:

1. Схарактеризуйте провідні дидактичні принципи навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

2. Розкрийте особливості методики проведення уроків із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

3. Які існують класифікації методів навчання?

4. Виділіть особливості використання методів навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

5. Розкрийте сутність методів активізації навчально-пізнавальної діяльності.

6. Розкрийте особливості використання методів активізації навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів у вивченні соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі.

7. Схарактеризуйте засоби навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

Література

1. Грицай Н. Б. Методика навчання основ здоров'я. (у початковій школі). Курс лекцій. Рівне. 2017. 35 с.
2. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді // Наказ МОН України від 21.07.2004 № 605.
3. Лист МОН України від 17.08.2016 1/9-437 «Щодо методичних рекомендацій про викладання навчальних предметів у загальноосвітніх навчальних закладах» [Режим доступу]: <http://old.mon.gov.ua/ua/aboutministry/normative/6119>
4. Пометун О. М. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: [наук.-метод. посіб.] / О. М. Пометун, Л. В. Пироженко. К.: А. С. К., 2004. 185 с.
5. Рибальченко С.Є. (2010) Формування культури здоров'я учнів засобами інноваційних технологій. Модель навчального закладу. Школа сприяння здоров'ю. Х.: Основа. С.83-89. (Б-ка журналу «Початкове навчання та виховання»; Вип.5).
6. Сливка Л. Методика викладання основ здоров'я в початкових класах / Л. Сливка. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с.
7. Сулима А.С. Методика навчання основ здоров'я, валеології та проведення виховної роботи з формування мотивації до здорового способу життя: тексти лекцій: навчально-методичний посібник для студентів ступеня вищої освіти бакалавр освітньої програми Середня освіта. Здоров'я людини спеціальності 014 Середня освіта (Здоров'я людини). Вінниця: 2019. 182с.
8. Типовий перелік засобів навчання та обладнання для навчальних кабінетів початкової школи <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2019/12/obladnannya-pochatkova-shkola.pdf>
9. Шаповалова Т. Г. Методика навчання валеології, основ здоров'я та безпеки життєдіяльності в початковій школі : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова ; Бердян. держ. пед. ун-т. Бердянськ : БДПУ, 2012. 176 с.

Тема 4. Створення здоров'язбережувальних умов організації освітнього процесу з навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

План

1. Сутнісна характеристика здоров'язбережувальних технологій.
2. Узагальнена характеристика здоров'язбережувальних технологій.
3. Технологія проектування «Школи сприяння здоров'ю».

Створення моделі здоров'язбережувального освітнього середовища.

4. Тренінг як форма організації навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.

1. Сутнісна характеристика здоров'язбережувальних технологій.

Мета сучасної школи – підготовка дітей до життя. Кожен учень має отримати під час навчання знання, уміння та навички, що знадобляться йому в майбутньому житті. У своїй роботі сучасний вчитель для досягнення означеної мети та завдань використовує різноманітні педагогічні технології. Учитель, володіючи сучасними педагогічними знаннями, при постійній взаємодії з учнями, їхніми батьками, медичними працівниками та практичними психологами, планує й організовує свою діяльність з урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я всіх суб'єктів педагогічного процесу. Велике значення в сучасній системі освіти надається впровадженню та активному використанню в освітньому процесі **технологій здоров'язбережувальної педагогіки**.

Слід зазначити, що здоров'язбережувальна педагогіка не може бути представлена як конкретна освітня технологія. Разом з тим, поняття «здоров'язбережувальні технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів.

Згадаємо, що **технологія** – це системний метод створення, застосування знань з урахуванням технологічних і людських ресурсів та їх взаємовпливу, що має на меті оптимізацію форм освіти.

Під **здоров'язберезувальними освітніми технологіями** маємо розуміти всі педагогічні технології, які не шкодять здоров'ю учнів. Якщо здоров'язберезувальні технології пов'язати з вирішенням тільки здоров'яхоронного завдання, то до них належатимуть педагогічні технології, методи, проблеми, які не шкодять прямо чи побічно здоров'ю учнів та вчителів, забезпечують їм безпечні умови перебування, навчання та роботи в закладі загальної середньої освіти.

Усі **педагогічні технології**, які вчитель використовує під час освітнього процесу, можуть бути визначені (кількісно чи якісно) за ступенем впливу їх на здоров'я учнів, розуміючи під ними ті психолого-педагогічні технології, програми, методи, які спрямовані на виховання в учнів культури здоров'я, особистісних якостей, що сприяють його збереженню та зміцненню, формуванню уявлень про здоров'я як цінності, а також мотивацію на здоровий спосіб життя. Певний час учні проводять у школі, тому виникає потреба в організації роботи вчителя з метою:

- створення сприятливих умов навчання дитини в школі (без стресових ситуацій, адекватність вимог, освітніх методик);
- оптимальної організації освітнього процесу (відповідно до вікових, індивідуальних, статевих особливостей учнів та санітарно-гігієнічних вимог);
- організації відповідного та раціонального рухового режиму.

Комплексна програма здоров'я, що має запроваджуватися в закладі загальної середньої освіти, повинна складатися з таких компонентів:

- валеологічна освіта;
- валеологічне виховання («Дні здоров'я» та інші виховні заходи);
- режим раціонального харчування;
- шкільна медична служба;

- шкільна психологічна служба;
- факультативи з проблем здоров'я та здорового способу життя;
- функціонування шкільних спортивних секцій та проведення спортивних змагань;
- діяльність соціальної служби;
- участь батьків та громадськості;

2. Узагальнена характеристика здоров'язбережувальних технологій.

Феномен «здоров'язбережувальні технології» сприймають неоднозначно. З одного боку, до них відносять нові педагогічні технології, альтернативні усім іншим. За такого підходу, можна працювати за технологіями С. Френе, В. Зайцева, М. Монтесорі та ін. З іншого боку, здоров'язбережувальні технології часто піддають міфологізації: їх уявляють, як щось таємне, ніколи небачене в закладах освіти. Насправді ж, тут не має бути чогось незвичайного, демонстративного. Наприклад, красиво оформлений фітобар – це здоров'язбережувальна технологія, але й чистота і порядок в туалетних кімнатах – це теж здоров'язбережувальна технологія, а не «просто» санітарно-гігієнічний стан; кабінет фізіотерапії у школі – це здоров'язбережувальна технологія, але й грамотно складений розклад уроків, використані учителем прийоми нейтралізації стресу в учнів тощо – це теж здоров'язбережувальні технології, а не «щоденна усім відома робота в школі». Зрозуміло, що здоров'язбереження учнів не може виступати у якості основної і єдиної мети освітнього процесу. Але це одне із завдань, які необхідно розв'язувати задля досягнення освітніх цілей.

Здоров'язбережувальні технології в освіті, можна умовно виокремити у три групи, а саме: «медико-гігієнічні технології», «технології забезпечення безпеки життєдіяльності», «здоров'язбережувальні освітні (педагогічні) технології». Така класифікація пов'язана, насамперед, із суб'єктами, які реалізують ці технології. До конкретних методів можна віднести наступні: диспансеризація учнів; профілактичні щеплення; забезпечення рухової

активності; організація раціонального харчування, заходи санітарно-гігієнічного характеру, зокрема пов'язані з епідемічним станом (респіраторно-вірусні інфекції, грип і т. п.).

Медико-гігієнічні технології (МГТ). Всі проблеми, пов'язані зі здоров'ям людини, традиційно відносять до компетенції медиків. До медико-гігієнічних технологій належать **контроль і допомога** в забезпеченні належних гігієнічних умов відповідно до регламентації **санітарно-гігієнічних норм**. Якщо вчитель може лише відчувати, що повітря в класі занадто сухе, то лікар-гігієніст зможе визначити це інструментально і дати рекомендації з ефективного усунення порушень. Якщо вчитель «на око» оцінить, чи достатньо освітлене робоче місце учня, то лікар використає для цього люксметр і аргументує свої рекомендації. Шкільний лікар чи медсестра школи повинні надавати невідкладну долікарську допомогу тим, хто звертається до медичного кабінету, слідкувати за процесом харчування учнів, стежити за динамікою здоров'я учнів, проводити диспансеризацію, організовувати протиепідемічні заходи, проводити заходи з санітарно-гігієнічної просвіти учнів, педагогічного та батьківського колективів, вирішувати низку інших завдань, які відносяться до компетенції медичної служби.

Технології забезпечення безпеки життєдіяльності (ТЗБЖ). Їх реалізують спеціалісти з охорони праці, захисту в надзвичайних ситуаціях, архітектори, будівельники, представники комунальних, інженерно-технічних служб, громадської охорони, пожежної інспекції.

Здоров'язбережувальні освітні (педагогічні) технології – передбачають використання психолого-педагогічних прийомів, методів, технологій, різноманітних підходів до розв'язання проблем, що включають усі аспекти впливу вчителя (асистента вчителя, вихователя) на здоров'я учня на інформаційному, психологічному та біоенергетичному рівнях. Реалізація цих технологій досягається повною мірою тільки за умови визнання усіма учасниками освітнього процесу своєї відповідальності за збереження

здоров'я учнів і отримання необхідної професійної підготовки у цьому напрямі. Розглянемо різновиди здоров'язбережувальних освітніх (педагогічних) технологій.

Фізкультурно-оздоровчі технології (ФОТ) спрямовані на фізичний розвиток учнів: загартовування, тренування сили, витривалості, швидкості, гнучкості та інших якостей, які вирізняють здорову треновану людину від фізичної нестійкості. Реалізуються переважно під час уроків фізичної культури, в роботі спортивних секцій та факультативів із проблем здоров'язбереження.

Екологічні здоров'язбережувальні технології (ЕЗТ) – це створення природовідповідних, екологічно оптимальних умов життя та діяльності людей, гармонійних стосунків з природою. У закладі освіти ЕЗТ реалізуються шляхом облаштування пришкольної території, її озеленення, створення «живих» куточків, участі школярів у природоохоронних заходах, залучення учнів до дослідницької діяльності в сфері екології тощо. Самостійним напрямом екологічних здоров'язбережувальних технологій є **відеоекологічний**, що розв'язує проблему психологічного впливу на людину оточуючого середовища (природного й антропогенного).

Освітньо-виховні технології (ОВТ) забезпечують учням необхідний рівень освіченості для піклування про здоров'я (своє та близьких), допомагають у вихованні культури здоров'я. Сюди відносять освітні, просвітницькі та виховні програми, адресовані тим, хто навчається, батькам і педагогам.

Організаційно-педагогічні технології (ОПТ) пов'язані з організаційною структурою освітнього процесу, частково регламентованого санітарними нормами, і сприяють попередженню станів перевтоми, гіподинамії та інших дезадаптивних станів. Реалізація відбувається, наприклад, за допомогою використання фізкультхвилинок та фізкультпауз, які дозволяють нейтралізувати несприятливі впливи статичності під час уроків; виконання вправ для емоційної розрядки; проведення «хвилинок

спокою», які дозволяють частково нейтралізувати депресивні впливи, психоемоційні напруження і т. ін.

Психолого-педагогічні технології (ППТ) пов'язані безпосередньо із роботою вчителя на уроці та його впливом на учнів протягом 35–45 хвилин.

Соціально адаптивні й особистісно розвиваючі технології (САОРТ) – це технології, що забезпечують формування й зміцнення психічного здоров'я учнів, сприяють підвищенню ресурсів їхньої психологічної адаптації до різних умов та ситуацій. Це різноманітні соціально-психологічні тренінги, програми соціальної та сімейної педагогіки, до участі в яких свідомо заохочують не лише учнів, а батьків та педагогів.

Лікувально-оздоровлювальні технології (ЛОТ) – це самостійні медико-педагогічні сфери знань, як-от: лікувальна педагогіка та фізична культура. Їх вплив забезпечує відновлення, корекцію фізичного здоров'я школярів.

Усі вищенаведені види здоров'язбережувальних освітніх (педагогічних) технологій є сукупністю принципів, методів та прийомів педагогічної роботи, які, доповнюючи традиційні технології освітнього процесу, надають їм ознак здоров'язбереження. Тому використання в освітньому процесі тільки здоров'язбережувальних технологій як альтернативи усім іншим неправильне.

Оскільки метою педагогічної технології є досягнення того чи іншого результату в освітньому процесі, то здоров'язбереження, по-суті, не може бути його єдиною метою. Відповідно до цього, здоров'язбережувальна технологія виступає важливою складовою у процесі реалізації основних завдань школи, вказуючи на пріоритетне значення здоров'язбереження учнів.

Групи оздоровчих технік. Кожна педагогічна (освітня) здоров'язбережувальна технологія, в якості інструментального компоненту, містить оздоровчі техніки. З огляду впливу на здоров'я учнів, оздоровчі техніки можна поділити на такі **групи**:

- техніки, що сприяють запобіганню станам перевтоми, гіподинамії та інших дезадаптивних станів: гімнастика пробудження, стимулювальна гімнастика, ритмічна гімнастика, фізкультурні паузи, кольоротерапія (хромотерапія) та ін.;

- техніки, пов'язані з безпосереднім впливом на функціональний стан різних органів та систем організму дитини: дихальна гімнастика, звукова гімнастика, пальчикова гімнастика, гімнастика для очей, масаж, фітотерапія, ароматерапія, аурикулотерапія та ін.;

- техніки, пов'язані зі впливом на психіку дитини, формуванням її психічного здоров'я: казкотерапія, сміхотерапія, музикотерапія, кінезіологічна гімнастика, психогімнастика, релаксація, аутотренінг, медитаційні вправи та ін.

Здоров'язбережувальні освітні (педагогічні) технології – це технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та вирішують завдання раціональної організації освітнього процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та санітарно-гігієнічних вимог), відповідності навчального та фізичного навантаження можливостям дитини.

Мета здоров'язбережувальних освітніх технологій – сформувати в учнів необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати отримані знання в повсякденному житті. Розрізняють:

Оздоровчі технології, спрямовані на зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, загартування, фізична гімнастика, фізичні вправи, спортивні ігри.

Технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання (раціональне харчування, догляд за тілом тощо); формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо); профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами; статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до програм вивчення предметів загальноосвітнього циклу; включенню до

варіативної частини навчального плану нових предметів; організації факультативного навчання.

Виховання культури здоров'я – формування в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формування уявлень про здоров'я як цінності, посилення мотивації на ведення здорового способу життя, підвищення відповідальності за власне здоров'я, здоров'я рідних.

Принципи навчання, що віддзеркалюють найважливіші та нагальні потреби школи, **мають відповідати цілям здоров'язбережувальних освітніх технологій**. Такими є: **загально-методичні та специфічні принципи**, що мають існувати в органічній єдності, створюючи систему, розкривати закономірності здоров'язбережувальної педагогіки.

Серед **специфічних принципів** відокремлюють: принцип свідомості; принцип активності; принцип наочності; принцип системності та послідовності; принцип «Не зашкодь!»; принцип повторення; принцип поступовості; принцип доступності; принцип індивідуалізації; принцип неперервності; принцип циклічності; принцип урахування вікових та індивідуальних особливостей учнів; принцип всебічного та гармонійного розвитку особистості; принцип оздоровчої спрямованості; принцип комплексного міждисциплінарного підходу до навчання школярів; принцип активного навчання; принцип формування відповідальності учнів за своє здоров'я та здоров'я оточуючих; принцип зв'язку теорії з практикою.

Для досягнення мети здоров'язбережувальних освітніх технологій можна застосовувати наступні **форми роботи**:

- рухова спрямованість (фізичні вправи, фізкультхвилинки, динамічні паузи, рухливі ігри та ін.);
- гігієнічні (дотримання санітарно-гігієнічних вимог; особиста та загальна гігієна, дотримання режиму дня та режиму рухової активності, режиму харчування та сну та ін.).

Систематичний вплив на організм та психіку учнів може бути успішним лише за умови доцільного використання **методів здоров'язбережувального впливу**. Використання методів та прийомів залежить від професійних здібностей вчителя, його особистої зацікавленості. Тільки об'єднавши всі окремі підходи в єдине ціле, можна створити оздоровчий освітній простір, в якому будуть реалізовані провідні ідеї здоров'язбережувальної педагогіки.

Загалом освітній процес в умовах здоров'язбережувальної педагогіки складається з **трьох етапів**, які відрізняються один від одного, як специфічними завданнями, так і особливостями методики.

I. Етап початкового ознайомлення з основними поняттями та уявленнями.

Мета – сформувати в учнів уявлення про основні поняття здорового способу життя, уявлення про правила збереження здоров'я. Досягти виконання елементарних правил здоров'язбереження (на рівні первісного вміння). Створити мотивацію на ведення здорового способу життя.

II. Етап поглибленого вивчення.

Мета – сформувати повноцінне розуміння основ здорового способу життя. Уточнити уявлення про правила здоров'язбереження. Досягти свідомого виконання правил збереження та зміцнення здоров'я. Сформувати практичні знання, уміння та навички, необхідні в повсякденному житті.

III. Етап закріплення знань, умінь та навичок збереження та зміцнення здоров'я та їх подальшого вдосконалення.

Мета – сформувати навички збереження здоров'я у повсякденному житті. Досягти стабільності та автоматизму при дотриманні правил збереження здоров'я, виконання цих правил відповідно до вимог їх практичного застосування. Забезпечити варіативне дотримання правил здорового способу життя залежно від конкретних практичних умов.

Завдання кожного з означених етапів можна вирішувати як одночасно, так і послідовно, оскільки вони всі тісно взаємопов'язані.

У закладі освіти найбільш доцільним є використання **технологій**, які:

- мають за основу комплексний характер збереження здоров'я;
- враховують більшість факторів, що впливають на здоров'я, вікові та індивідуальні особливості учнів;
- забезпечують впровадження цілей та змісту політики закладу освіти зі зміцнення здоров'я учнів та формування здорового способу життя;
- контролюють виконання настанов, зміст яких має здоров'язбережувальний та профілактичний характер;
- сприяють покращенню санітарно-гігієнічних умов закладу освіти, матеріально-технічну та навчальну базу, соціально-психологічний клімат у колективі відповідно до сучасних вимог;
- заохочують учнів до участі в плануванні оздоровчої діяльності закладу освіти та аналізу виконаної роботи;
- формують позитивне ставлення, взаємоповагу та взаєморозуміння між учителями й учнями та учнів між собою;
- обґрунтовують умови послідовності в реалізації технологій;
- здійснюють періодичну оцінку ефективності технологій;
- залучають батьків до збереження та зміцнення здоров'я дітей;
- практикують особистісно-орієнтований стиль навчання та стосунків з учнями;
- створюють освітнє середовище, що забезпечує комфортні та безпечні умови життєдіяльності учнів і вчителів.

Дослідженнями доведено, що ефективність формування здорового способу життя вимагає активного залучення учнів до здоров'язбережувального освітнього процесу, формування в них активної позиції щодо зміцнення та збереження власного здоров'я та має **поєднувати такі форми та види роботи:**

- корекцію порушень соматичного здоров'я з використанням комплексу оздоровчих та медичних заходів без відриву від освітнього процесу;
- різноманітні форми організації освітнього процесу з урахуванням їх психологічного та фізіологічного впливу на учнів;
- контроль за виконанням санітарно-гігієнічних норм організації освітнього процесу; нормування навчального навантаження та профілактику перевтоми учнів;
- медико-психолого-педагогічний моніторинг стану здоров'я, фізичного та психічного розвитку учнів;
- розробку та реалізацію навчальних програм із формування в учнів навичок ведення здорового способу життя та профілактики шкідливих звичок;
- діяльність психологічної служби, допомога вчителям та учням у подоланні стресів, стану тривоги; сприяння гуманному ставленню до кожного учня; формування доброзичливих взаємовідносин у колективі;
- організацію та контроль за дотриманням збалансованого харчування учнів;
- заходи, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я вчителів та учнів, створення умов для їх гармонійного розвитку.

Звичайно, вирішення проблеми збереження здоров'я дітей та підлітків потребує уваги всіх зацікавлених у цьому: педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Однак особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язбережувальним.

3. Технологія проектування «Школи сприяння здоров'ю». **Створення моделі здоров'язбережувального освітнього середовища.**

Характерною ознакою новітнього часу є безперервна динаміка змін в освіті. Тому, з метою покращення якості освіти кожен заклад змушений шукати свій шлях до змін. Модель школи сприяння здоров'ю – це система

організаційно-функціональних і психолого-педагогічних настанов, які дають можливість багатоваріантного об'єднання дій, форм, методів, прийомів, освітніх та виховних засобів, що забезпечують занурення учнів у штучно створене середовище, орієнтоване на конкретний педагогічний результат – високий рівень здоров'я та творче використання цінностей культури здорового способу життя:

1. Створення психолого-педагогічних і організаційно-педагогічних умов, які забезпечують психічне здоров'я та комфорт учнів за допомогою гуманізації і демократизації освітнього процесу на основі: фізкультурно-спортивної активності; обґрунтованої відповідності навчального навантаження обсягові інформації, психофізичним можливостям її засвоєння; переведення традиційної інформаційно-об'ємної системи навчання на систему, яка навчає учнів самостійно здобувати знання, вільно мислити, застосовувати отриману інформацію на практиці.

2. Реалізація наукової організації навчальної праці, харчування та відпочинку учнів.

3. Створення максимально можливих санітарно-гігієнічних умов.

4. Включення учнів до свідомої діяльності з формування культури здорового способу життя, забезпечення цього процесу навчально-методичною літературою.

5. Створення в закладі освіти системи управління та моніторингу впровадження здоров'язберезувальних технологій.

6. Формування культури здорового способу життя учнів, як у навчальний, так і позаурочний час.

7. Створення системи соціальної підтримки здоров'язберезувальних технологій; агітації і пропаганди; об'єднання зусиль усіх підрозділів закладу освіти, закладів медицини та фізичної культури.

8. Забезпечення програмним та навчально-методичним обладнанням з проблем здоров'язбереження.

9. Забезпечення психологічного та медичного супроводу навчання.

10.Створення системи оздоровлення учнів в умовах оздоровчих таборів.

11.Створення оптимальних умов для формування фізичної культури; забезпечення можливостей для впровадження сучасних інноваційних форм і методів роботи.

12.Створення інформаційно-комп'ютерного забезпечення оздоровчої системи.

13.Введення в освітній процес спецкурсів, курсів за вибором.

14.Створення умов для дослідницько-експериментальної і науково-пошукової роботи з питань моделювання й апробації здоров'язберезувальних освітніх технологій.

Створення організаційно-педагогічних умов. Основна роль у здоров'язберезувальній діяльності закладу загальної середньої освіти відводиться грамотній організації освітнього процесу. Найбільш значимими компонентами моделі здоров'язберезувального освітнього середовища є:

- створення комфортних умов навчання (розклад уроків, організація перерв, режимні моменти);
- використання оздоровчих методик, які регулюють рухову активність, та прийомів реабілітації розумової і фізичної працездатності.

Школа може працювати в режимі 5-денного тижня, а 6-й день – оздоровчий, що є найбільш сприятливим для виконання завдань з інтеграції оздоровчого процесу в освітній. У режим роботи закладу в обов'язковому порядку потрібно вводити ранкову зарядку з музичним супроводом, фізкультхвилинки, динамічні паузи на кожному уроці, а також дві 20-хвилинні рухливі перерви. Використання педагогами на кожному уроці оздоровчих динамічних пауз допомагає поновити розумову та фізичну працездатність. Також мають бути розроблені вправи для психологічного розвантаження учнів на уроках.

Реалізація наукової організації розумової праці, харчування та відпочинку учнів. Модель екологічно комфортного освітнього середовища з

використанням технології реабілітації працездатності школярів реалізується шляхом оптимізації і гуманізації освітнього процесу, що можливо через:

- застосування різнорівневого навчання;
- глибоку диференціацію та індивідуалізацію навчання;
- широке використання сучасних педагогічних технологій;
- інтерактивне навчання;
- створення фізичного, фізіологічного, психічного комфорту;
- налаштування педагогічного колективу на створення відносин «учитель-учень» за формулою «суб'єкт-суб'єкт»;
- забезпечення позитивної мотивації на навчання шляхом створення можливості успіху для кожного учня;
- розумне зменшення обсягу домашніх завдань із метою запобігання перевантаження учнів.

Важливою умовою проведення уроків є застосування на заняттях здоров'язбережувальних технологій, що вимагає:

- урахування періодів працездатності учнів на уроках;
- урахування вікових і фізіологічних особливостей дітей на уроках;
- наявність емоційних розрядок на уроках;
- чергування пози з урахуванням видів діяльності;
- використання оздоровчо-фізкультурних пауз на уроках;
- використання на кожному уроці пам'ятки «Гігієнічні показники, які характеризують урок».

Для збереження здоров'я велике значення має організація раціонального харчування, особливо для учнів 1-4-х класів, яке повинно відповідати дієтологічним вимогам і фізіологічним потребам дітей і підлітків. При створенні раціону харчування для учнів потрібно дотримуватися збалансування енергетичної цінності вмісту білків, жирів і вуглеводів. Щодня проводити аналіз меню. Особливої уваги потребує проблема жорсткого виконання всіх необхідних умов санітарного контролю.

Також організацію здорового відпочинку дітей на сьогодні може взяти на себе школа. Необхідно спланувати цей відпочинок таким чином, щоб кожний учень знайшов собі цікаве і змістовне заняття. Наприклад, можна пропонувати вечори відпочинку, засідання клубів за інтересами, дебати, змагання ерудитів, «круглі столи» активних читачів, шкільні вистави та багато інших цікавих заходів. Але найбільш корисним є відпочинок на спортмайданчиках або в спортивному залі (спортивні секції, свята тощо).

Також для збереження здоров'я важливу роль відіграє дотримання санітарно-гігієнічних умов у закладі освіти:

- режим вологого прибирання (після кожного уроку);
- створення куточку гігієни (місця для миття рук);
- облаштування фонтанчиків для пиття;
- естетичне оформлення інтер'єру закладу, в якому гармонійно використовуються здоров'язбережувальні аспекти: а) озеленення (вибір квіткових композицій, рослин, які мають терапевтичний ефект); б) кольорова гама, яка підтримує позитивний психоемоційний фон; в) створення умов для провітрювання класів та коридорів.

Заклад освіти за умовами навчання повинен відповідати санітарно-гігієнічним нормам: освітлення, розміри меблів, поліграфічні параметри підручників та наочних посібників тощо, тобто в усьому, що підлягає нормуванню.

У кожному класі повинні бути оформлені листи здоров'я, розроблені правила для учнів, які сприяють формуванню здорового способу життя.

На уроках фізичної культури вчителі повинні враховувати вікові й анатомо-фізіологічні особливості розвитку учнів, розкривати значення занять фізичними вправами, сприяти формуванню вмінь та навичок здорового способу життя, профілактики захворювань, травматизму.

Шляхом вирішення освітніх проблем, розвивальних (оздоровчих), пізнавальних та виховних цілей педагоги повинні працювати над розвитком в учнів основних фізичних якостей та рухових здібностей, сприяти

формуванню життєво важливих рухових навичок та вмінь, прищеплювати інтерес та звички до занять фізичними вправами, надавати елементарні знання з фізкультури, гігієни та здорового способу життя, виховувати бережливе ставлення до свого здоров'я, сприяти вихованню морально-вольових і психологічних якостей особистості.

На уроках важливо здійснювати диференційований підхід до учнів, враховувати рівень здоров'я та рівень фізичної підготовленості. Відповідно до цього, необхідно підбирати фізичні вправи, навантаження, враховувати їхню інтенсивність.

Питання здоров'язбереження повинні обговорюватися в закладі освіти на всіх рівнях: на засіданнях педагогічної ради та засіданнях методоб'єднання щодо використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі; щодо сучасних тенденцій у розв'язанні проблем здоров'я школярів; щодо реалізації здоров'язбережувальних технологій у освітньому процесі; місце психологічної служби школи в формуванні психологічного здоров'я учнів, формування соціального благополуччя дітей, співпраця батьків і педагогів у збереженні та зміцненні здоров'я. Використання інтерактивних методів навчання повинно здійснюватися через шкільну раду, лекторії для батьків, загальношкільні та класні батьківські збори. Також робота психологічної служби школи повинна бути спрямована на формування в учнів здорового способу життя, її завдання:

- досліджувати і аналізувати, як конкретна дитина пізнає і сприймає складний світ знань, соціальних відносин, інших людей і ставлень конкретного школяра;
- як відбувається становлення його індивідуальності.

Іншими словами, психологічна служба повинна здійснювати, контролювати процес і результат соціалізації індивіда. У процесі соціалізації індивід стає особистістю та отримує необхідні для життя серед людей знання, вміння, навички, тобто значимість спілкуватися та взаємодіяти з іншими людьми. Розвиток людини неможливо зрозуміти окремо від родини,

соціальної групи та культури. У цьому процесі спостерігають три фази: адаптація – активне засвоєння існуючих норм; індивідуалізація – пошук засобів щодо прояву своєї особистості; інтеграція – поєднання групових та індивідуальних потреб. На сьогодні національна система освіти перебуває в процесі пошуку більш адекватних вимогам сучасного життя орієнтирів і форм організації навчання.

Створення інформаційно-комп'ютерного забезпечення оздоровчої системи. Для діагностики та моніторингу стану здоров'я учнів визначено такі показники:

- інтелектуальна і фізична працездатність;
- фізичний розвиток і загальна фізична підготовка;
- психологічна адекватність і врівноваженість;
- сукупність соціально-духовних цінностей особистості, які забезпечують культуру поведінки.

Перелічені показники якісних характеристик здоров'я виявляються, вимірюються апробованими методами (тести, педагогічні спостереження, опитування, самооцінка). У результаті злагодженої роботи в закладі освіти створюється банк даних про школяра, на кожного учня заводиться психологічна карта, карта фізичного розвитку і здоров'я, на основі яких і здійснюється прогност і планування роботи закладу освіти в напрямі здоров'язбереження.

Моніторинг ставлення до здорового способу життя. Концепція освіти «Рівний – рівному» виходить з ідей реформування національної системи освіти з метою її орієнтації на утвердження здорового способу життя, розвиненої духовно, психічно, фізично і соціально здорової особистості, розширення демократичної взаємодії дорослих із молоддю. У час, коли знизився інтерес до проблеми здорового способу життя, а знання, поширювані дорослими, залишаються лише гаслами, новий підхід до забезпечення превентивних знань за допомогою самої молоді став рятівним. Перевага передавання знань від однолітка до однолітка полягає у тому, що:

- учні більше часу спілкуються один із одним;
- глибше розуміють потреби свого оточення;
- на відміну від дорослих, розуміють субкультурну мову;
- більше довіряють один одному, більше готові до розуміння і наслідування поведінки.

Освіта «Рівний – рівному» оцінюється як соціально-педагогічне явище. Тому, згідно з Концепцією, вона розглядається в кількох аспектах. Насамперед, це соціальний підхід формування у молоді людини ідеалу здоров'я і здорового способу життя через набуття превентивних знань, навичок, умінь, психологічних якостей і установок на соціально відповідальну поведінку. Це й психологія, оскільки передбачає послідовну систему активних дій лідерів-підлітків і тренерів-педагогів, спрямованих на спростування міфів, уявлень, деталей поведінки, які ведуть до втрати здоров'я, і заміну їх позитивними орієнтирами життєвого вибору через поширення достовірної інформації та зразків власного прикладу життєвої позиції лідерів.

Отже, навчання здорового способу життя за методом «Рівний – рівному» – це суспільно корисна діяльність молоді, яка полягає в передаванні знань, умінь та навичок здорового способу життя, що сприяє запобіганню тютюнопаління, алкоголізму, наркоманії, ВІЛ/СНІДу та іншим негативним явищам.

Відповідно до методу просвітницька робота розглядається в широкому і вузькому значеннях. У широкому значенні – це просвітницька робота щодо здорового способу життя у всіх сферах життєдіяльності підростаючого покоління. Здоровий спосіб життя розглядається як стан духовного, психічного, фізичного і соціального розвитку, що має безперечну соціальну цінність і користь для самої людини. У вузькому значенні – це просвітницька робота з певних проблем: наркоманії, ВІЛ/СНІДу, навичок комунікації, розвитку особистості, формування лідерських якостей, знань прав; соціальних гарантій у забезпеченні здоров'я тощо.

Процес спілкування визначається як особлива умова просвітницької роботи в міжособистісній, міжгруповій і соціальній комунікаціях. Результативність методу – система закладених життєвих цінностей молодшої людини, спрямованість її на активну соціальну позицію у просвітницькій роботі серед однолітків і здатність особи дотримуватися здорового способу життя та власним прикладом доводити його переваги.

На уроках і в позаурочній роботі корисним є застосування здоров'язбережувальних технологій, в основі яких – загальнокласна взаємодія і мікрогрупова робота. Важливим моментом здоров'язбережувальної діяльності є проблема позаурочної зайнятості дітей, організації дозвілля, додаткової освіти:

- організація фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходів;
- реалізація системи просвітницької роботи з учнями щодо формування в учнів культури ставлення до власного здоров'я;
- розвиток системи позаурочної зайнятості підлітків.

Проблему здоров'язбережувальної діяльності в закладі освіти неможливо відділити від організації фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями. У школі в другій половині дня для дітей необхідно організовувати заняття з використанням рухливих ігор на свіжому повітрі, загальнорозвиваючих вправ, спортивних естафет, змагань, щорічно проводити загальношкільний «День здоров'я» із залученням всіх дітей, вчителів, батьків.

Оптимізація рухового режиму учнів – один із чинників, що дозволяє наблизити шкільне середовище до природного середовища дитини.

Гімнастика під час уроку дозволяє знімати стан утомленості на уроці, ослабити психологічну напруженість, викликану інтенсивністю занять і просто дати дитині можливість порухатися. За сприятливих погодних умов уроки фізичної культури та уроки в початковій школі корисно проводити на свіжому повітрі, в природних умовах. У кожному навчальному кабінеті

необхідно силами учнів створити «Куточки здоров'я», що відображатимуть здоров'язберезувальну діяльність класних колективів. Також корисним є відвідування учнями шкільних спортивних секцій і гуртків, участь у спортивно-оздоровчих заходах школи, в організації екскурсій, походів і прогулянок.

У закладах освіти необхідно розробити низку профілактичних заходів, спрямованих на формування здорового способу життя, постійно впроваджувати інтерактивні форми роботи з учнями, батьками. Сам оздоровчий процес являє собою чітку науково-обґрунтовану систему, згідно з якою, на основі національного і міжнародного досвіду формування здорового способу життя, в практику діяльності закладу освіти необхідно впроваджувати елементи валеологічної освіти та просвіти учнів і батьків. А співпраця з медичними установами, проведення досліджень та моніторингу в цьому напрямі допомагає оптимізувати роботу щодо впровадження здоров'язберезувальних освітніх технологій в освітній процес, зробити її більш ефективною. Також активний зв'язок школи з батьками, іншими закладами освіти та суспільними установами надає широкі можливості для реалізації цілей освіти та виховання учнів, створює систему наступності в освіті між закладом дошкільної освіти та школою. Щодо попередження шкідливих звичок ефективним є використання змісту навчальних предметів, різних форм роз'яснювальної роботи: бесіди та лекції під час виховних годин; класні збори; тренінги із запрошенням кваліфікованих спеціалістів (лікарів, психологів, працівників правоохоронних органів).

4. Тренінг як форма організації навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі.

Тренінг (англ. training) – це запланований процес модифікації (зміни) відношення, знання чи поведінкових навичок того, хто навчається, через набуття освітнього досвіду з тим, щоб досягти ефективного виконання в одному виді діяльності або в певній галузі.

Тренування (від англ. to train – виховувати, навчати) – комплекс вправ для тренування в чому-небудь.

Тренінг як форма організації навчання складається з трьох послідовних блоків (вступна частина, основна частина, заключна частина), завданнями яких є формування когнітивного, емоційно-вольового та діяльнісного компонентів, оскільки кожен блок містить спеціальні вправи (їх ще називають структурними вправами: вони ніби «утримують» саму структуру тренінгового заняття), спрямовані на формування у молодших школярів відповідних знань, навичок та особистісних якостей.

Вступна частина:

а) Відкриття тренінгу, привітання, знайомство – етап, до якого входить: коротке привітання педагога, демонстрація презентації або продовжується знайомство учасників тренінгового заняття;

б) Прийняття (повторення) правил роботи групи – етап, в ході якого на першому занятті учасники приймають, а в подальшому – повторюють, певні норми поведінки, яких мають дотримуватися під час заняття всі його учасники;

в) Вступне слово педагога – етап, в ході якого повідомляється мета і основний зміст тренінгового заняття;

г) Очікування – етап, в ході якого учасники визначаються щодо своїх очікувань від тренінгового заняття (важливо, щоб кожен учасник висловив свої очікування вголос, що надасть йому можливість усвідомити свої цілі і взяти на себе відповідальність за їх реалізацію).

Основна частина:

а) Визначення рівня інформованості та актуалізація проблеми. На цьому етапі учитель та учасники з'ясовують рівень знань та інформованості за темою, що обговорюється; визначають, чому проблема є актуальною і важливою для них і суспільства. Для цього педагог може ставити групі запитання, проводити «мозкові штурми», використовувати анкети, вікторини;

б) Надання інформації. Під час проведення заняття інформація надається на різних етапах і в різних формах, але найбільше вона сконцентрована в основній частині. Це можуть бути інтерактивні презентації, інформаційні повідомлення учителя, міні-лекції з елементами бесіди, роздаткові матеріали, самонавчання і взаємонавчання, результати напрацювань учасників в малих групах, тощо;

в) Набуття практичних навичок. Практичні уміння та навички учасники набувають, беручи участь в різноманітних формах роботи (робота в мікрогрупах, виконання проектів, аналіз історій і ситуацій, рольові ігри).

Заклучна частина:

а) Підведення підсумків. На цьому етапі педагог і учасники обговорюють результати роботи, діляться думками і враженнями, з'ясовують, чи реалізували вони свої очікування (зворотній зв'язок), закріплюють отримані знання. Для молодших школярів це підсумкове обговорення має бути максимально лаконічним, із чіткими висновками, які можуть висловлювати як самі учасники, так і вчитель. Основні висновки заняття можуть бути зафіксовані письмово на плакаті;

б) Процедури завершення тренінгу. Крім основних структурних вправ, на тренінгу проводять, так звані, допоміжні вправи, а саме: • вправи на зняття м'язового та емоційного напруження (руханки); • вправи об'єднання в групи.

Зміст і методика проведення тренінгових вправ: домовленість про правила; для результативності і ефективності тренінга важливо досягнути двох, на перший погляд, несумісних цілей.

З одного боку, треба створити атмосферу відкритості, розкнутості й дружнього спілкування, а з іншого – забезпечити демократичну дисципліну, тобто свідоме виконання певних правил, зрозумілих і добровільно прийнятих усіма учасниками. З огляду на це, на першому ж занятті треба встановити правила. Учням 1-2 класів найкраще запропонувати готовий набір правил, детально пояснивши значення кожного з них. Учні 3-4-х класів можуть

розробити власні правила, зосередивши увагу на наведених учителем аспектах. Наприклад:

- Приходити вчасно. Це правило допомагає не лише на тренінгах. Обговоріть, як почувається той, хто запізнюється на урок чи важливу зустріч, і той, хто чекає на нього? Висновок: пунктуальність корисна для здоров'я.

- Бути позитивним – виконувати програму « Усмішка».
- Говорити коротко – висловлюватись лаконічно.
- Говорити по черзі – не перебивати, уважно слухати інших.
- Бути доброзичливим – ставитися доброзичливо до інших учасників, поважати їхні почуття.

- Зберігати таємниці – не обговорювати за межами групи ті моменти особистого життя, які стали відомі на занятті.

- «Тут і Тепер» – зосередитися на тому, що учасники думають і відчують у даний момент, а не взагалі й колись.

- Кожна думка має автора – і на занятті, і в житті треба уникати висловлювань на зразок: «Більшість людей вважає...», «Ніхто не розуміє...», а використовувати «Я-повідомлення» чи посилення на автора: «Я думаю...», «Моя мама сказала...».

- Бути толерантним – не критикувати, поважати право учасників мати погляди, відмінні від поглядів інших. Учитель може художньо оформити правила на плакаті, записавши їх у вигляді сонячних променів чи на пелюстках квітки.

На кожному наступному тренінгу варто у певній формі повторювати правила, звертаючи увагу на те, які з них було виконувати легко, а які – складно. На останньому занятті можна розрізати плакат з правилами на «пазли» і зібрати його.

Очікування учасників. Після оголошення мети тренінгу попросіть учасників письмово висловити свої очікування. Це можуть бути різні побажання: цікаво провести час, щось дізнатися, чогось навчитися, отримати

позитивні емоції тощо. Зазвичай кожен учитель придумує оригінальний спосіб виконання цієї вправи:

Знайомство. Це – одна з ключових вправ. Її проводять не лише із незнайомою групою, а й з тими, хто давно знає одне одного. Радимо проводити знайомство на початку кожного заняття. Необхідно пам'ятати, що під час обговорення з учнями 1-4-х класів результатів вправи, які вони виконували у ході заняття, виникає низка проблем. Їх наявність пояснюється тим, що у дітей молодшого шкільного віку, особливо в учнів 1-2-х класів, здатність до рефлексії своєї діяльності ще не сформована остаточно і знаходиться у стадії розвитку. Однак обговорення результатів або власних почуттів наприкінці кожної тренінгової вправи є необхідною умовою ефективності всього тренінгу. Тому логічним закінченням кожної тренінгової вправи є використання «відкритих запитань». Ефективними у зазначеному контексті є такі:

- гіпотетичні запитання («Що б ви зробили чи подумали, коли ...?»);
- питання-роздуми («Як би ми могли розв'язати цю проблему?»);
- заохочення («Цікаво, а що сталося потім?»);
- питання-виявлення позиції («А що ти думаєш або відчуваєш з приводу ...?»);
- уточнення або підведення підсумку («Чи я маю рацію, коли кажу, що на твою думку ...?»);
- пошук згоди («Чи погоджуєтесь ви з тим, що ...?»).

Задля ефективності такої роботи слід підбадьорювати учнів, стимулювати висловлювання ними думок, а не опитувати їх по колу, намагаючись створити враження, що на кожне запитання існує єдина правильна відповідь.

Питання для самоконтролю

1. Схарактеризуйте поняття «здоров'язбережувальні технології»

2. Розкрийте сутність класифікації здоров'язбережувальних технологій.
3. Схарактеризуйте основні види здоров'язбережувальних технологій.
4. Розкрийте сутність технології проектування «Школи сприяння здоров'ю».
5. У чому полягає особливість створення моделі здоров'язбережувального освітнього середовища.
6. Розкрийте поняття «здоров'язбережувального освітнього середовища».
7. Схарактеризуйте структурні елементи «здоров'язбережувального освітнього середовища».
8. Дайте визначення поняттю «тренінг» як форми організації навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
9. Схарактеризуйте структуру, етапи, правила проведення тренінгу.

Література

1. Грицай Н. Б. Методика навчання основ здоров'я (у початковій школі): [курс лекцій] / Н. Б. Грицай. Рівне, 2017. 35 с.
2. Коваль Л. Здоров'язберігаюча організація навчально-виховного процесу як пріоритет нового педагогічного мислення майбутнього вчителя початкової школи / Л. Коваль [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://archive.nbuiv.gov.ua/portal/%20soc%20gum/Shps/2007_22-23/Koval_2007.pdf
3. Осадченко Т. Створення здоров'язбережувального середовища початкової школи : практич. poradnik / Тетяна Осадченко. Умань : ВПЦ «Візаві», 2016. 234 с.

4. Поліщук Н. А. Здоров'язбережне освітнє середовище як умова фізичного, психічного і соціального здоров'я учасників навчально-виховного процесу / Н. А. Поліщук // *Пед. пошук*. 2012. № 3. С. 25–30.

5. Сливка Л. Методика викладання основ здоров'я в початкових класах / Л. Сливка. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с.

6. Сулима А.С. Методика навчання основ здоров'я, валеології та проведення виховної роботи з формування мотивації до здорового способу життя: тексти лекцій: навчально-методичний посібник для студентів ступеня вищої освіти бакалавр освітньої програми Середня освіта. Здоров'я людини спеціальності 014 Середня освіта (Здоров'я людини). Вінниця: 2019. 182с.

Тема 5: Використання українських народних традицій збереження та зміцнення здоров'я в освітньому процесі початкової школи

План

1. Здоров'язбережувальні та здоров'яформуючі традиції: сутність. Традиції народної культури здоров'я.
2. Валеологічні функції української родини. Валеологічні основи побуту українців. Одяг українців, його валеологічні функції.
3. Валеологічне значення народної медицини.
4. Валеологічні аспекти національної кухні.

1. Здоров'язбережувальні та здоров'яформуючі традиції: сутність.

Традиції – це елементи соціальної культурної спадщини, які передаються наступним поколінням і зберігаються протягом тривалого часу в суспільстві. Щоб стати традицією, явище, яке сприймається усім народом, стає його сутністю, проходить складний процес добору. Упродовж багатьох століть український народ безупинно творив своє, тільки йому властиве духовне середовище, наповнюючи його своєрідними обрядами, ритуалами, звичаями. Серед великої кількості знань зберігалось і перетворювалось згодом на традицію тільки те, що було доцільним, виправдовувало себе,

забезпечувало добробут, лад і здоров'я людей. Народні традиції знайшли своє відображення в народному календарі.

Народний календар – це система історично обумовлених дат, подій і спостережень за навколишньою дійсністю, народних свят, інших урочистостей, які в певній послідовності відзначаються протягом року; це енциклопедія знань про життя людей праці, їх побут, спосіб життя, виховну мудрість, природні явища. За довгі роки спільного існування народний і церковний календарі настільки злилися воедино, що фактично функціонує єдиний народний календар. Український народний календар несе великий здоров'я формуючий потенціал. Здоров'язберезувальні і здоров'яформуючі традиції, що увиразнюються насамперед в звичаях і обрядах, базуються на розгляді людини як біосоціальної системи, в основі життєдіяльності якої покладено самозабезпечення, самовдосконалення, самоорієнтація, саморозвиток.

Український народ з сивої давнини цінує та пропагує здоров'я як найвагомішу перлину, найвищу цінність життя. Наші предки ставилися до свого здоров'я пильно та уважно. Про це свідчать різноманітні порівняння, прислів'я і приказки: "Без здоров'я немає багатства", "Нема щастя без здоров'я", "Здоровий як вода", "Здоровий як дуб" тощо. В основі древніх колядок, щедрівок, співанок завжди є побажання здоров'я. Заповзятістю здорового способу життя відзначаються веснянки, петрівчані пісні, купальські, жнивні пісні тощо. Українська народна пісня славить здоров'я як вищу запоруку щасливого, гармонійного буття та усі його складники: чистоту тіла і помислів, чистоту побуту, навколишнього середовища, збереження природи, чистоту рідної мови від лихослів'я тощо. Здоров'я бажають при зустрічі і прощанні, у взаємних привітаннях: "Дай Боже здоров'я!". Важливе значення для виховання та здоров'я мали народні ігри, гартування і вишколи, фізична праця: "Як дитина бігає і грається, так їй здоров'я усміхається".

Відомо, що піжмурки були в ужиткові ще в докиївські часи і призначалися не тільки для фізичного загартування підлітків, а й являли собою своєрідну школу етики й естетики, завдяки якій формувалося поетичне мислення у дітей, мистецькі смаки, а відтак - розуміння добра і зла. Вдома діти виконували посильну працю, фізично загартовувалися, а в своєму середовищі, граючись, опановували перші елементи грамотності, вміння вести діалог, завчали промовки, скоромовки, лічилки.

Прадавні свята календарно-обрядового кола несуть у собі світогляд народу, його філософію, поетичне бачення світу і втілення свята у надзвичайно цікаве лицедійство, яке викликає оптимізм, чудовий настрій, жадобу до життя, охоту до праці. Спрямування свят завжди доброзичливе, оптимістичне. Дійства славлять могутні сили природи, світове буття, бадьорість, щирість, молоду спритність, кмітливість, високі чесноти. Вони зміцнюють нервову систему і вселяють творчі сили.

Однією з турбот кожного народу, якщо лише він задумується над своїм майбутнім, є моральне, психічне і фізичне здоров'я наступних поколінь – наших дітей. Дивовижні феномени життя «людина – здоров'я» варті того, щоб над ними поміркувати, не загубити серед інших вартостей. Адже здоров'я людини прямо залежить від ступеня її відповідності законам Природи. «Рід» і «природа» – недаремно однокореневі слова, і тут дуже важливо пробудити в дітях родову свідомість, закладену в циклічному ритмі життя. Лад, ладування життя - усе це втілено в українському звичаї та його обрядовому календарі, за яким циклічно з року в рік за Божими законами жили наші пращури й передавали знання з покоління у покоління. Це гарантований стан людського буття, упорядкований і життєво необхідний.

2. Традиції народної культури здоров'я (їх ми знаємо з історії, літературних джерел, фольклору) включають такі характеристики способу життя людини:

а) чистота тіла та охайність. Здавна в українських родинх існував непорушний звичай: уставши, дівчина мусила насамперед дати собі лад –

розчесати волосся і заплести косу. Вважалося найбільшим нехлюйством братися за будь-яку роботу чи сідати за стіл із розплетеною косою. Про таких казали: «У неї на голові сорока гніздо звила», «У неї в косах сім чортів клубилося». Споконвіку дівоча коса була візиткою охайності.

б) загартування: – ходіння босоніж, що є своєрідним точковим масажем, який тонізує організм; – купання в річці. Традиційними в Україні були купальські свята біля річки. На свято Купала прийнято було ходити босоніж по ранній росі, оскільки вона вважалася цілющою. За віруваннями українців, вода й вогонь мали необмежені сили проганяти і відвертати лиха, надавати силу Матері-Землі для родючості, давати здоров'я і силу людині.

в) активне спілкування з природою: спостереження за тваринами і рослинами, збір і вживання плодів харчових рослин (бруньок верби, суниць, квіток білої акації, плодів ожини, глоду, шипшини), «глею» (соку, який витікає з-під кори вишні), розпізнавання і використання лікарських рослин (так, якщо болів живіт, то шукали дикий часник, який росте на лузі поміж травою; до ранки прикладали листочки заячої капусти, подорожника, порошок із сухого деревію).

г) активна рухова діяльність: ігри дітей та молоді на свіжому повітрі («Гуси-лебеді», «Квач», «Мисливці та качки»), стрибки через скакалку, біг наввипередки, лазіння по деревах, «водіння кози», ліплення снігової баби, гра в сніжки, катання на санчатах, лижах, ковзанах, різноманітні танці-ігри, як-от: «Огірочки», «Мак», «Ой, весна, гей красна», «Льон», «Конопельки», «А я просто сіяла», «Ой устань, устань, подоляночко», ін.

д) вплив слова на здоров'я людини. Глибоким народним спостереженням є те, що: людські слова можуть бути згубними і цілющими; прокляття шкодять, а благословення лікують тіло і душу; слова діють не лише на тих, кому адресовані, а й на всіх, хто їх чує. Тому з давніх часів у народі засуджувалися грубі вислови, прокльони, побажання чогось поганого, особливо дітям. Найпоширенішим привітанням українців було і залишається

побажання здоров'я. Це бажання закладено, зокрема, і в багатьох щедрівках та колядках: «Щедрий вечір, добрий вечір, добрим людям на здоров'я!»

е) профілактика і засудження шкідливих звичок (п'янства, паління), що знайшло відображення у вивершених згустках народної мудрості, якими є прислів'я і приказки: «П'яний і злодій – рідні брати», «Хто стане горілкою свій розум мить, той його ще більше його забруднить», «Пиття не доводить до пуття», «Горілка не вода, а народна біда». Народна мудрість застерігала людей, попереджала їх про ті страждання, які несе в собі горілка: «Горілку полюбив – родину залишив», «Пий, брате, пий, а на старість торбу ший», «Хвалить шинкара п'яницю, а дочки за нього не віддасть», «Хто п'яницю полюбить, той вік собі погубить».

3. Валеологічні функції української родини:

а) турбота про майбутнє покоління молодят: під час весілля заборонялося вживати спиртні напої.

б) обряди, пов'язані з народженням дитини:

Передродові обряди сприяти нормальному протіканню вагітності, доброму самопочуттю жінки, забезпеченню фізичної, розумової та моральної повноцінності новонародженого. Породіллю оберігали від усіляких несподіванок та неприємностей. Їй заборонялося вживати горілку. Вагітні жінки звільнялися від дотримання посту. Великого значення надавалося психічному стану жінки, її оберігали від нервових потрясінь, сварок, переляку.

Поняття «честь». Якщо для дівчини честь співвідносилася з незайманістю, то для парубка – з відвагою, спритністю, сміливістю. Честь одруженого чоловіка зіставлялася, зокрема, з: його відповідальністю за добробут родини, виховання дітей; пошануванням дружини. Честь заміжньої жінки полягала у: збереженні подружньої вірності; шанобливому ставленні до чоловіка; народженні та вихованні дітей.

в) загальний мікроклімат сімейного життя, його настроїв, уклад і спрямованість на збереження ладу і здоров'я створювалися завдяки щирій

материнській ласці та небагатослівній любові батька. За народними уявленнями, щасливою і здоровою вважається та сім'я, де всі люблять і поважають один одного, де панує дух взаємодопомоги, щирої турботи. У такому випадку у народі говорили: «Нащо клад, коли в сім'ї лад». Для забезпечення домашнього затишку і сімейної злагоди в українських родинах мав місце звичай прощення одне одному всіляких образ, провин, гнівання напередодні великих християнських свят – Різдва Христового та Великодня. Кожен член сім'ї повинен був перепросити всіх, хто на нього гнівається, і пробачити провини тим, до кого він мав жаль. Очевидно, що такі дії були спрямовані на досягнення гармонії в родинних взаєминах і громаді в цілому.

г) основою виховання в українській родині була праця. До неї залучали всіх членів родини, за винятком тяжкохворих. Діти, в основному були пастухами: пасли гусей, качок; при випасанні коней, корів, на початку, були підпасичами – помічниками дорослих пастухів. Трудові вміння і навички передавалися від покоління до покоління. Почесне місце відводилося хліборобській діяльності. Пращури українців ще в сиву давнину, за часів трипільської культури, уже мали свій агрокалендар.

д) в українській родині морально-етичні норми пов'язувалися з різними сторонами людського буття. Моральні норми були тісно пов'язані із красою душевною, і з фізичним розвитком. «Мораль чиста краща від усякого намиста» – учить народ.

4. Валеологічні основи побуту українців. Оселя українців у давнину була осередком здоров'я. «Хатки біленькі виглядають, мов діти в білих сорочках». Чи треба ще щось додавати до цих слів Т. Г. Шевченка, щоб виявити, чим для українця була оселя? Хата, усе що навколо неї («садок вишневий»), що над нею («вечірня зіронька»), – це духовна і душевна екологія українця. При закладанні хати господар завжди намагався поставити її боком на південь, «аби сонце обходило хату, зазираючи у всі вікна». Важливим матеріалом, із якого будували хату, була глина. Завдяки тому, що глиняні стіни мають хороші теплоізоляційні властивості, у хаті утримувалася

прохолода влітку, а взимку – тепло. Горище і солом'яний дах ще більше сприяли теплоізоляції житла. Лікувальне та профілактичне значення мала піч. Її робили з глини.

Достеменно відомо, що глину з давніх часів використовували не тільки як будівельний матеріал, не тільки для виготовлення посуду, а й – з лікувальною метою. Глина – це природній бальзам, енергетичний продукт з внутрішніми вібраціями, близькими до вібрацій здорових клітин людини. Просте споглядання садиби, житла багато що могло розповісти і про самих господарів. Приміром, чисто підведенні призьба, стіни, вікна засвідчували те, що їх господарювала дбала про чистоту оселі.

У своїй хаті українці завжди підтримували чистоту: її щодня замітали, регулярно білили стіни та піч. Із метою очищення житла навколо дверей та вікон розвішували часник і різні трави, а долівку посипали чебрецем, м'ятою, любистком, полином, татар-зіллям, материнкою, деревієм, ромашкою. Ці рослини здатні виділяти бактерицидні фітонциди, які роблять здоровим повітря житла. Традиційно у помешканнях тримали герань. Усі рослини мали оздоровити середовище існування людини. Це говорить про те, що праукраїнці були обізнані з основ аромотерапії.

Одним із найбільш поширених та улюблених різновидів народної творчості в Україні була вишивка. Уміння серцем відчувати навколишню красу та відтворювати її у візерунках кожна дівчина переймала від своєї матері, бабусі. Робота голкою має великий оздоровчий ефект. Вчені довели, що це найкращий засіб від стресу. У тих, хто займається вишивкою, любить шити, тиск і серцебиття швидко приходять до належного стану після стресу. Під час вишивання, людина занурюється в суть прекрасного, що дає позитивний заряд енергії, бадьорості, чудового настрою, самопочуття, здоров'я.

5. Одяг українців, його валеологічні функції. Український національний одяг завжди відзначався своєю практичністю і сприяв збереженню і зміцненню здоров'я людини, яка його носила. Так, зокрема,

нечисленність частин убрання, простота крою, перевага білого кольору, спокійні барви прикрас та відсутність зайвої оздобы, засвідчували збереження почуття міри. Одяг відображав гармонійність, у ньому можна було «відчути» душу людини, побачити відповідність зовнішнього вигляду та духовного змісту. Одяг носили, головним чином, вишитий. Малюнок вишивки завжди відповідав здоровому підживленню з навколишнього середовища. Люди відчували, який саме одяг слід одягти в певний період життя (весілля, вагітність, народження дитини, хрестини тощо). У давнину вишивка мала охоронне, оберегове значення, і тому її розміщували на грудях, біля коміра, на рукавах, на подолі.

У сучасному вбранні переважає синтетична тканина. Синтетичний одяг електризується, а електричний потенціал, що при цьому виникає, згубно впливає на клітинну мембрану. Синтетичний одяг не поглинає поту, в якому містяться продукти метаболізму (залишаючись на тілі, вони забивають пори, і шкіра не дихає). Синтетичний одяг порушує природний інформаційний енергообмін тіла з навколишнім середовищем. Для традиційного легкого вбрання українці використовували тільки льняне полотно, вовну, текстиль: ці тканини теплі, гарно вентилюють шкіру, захищають її від забруднення та пошкодження. Клімат України був суворим, тому завжди був потрібен і теплий одяг. Найулюбленішим матеріалом для виготовлення верхнього теплого жіночого й чоловічого одягу було хутро диких і свійських тварин. Для легкого вбрання використовували льняне полотно, вовну, текстиль: ці тканини теплі, гарно вентилюють шкіру, захищають її від забруднень і пошкоджень. Одяг українців був вільного крою, він не обмежував рухів, не заважав нормальному диханню та кровообігу, не подразнював шкіру.

Валеологічне значення народної медицини. Кожна господиня прагнула, щоб біля хати росло якомога більше лікарських рослин: калина, м'ята, меліса, дев'ясил, любисток, мальва, шавлія, хміль. На обійсті обов'язково садили березу, липу, бузину чорну, глід. Під тином росли чебрець, чистотіл, подорожник, лопух, кропива, кульбаба, материнка,

звіробій. Ці та інші рослини кожна селянська сім'я завжди мала в хаті. Українці добре знали, де, як і в яку пору дня і місяця збирати лікарські рослини. Збір лікарського зілля планували, як правило, до свята Івана Купала. У лікувальних цілях українці широко використовували городні, зернові культури: часник, цибулю, хрін, редьку, мак, льон, коноплі, буряки, капусту, моркву, ячмінь, гречку. Зокрема, часник та цибуля вважалися дезінфікуючими, профілактичними та лікувальними засобами при хворобах дихальних шляхів, їх використовували як протидію укусові гадюки.

Різнобічним було застосування льону та конопель: відвари насіння використовувалися при шлунково-кишкових захворюваннях; олією лікували опіки; розжарене насіння слугувало зігріваючим компресом. Українці були добре обізнані з лікувальними властивостями дерев, дикорослих та культурних кущів.

Особливою «повагою» користувалася верба. Верба є своєрідним «вказівником» води на землі. Оскільки верба є чудовим природним фільтром усіляких домішок, що містяться у воді («Де срібліє вербиця, там здорова водиця»), то криницю завжди намагалися копати під вербою. До арсеналу лікувальних засобів тваринного походження входили гусячий, козячий, борсучий, собачий, свинячий жири, молочні вироби, жовч та шкіра тварин, продукти бджільництва. Тваринні жири вважалися, крім іншого, добрими ранозагоювачами, ними розтирали тіло при застудах, вживали всередину у випадках запалення легень, астми, туберкульозу. Як ліки уживали мед. З воску виготовляли різні мазі. Бджолами традиційно лікували ревматизм: для того, щоб почуватися краще, підставляли хворі ноги, спину для укусу бджіл.

Валеологічні аспекти національної кухні. Культура харчування – це своєрідна система раціонального харчування. Розроблені і впроваджені в офіційній та нетрадиційній медицині оздоровчі прийоми (наприклад, дієта), спираються на практичний, перевірений століттями народний досвід системи харчування, що передбачає, зокрема, пости і голодування. В усьому світі

користуються популярністю українські страви: борщ, пампушки, галушки, вареники, коржі, калачі, гречаники, шпиговане сало, печеня, буженина, ін.

Для багатьох українських страв (голубці; шпиговане м'ясо з буряками; перець, фарширований м'ясом; капуста) характерним є вмiле поєднання овочiв та м'яса. Великого значення в українській кулінарії придiлялося смаковим якостям страв, тому під час їхнього приготування використовували різноманiтні прянощі: цибулю, часник, хрін, м'яту, перець, чебрець, петрушку, шпинат, пастернак. Страви, як правило, ароматизували свіжими зеленими кропом і петрушкою.

Чiльне місце в українській кухні завжди посiдали овочі: навесні споживали свіжу зелень, влітку – свіжу городину. Селяни споживали багато капусти, особливо квашеної, з неї готували капустяк, борщ, пиріжки, вареники. У наш час вчені встановили, що саме у квашеній капусті повністю зберігається важливий вітамін С і навіть навесні його кількість не зменшується.

Традиційною українською овочевою стравою є гарбузова каша. М'якоть гарбуза має багато каротину, вітаміни С і групи В, нікотинову, кремнієву та інші кислоти, а також К, Са, Mg, Fe. М'якоть діє як сечогінний засіб, викликає iнтенсивне видiлення нирками хлору. Гарбуз корисний для запобiгання захворювань печінки, нирок. Щодо постів, то у християнстві вони мають не тільки релігійно-обрядовий смисл. Крім iншого, вони спрямовані на змiцнення здоров'я.

Голодування і харчування з обмеженою енергетичною цінністю з лікувальною метою відомі ще з часів Стародавнього Єгипту, Індії, Греції. Його застосовували жреці, філософи, лікарі (Гіппократ, Авіценна). Дієтопрофілактичне значення посту не суперечить самій його ідеї – духовному очищенню, адже духовне піднесення досягається значною мірою і через тілесне очищення. Пости є випробуванням віруючих на стійкість проти спокус, на терплячість, покорення і покаяння. Позитивне значення постів

полягає в очищенні організму від шлаків, своєрідній дієтотерапії в період гострих і хронічних захворювань органів травлення.

Демографічні процеси та стан здоров'я населення як стримуючий фактор сталого розвитку Чернігівщини. Функціонування Управління охорони здоров'я Чернігівської обласної державної адміністрації.

Основними завданнями управління є:

- забезпечення реалізації державної політики в галузі охорони здоров'я;
- прогнозування розвитку мережі закладів охорони здоров'я для нормативного забезпечення населення медико-санітарною допомогою;
- здійснення заходів, спрямованих на запобігання інфекційним захворюванням, епідеміям і на їх ліквідацію;
- організація надання медико-санітарної допомоги населенню, роботи органів медико-соціальної експертизи, судово-медичної та судово-психіатричної експертизи;
- забезпечення виконання актів законодавства в галузі охорони здоров'я, державних стандартів, критеріїв та вимог, спрямованих на збереження навколишнього природного середовища і санітарно-епідемічного благополуччя населення, а також додержання нормативів професійної діяльності в галузі охорони здоров'я вимог Державної фармакопеї, стандартів медичного обслуговування, медичних матеріалів і технологій.

Структура Управління охорони здоров'я Чернігівської обласної державної адміністрації:

- Відділ організації надання медичної допомоги та мобілізаційної роботи.
- Відділ економіки, моніторингу та виконання загальнодержавних і регіональних програм.
- Відділ управління медичними кадрами та роботи зі зверненнями громадян.
- Відділ фінансового забезпечення.

Із 1 січня 2013 р. набрав чинності Закон України «Про екстрену медичну допомогу», який визначає організаційно-правові засади забезпечення громадян України та інших осіб, які перебувають на її території, екстреною медичною допомогою, у тому числі під час виникнення надзвичайних ситуацій та ліквідації їх наслідків, функціонування та розвитку системи екстреної медичної допомоги.

Необхідність реорганізації невідкладної медичної допомоги добре розуміють керівники області. Так, у 2011 р. в області розроблена та затверджена на сесії обласної ради Програма забезпечення санітарним автотранспортом на 2011-2013-й роки, на виконання даної програми вже отримала 8 автомобілів ШМД.

Сьогодні в області проводиться реорганізація системи швидкої медичної допомоги зі створенням обласного центру екстреної медичної допомоги та медицини катастроф, якому будуть підпорядковуватися всі підрозділи служби швидкої медичної допомоги, медицини катастроф та оперативно-диспетчерська служба.

Враховуючи специфіку Чернігівської області, зумовлену великою територією, малою щільністю населення, віддаленістю населених пунктів та проходженням через територію області двох автошляхів міжнародного значення, питання розширення мережі пунктів надання екстреної медичної допомоги стоїть дуже гостро. Також кадрове забезпечення системи екстреної медичної допомоги на сьогодні є актуальною проблемою.

Питання для самоконтролю

1. Розкрийте сутність здоров'язбережувальних та здоров'яформуючих традицій.
2. Схарактеризуйте традиції народної культури здоров'я.
3. Назвіть валеологічні функції української родини.
4. Виділіть валеологічні основи побуту українців.
5. Які валеологічні функції виконує одяг українців.

6. Розкрийте валеологічне значення народної медицини.
7. Виділіть валеологічні аспекти національної кухні.

Література

7. Грицай Н. Б. Методика навчання основ здоров'я (у початковій школі): [курс лекцій] / Н. Б. Грицай. Рівне, 2017. 35 с.
1. Сливка Л. Методика викладання основ здоров'я в початкових класах: [навч.-метод. посіб.] / Лариса Сливка. – Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 204 с.
2. Сливка Л. Етнопедагогічний вектор виховання здорового способу життя дітей і молоді / Сливка Лариса // *Науковий вісник Чернівецького університету: Збірник наукових праць. Вип. 362. Педагогіка та психологія.* – Чернівці: Рута, 2007. С.143-153.
3. Сливка Л. Етнопедагогічні засади формування валеологічної компетентності підростаючої особистості / Сливка Лариса // *Вісник Прикарпатського університету. Педагогіка. 2008.* Випуск XVII – XVIII. – Івано-Франківськ, 2008. С.135-139.
4. Сливка Л.В. Народнопедагогічний ідеал виховання здорового способу життя / Сливка Л.В. // *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 17. Теорія і практика навчання і виховання.* Випуск 8. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. С.127-133.
5. Сливка Л. Формування валеологічної культури молодших школярів засобами української етнопедагогіки / Лариса Сливка // *Вісник Прикарпатського університету. Педагогіка, 2007.* Випуск XIII – XIV. – I ч. – Івано-Франківськ, 2007. С. 194-201.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ПРАКТИЧНИХ ТА ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

Одними із головних завдань навчальної дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі» є виховання свідомого ставлення студентів до свого здоров'я та здоров'я інших, формування засад і гігієнічних навичок здорового способу життя, збереження і зміцнення їх фізичного та психічного здоров'я. На практичних і лабораторних заняттях будуть використовуватися сучасні педагогічні технології, що ґрунтуються на використанні методів інтерактивного навчання, у тому числі й системи завдань і вправ, орієнтованих на діалогові форми навчальної взаємодії, використання елементів тренінгових форм, проектної діяльності, ведення індивідуальних і колективних портфоліо.

Практична робота № 1

**Тема: Методичні основи навчання соціальної та
здоров'язбережувальної освітньої галузі (2 год)**

Питання для обговорення

1. Загальна характеристика «Соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі» Державного стандарту початкової освіти. Базові поняття дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі».
2. Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Поняття про соціальне здоров'я особистості.
3. Базові принципи формування здорового способу життя дітей і молоді. Формування соціальної складової здоров'я молодших школярів.
4. Психовалеологічні аспекти корекційної та рекреаційної роботи в школі. Профілактика психологічного напруження першокласників у період адаптації до освітнього середовища: новітні умови навчання згідно концепції НУШ.

5. Міжнародний досвід навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі. Сучасні підходи до створення безпечного здоров'язбережувального освітнього середовища в початковій школі: мета; алгоритм проектування освітнього середовища; функціонально-структурні компоненти.

Завдання:

1. Опрацювати теоретичні основи лекційного матеріалу.

2. Скласти короткий словник базових понять курсу.

3. Ознайомитися з Державним стандартом початкової загальної освіти. Дати стисло характеристику кожної змістової лінії (письмово) «Соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі». Схарактеризувати уміння та досвід, якими мають оволодіти молодші школярі відповідно до вимог галузі.

4. Проаналізувати навчальну програму з «Соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі» для початкової школи з позиції реалізації в ній компетентнісного підходу до визначення навчальних досягнень учнів.

5. Проаналізувати типові навчальні плани для різних типів початкових шкіл.

6. Схарактеризувати біологічну, соціальну та психологічну сутність здоров'я. Визначити основні фактори, що впливають на здоров'я людини.

7. Схарактеризувати мету та завдання соціально-педагогічної діяльності вчителя початкової школи.

Самостійна робота № 1

1. Проаналізувати особливості організації навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі в Україні і за її межами.

2. Опрацювати типові навчальні програми для початкової школи Р. Шияна та О. Савченко («Соціальна та здоров'язбережувальна освітня галузь»), зробити їх порівняльний аналіз.

Теми доповідей та презентацій:

1. Формування у молодших школярів життєвих компетентностей фізичного, психічного та соціального здоров'я як пріоритетне завдання НУШ.
2. Особливості формування соціальної компетентності молодших школярів.
3. Соціальне здоров'я як стан гармонійного функціонування людини в соціумі. Визначити показники соціального здоров'я людини.

Практична робота № 2

Тема: Зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі за змістовою лінією «Безпека» (2 год)

Питання для обговорення

1. Вплив оточення на вибір безпечної поведінки молодшого школяра.
2. Ознайомлення молодших школярів із діяльністю служб допомоги в небезпечних ситуаціях та їх ідентифікація.
3. Булінг у школі: основні правила протидії під час можливої загрози (педагогічний лайфхак «Кожна дитина має право захищати свою гідність та недоторканість свого тіла»).

Завдання:

1. Опрацювати теоретичні основи лекційного матеріалу.
2. Скласти короткий словник базових понять з теми.
3. Підготувати методичні розробки з тем:
 - «Безпека на дорозі». Приділити увагу особливостям вивчення молодшими школярами інформаційних знаків та правил пішохідного руху.
 - «Безпека у довкіллі». Зосередити увагу на повідомленні правил поведінки учнів під час знаходження підозрілих предметів, забутих речей, вибухових пристроїв. Як поводитись у незнайомому місці? Ознайомлення молодших школярів із поняттям «приватна інформація».

- «Безпека вдома». Ознайомлення учнів із побутовими приладами та правилами безпечної поведінки при користуванні ними (Наприклад: до теми «Оглядаю своє житло. Коли ми самі вдома», «Як дотриматися правил пожежної безпеки» і т. п. (на вибір).

Самостійна робота № 2

1. Покажіть динаміку зміни працездатності молодших школярів протягом уроку та навчального тижня загалом (у вигляді графіка).
2. Шкільний стрес як фактор розвитку психосоматичних захворювань у молодших школярів. Поняття про стрес та дистреси. Фази стресу (доповіді з презентацією).
3. Систематизувати методи зняття стресу. Вказати рекомендації щодо подолання стресу (можна у вигляді порівняльної таблиці, вказати використані джерела). Скласти план-конспект уроку.

Практична робота № 3

Тема: Зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі за змістовою лінією «Здоров'я» (2 год)

Питання для обговорення

1. Психічні та емоційні складники здоров'я молодшого школяра. Поняття втоми та шляхи уникнення перевтоми в початковій школі (гімнастика, дихальні вправи, прогулянки).
2. Онтогенез. Особливості індивідуального росту і розвитку людини. Методика вивчення теми «Яку будову має наше тіло?».
3. Значення імунітету у боротьбі з інфекційними та неінфекційними захворюваннями. Збудники та шляхи передачі інфекцій. Поняття природнього імунітету та штучного (набутого). Роль щеплення та вакцинації у попередженні інфекційних захворювань.
4. Раціональне харчування. Вітаміни. Режим дня молодшого школяра.
5. Соціальне здоров'я. Гендерні особливості спілкування однолітків, поняття «стать».

Завдання:

1. Опрацювати теоретичні основи лекційного матеріалу.
2. Скласти короткий словник базових понять з теми.
3. Скласти режим дня молодшого школяра на один день з урахуванням особистої гігієни, гігієни сну, раціону харчування, активного та пасивного відпочинку.
4. Здійснити порівняльний аналіз корисних та шкідливих харчових продуктів. Описати значення білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, вітамінів, води для організму людини (можна у вигляді таблиці). Скласти план-конспект проведення уроку за темою «Раціональне харчування».
5. Гендерні особливості спілкування однолітків (доповідь з презентацією, або план-конспект тренінгового заняття).

Самостійна робота № 3

1. Виготовити макет «Внутрішня будова тіла» до теми уроку «Яку будову має наше тіло?», або виготовити модель «Системи організму людини» (на вибір, наприклад «дихальної системи» або іншої) відповідно до програми вивчення інтегрованого курсу «Я досліджую світ» 1-4 класи.
2. Скласти алгоритм профілактики дитячих інфекційних хвороб. (можна у вигляді таблиці, вказати використані джерела). Скласти план-конспект уроку.
3. Скласти алгоритм профілактики соціальних хвороб (можна у вигляді таблиці, вказати використані джерела). Скласти план-конспект уроку.
4. Підготувати доповідь з презентацією на тему «Як уникнути дискримінації у дитячому колективі?» (тема вказана орієнтовна, студенти мають право запропонувати інше формулювання) до теми «Чи всі люди рівні....»).

Практична робота № 4

**Тема: Зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі
за змістовою лінією «Добробут» (2 год)**

Питання для обговорення:

1. Економічне виховання молодших школярів.
2. Підприємливість. Співпраця у грі, навчальних і життєвих ситуаціях молодшого школяра.
3. Виконання навчальних, ігрових, дослідницьких та проектних завдань у початковій школі за типовою освітньою програмою «Я досліджую світ» 1-4 класи.
4. Моральне виховання та етична поведінка молодших школярів. Ознайомлення із поняттями «Відповідальність», «Чесність», «Доброчесність», «Толерантність», «Доброчинність», «Повага».

Завдання:

1. Опрацювати теоретичні основи лекційного матеріалу.
2. Скласти короткий словник базових понять з теми.
3. Запропонувати методики ознайомлення учнів із поняттями «гроші», «матеріальні цінності», «кишенькові гроші», «сімейний бюджет», «сімейний добробут».
4. Розробити покрокову модель успішної мотивації до навчання молодшого школяра.

Самостійна робота № 4

1. Підготувати проект «Місто / село майбутнього» за зразком чи власним задумом (на вибір) відповідно до програми вивчення інтегрованого курсу «Я досліджую світ» 1-4 клас.
2. Підготувати презентацію «Непроста поведінка – як взаємодіяти з дітьми з особливими потребами!?» до теми «Як люди взаємодіють у спільноті?»), (клас на вибір, формулювання теми можна змінювати).
3. Методична розробка гри-квесту з відповідної теми заняття для 1-4 класів (на вибір) з описом процесу підготовки та організації заходу, правилами гри, завданнями для всіх етапів, матеріалами, необхідними для проведення. Критерії оцінювання: креативність, вмотивованість учнів до здорового способу життя.

Практична робота № 5

Тема: Сучасні підходи до створення безпечного здоров'язбережувального освітнього середовища в початковій школі (2 год)

Питання для обговорення:

1. Розвантаження навчальних програм для молодших школярів (затверджене Колегією МОН від 4.08.2017р.).
2. Здоров'язбережувальні аспекти сучасного уроку: позитивний психологічний клімат на уроці; формування мотивації на досягнення успіху в навчанні, використання ефективних методів навчання; кваліфіковане застосування елементів пальчикової гімнастики, музикотерапії, рухотерапії, кольоротерапії, арт-терапії; спрямування уроку на розвиток життєвих навичок, компетентностей, цінностей; урахування періодів працездатності учнів, розподіл інтенсивності розумової діяльності, ранжування навчального матеріалу уроку за ступенем складності, новизни, актуальності; відображення в змісті уроку питань, пов'язаних зі здоров'ям, здоровим способом життя.
3. Профілактика психологічного напруження першокласників у період адаптації до освітнього середовища: новітні умови навчання згідно концепції НУШ.
4. Інноваційні здоров'язбережувальні технології навчання їх впровадження у систему початкової освіти (Наприклад: зробити аналіз практичних матеріалів до програми «Абетка харчування» 1-4 класи).
5. Сучасні підходи до створення безпечного здоров'язбережувального освітнього середовища в початковій школі: мета; алгоритм проектування освітнього середовища; функціонально-структурні компоненти.

Самостійна робота № 5

1. Підготувати інфографіки для учнів початкової школи до тем «Обов'язки вдома», «Обов'язки у громаді», «Обов'язки у школі» до теми

уроку «Які в дітей права та обов'язки?» за підручником «Я досліджую світ»: для 3-го кл. закл. заг. серед. освіти: ч.1/ Тетяна Гільберг, Світлана Тарнавська, Ніна Павич. Київ: Генеза, 2020. 160с. (с. 21).

2. Підготувати презентацію «Технічні винаходи сучасності» до теми уроку «Чи здатні люди змінювати суспільство?» за підручником «Я досліджую світ»: для 3-го кл. закл. заг. серед. освіти: ч.1/ Тетяна Гільберг, Світлана Тарнавська, Ніна Павич. Київ: Генеза, 2020. 160с. (с. 38).

Лабораторне заняття № 1, 2, 3.

Тема: Методика навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі за змістовою лінією «Безпека» (6 год)

План.

1. Моделювання уроку з теми «Джерела допомоги в небезпечних ситуаціях».
2. Моделювання уроку з теми «Безпека на дорозі».
3. Моделювання уроку з теми «Безпека в довкіллі».
4. Моделювання уроку з теми «Безпека вдома».
5. Моделювання уроку з теми «Вплив оточення на вибір безпечної поведінки».
6. Моделювання уроку з теми «Можливі загрози з боку людей. Правила поведінки».
7. Моделювання уроку з теми «Імовірні небезпечні ситуації в школі».

Самостійна робота

1. Підготувати за прикладом або власним задумом аплікацію дорожніх знаків, світлофора, або інше відповідно до змістової лінії «Безпека» (на вибір) відповідно до програми вивчення інтегрованого курсу «Я досліджую світ» 1-4 класи (на вибір).

2. Підготувати розгорнутий конспект уроку (презентація, відео-матеріали, наочність і т. п.) для 1-4 класів (на вибір) за змістовою лінією «Безпека» (теми на вибір).

Лабораторне заняття № 4, 5, 6.

Тема: Методика навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі за змістовою лінією «Здоров'я» (6 год.)

План.

1. Ознайомлення молодших школярів з поняттям «органи чуття» до відповідних тем: «Чим я пізнаю світ. Про що дізнаюся на дотик», «Чим я бачу. Чим я чую», «Впізнаю на смак. Впізнаю на запах», «Для чого нам зуби» (1-4 клас), «Яка роль органів чуття» (1-4 клас) і т. п.

2. Ознайомлення молодших школярів з поняттям правильної постави та профілактикою сколіозу при вивченні тем «Дбай про свою поставу» (1-4 клас), «Що утворює опорно-рухову систему» (1-4 клас), і т. п.

3. Моделювання уроків з теми «Загартовування учнів в початковій школі». Наприклад: Переваги та недоліки до теми «Про рух і загартовування» (1-4 клас) т. п.

4. Ознайомлення молодших школярів з анатомією власного тіла. Методика вивчення теми «Яку будову має наше тіло» (1-4 клас).

5. Профілактика психологічного напруження першокласників у період адаптації до освітнього середовища: новітні умови навчання згідно концепції НУШ.

6. Інноваційні здоров'язбережувальні технології навчання їх впровадження у систему початкової освіти (зробити аналіз практичних матеріалів до програми «Абетка харчування» 1-4 класи).

Самостійна робота

1. Виконати проект «Дерево успіху» до теми уроку «Як досягти мети» за підручником «Я досліджую світ»: для 3-го кл. закл. заг. серед. освіти: ч.1/ Тетяна Гільберг, Світлана Тарнавська, Ніна Павич. Київ: Генеза, 2020. 160 с.

2. Основні правила надання першої допомоги при нескладних травмах. («Що необхідно знати школярам про опіки, травми, обмороження, кровотечі?» Роль педагога в профілактиці шкільного травматизму (доповідь, презентація).

3. Моделювання уроків з теми: Хибне використання / вживання небезпечних речовин (ліки, побутова хімія, тощо). Мінімізація ризику, профілактичні заходи (зробити пам'ятки для школярів).

4. Виготовити макет «Внутрішня будова тіла» до теми уроку «Яку будову має наше тіло».

Лабораторна робота № 7, 8, 9.

Тема: Методика навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі за змістовою лінією «Добробут» (6 год.)

План.

1. Сучасні підходи до створення безпечного здоров'язбережувального освітнього середовища в початковій школі: мета; алгоритм проектування; функціонально-структурні компоненти.

2. Методика ознайомлення молодших школярів із поняттям «приватна інформація».

3. Методика впровадження поняття «помірності» і «надлишковості» у використанні природних ресурсів.

4. Вплив реклами: «знаків», «символів» на вибір одягу та продуктів до теми «Хто такий споживач» (2 клас), (зробити соціальну рекламу, наприклад – про негативний вплив маркетингу на вибір споживачів).

5. Ознайомлення учнів із поняттям «емоції».

6. Як успішно працювати молодшим школярам у спільноті? (До теми «Я і моя шкільна громада»), (3 клас).

7. Ознайомлення із поняттями «Відповідальність», «Чесність», «Доброчесність», «Толерантність», «Доброчинність», «Повага» і т. п. (зробити

презентацію «Непроста поведінка – як взаємодіяти із дітьми з особливими потребами!?» до теми «Як люди взаємодіють у спільноті?»), (3 клас).

8. Складання алгоритму роботи вчителя з подолання конфлікту в класі та його представлення у вигляді доповіді та презентації.

Самостійна робота

1. Виконання навчальних, ігрових, дослідницьких та проектних завдань у початковій школі за типовою освітньою програмою «Я досліджую світ» 1-4 класи (на вибір) (підготувати покрокову модель успішної мотивації до навчання молодшого школяра).

2. Підготувати інфографіки для учнів початкової школи до тем «Обов'язки вдома», «Обов'язки у громаді», «Обов'язки у школі» до теми «Права та обов'язки молодших школярів» з курсу «Я досліджую світ» для 1-4 класів (на вибір).

3. Підготувати презентацію «Технічні винаходи сучасності» до теми «Винахідники» з курсу «Я досліджую світ» для 1-4 класів (на вибір).

Лабораторне заняття № 10.

Тема: Моделювання позакласної роботи та партнерської взаємодії з батьками щодо формування соціальної і здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи.

План.

1. Роль сімейного середовища у формуванні соціальної і здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи.

2. Залучення батьків до процесу формування культури здоров'я та навичок здоров'язбереження.

3. Форми організації позакласної роботи та партнерської взаємодії з батьками у процесі формування соціальної і здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи.

Самостійна робота

1. Розробити фрагмент проблемної лекції, тематичної дискусії, тренінгу, або ситуативного рішення питання з проблеми формування соціальної і здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи (складання режиму дня, організація безпечного руху дитини до школи), з метою налагодження партнерської взаємодії з батьками (матеріали представити у вигляді презентації і виступу під час заняття).

2. Запропонувати план-конспект проведення батьківських зборів, тренінгу, інтерактивної міні-лекції і т. п. Наприклад, на тему «Культура здоров'я» і т. п. (обов'язковим елементом такої лекції має бути розминка, групова робота, рефлексія та роздатковий матеріал (рекомендації, пам'ятки).

ІНДИВІДУАЛЬНІ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНІ ЗАВДАННЯ (ІНДЗ)

Методологія процесу навчання та оцінювання знань здобувачів вищої освіти полягає в його переорієнтації із лекційно-інформативної на індивідуально-диференційовану, особистісно-орієнтовану форму та на організацію самоосвіти. У структурі навчального навантаження здобувача вищої освіти за сучасною системою індивідуальна робота розглядається як один з основних компонентів навчальної діяльності і займає значну частину його навчального навантаження.

Різновидом індивідуальних занять є індивідуальні навчально-дослідні завдання (ІНДЗ), які відповідають інноваційним технологіям навчання. ІНДЗ – вид поза аудиторної індивідуальної роботи здобувача вищої освіти навчального чи навчально-дослідницького характеру, яке використовується в процесі вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни. ІНДЗ, як і інші модулі в межах залікового кредиту, оцінюється і має питому частку в підсумковій оцінці залікового кредиту.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) виконується самостійно при консультуванні викладачем протягом всього періоду вивчення дисципліни у відповідності до графіка навчального процесу. ІНДЗ виконується з метою закріплення, поглиблення й узагальнення знань,

одержаних здобувачами вищої освіти за час навчання та придбання практичних навичок їх застосування при вирішенні проблем сформульованих у рамках предметної області даної дисципліни. ІНДЗ припускає наявність таких елементів наукового дослідження: практичної значущості; комплексного системного підходу до вирішення завдань дослідження; теоретичного використання передової сучасної методології і наукових розробок; наявності елементів творчості. У процесі виконання ІНДЗ, разом з теоретичними знаннями і практичними навичками за фахом, здобувач вищої освіти повинен продемонструвати здібності до науково-дослідної роботи та вміння творчо мислити, навчитися розв'язувати науково-прикладні актуальні задачі.

Навчальний проєкт (Індивідуальне навчально-дослідне завдання) Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) виконується студентом у поза аудиторний час і є завершеною теоретичною і практичною роботою в межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, одержаних у процесі лекційних, практичних та лабораторних занять. Студент обирає тему і виконує ІНДЗ тільки із одного змістового модуля. Під час виконання індивідуального завдання необхідно передбачити можливості його практичного використання в освітньому процесі. Індивідуальне завдання студента має містити елементи наукових досліджень. При його виконанні необхідно використовувати методи наукових пошуків: аналіз, синтез, узагальнення, класифікацію тощо.

Мета. Самостійне вивчення частини програмового матеріалу, поглиблення, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань і вмінь студентом з дисципліни; розвиток навичок самостійної роботи та наукових досліджень.

Орієнтовна структура ІНДЗ:

- тема і план ІНДЗ;
- вступ – зазначається актуальність теми, мета та завдання роботи та основні її положення;

- теоретична частина – виклад базових теоретичних положень з аналізом різних підходів до досліджуваної проблеми;

- практична частина;

- основні результати роботи;

- висновки;

- список використаних джерел.

Порядок подання та захисту (презентація) ІНДЗ:

1. ІНДЗ подається у вигляді індивідуального проєкту з титульною сторінкою стандартного взірця обсягом до 20 аркушів.

2. ІНДЗ подається на кафедру не пізніше ніж за 2 тижні до підсумкового заняття.

3. Захист завдання шляхом презентації студентом виконаної роботи (5-7 хв.) є обов'язковим.

4. Оцінка за ІНДЗ є обов'язковим компонентом іспитової оцінки. Максимальна сума складає 15 балів.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання є складовою підсумкового контролю. Воно передбачає також підготовку презентацій, лепбуків, відеороликів, есе, написання та захист наукових повідомлень на задану тему.

ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА ІНДЗ

1. Вплив розумового навантаження на психіку школяра.
2. Біоритми та їх роль у забезпеченні здоров'я.
3. Здоровий спосіб життя – важливий чинник виховання особистості (історичний аспект).
4. Залежність стану здоров'я людини від способу життя.
5. Сучасні методи та прийоми навчання при вивченні інтегрованого курсу «Я досліджую світ» в початковій школі.
6. Реалізація змісту «Соціальне здоров'я» в початковій школі.
7. Позакласна та позашкільна робота з формування соціальної та здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи.
8. Національна культура та здоров'я українського народу.

9. Поняття про інфекційні хвороби, їх перебіг, ознаки, ускладнення, ризик для життя.
10. Дезінфекція, дезінсекція, дератизація в умовах карантину.
11. Підручні засоби надання першої медичної допомоги на місці пригоди в умовах закладу освіти.
12. Самодопомога та взаємодопомога при нескладних травмах.
13. Лепбуки на тему: «Що я маю знати про власне здоров'я?» (для молодших школярів) (тема на вибір).
14. Вплив сімейних цінностей на формування здорового способу життя у молодших школярів.
15. Методичні рекомендації для молодших школярів та їх батьків на тему: «Безпечна поведінка у довкіллі» (тема на вибір).
16. Педагогічна реклама (соціальний відеоролик) на тему: «Вплив шкідливих речовин на здоров'я підростаючого покоління» і т. п.

ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

Оцінювання здійснюється з урахуванням індивідуальних особливостей здобувачів вищої освіти і передбачає диференційований підхід в його організації. Оцінюватися може виконання здобувачами вищої освіти передбачених завдань, під час роботи над якими здобувачі вищої освіти демонструють власні знання: розгорнуті і стислі усні відповіді, вирішення тестових завдань, підготовка мультимедійних презентацій, виступи в дискусіях тощо. Враховуються здобутки неформальної освіти (сертифікати).

Специфіка навчальної дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі» у підготовці майбутніх учителів початкової школи передбачає оцінювання не тільки теоретичних, методичних знань студентів, а також їх практичних умінь та навичок, яке відбувається на основі виготовлення наочності, макетів, лепбуків, розробки технологічних та інструкційних карток, що є

об'єктами навчальної праці в типових програмах О. Савченко та Р. Шияна для початкової школи.

Поточний контроль (формувальне оцінювання) з дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язберігаючої освітньої галузі в початковій школі» – це оцінювання навчальних досягнень студента протягом навчального семестру за національною чотирибальною шкалою усіх видів аудиторної роботи (практичні та лабораторні заняття). Поточний контроль відображає поточні навчальні досягнення студента в опануванні програмного матеріалу дисципліни; спрямований на необхідне корегування самостійної роботи студента.

Поточний контроль (формувальне оцінювання) здійснюється лектором. Викладач розробляє чіткі критерії оцінювання всіх видів навчальної роботи у комплексному контролі знань, доводить їх до відома студентів на початковому етапі вивчення дисципліни (під час першого заняття). Процедура проведення семестрового контролю (екзамен) доводиться до відома студентів на першому занятті.

Система оцінювання аудиторної роботи.

Поточна аудиторна діяльність студента оцінюється за чотирибальною (національною) шкалою. Форми участі студентів в освітньому процесі, які підлягають поточному контролю: виступ з основного питання; усна доповідь; доповнення, запитання до доповідача, рецензія на виступ; участь у дискусіях, активність під час обговорення питань, інтерактивних формах проведення заняття, виконання письмових завдань (тестові, контрольні, творчі роботи, тощо), підготовка презентацій, самостійна робота, написання тез, есе, конспектів навчальних або наукових текстів, систематичність роботи під час практичних і лабораторних занять, аналіз джерельної та монографічної літератури.

Критеріями оцінки є:

- **для усних відповідей:** повнота розкриття питання, логіка викладання, культура мови; емоційність та переконаність, аналітичні

міркування, уміння робити порівняння, висновки, використання основної та додаткової літератури.

- **для виконання письмових завдань:** повнота розкриття питання; цілісність, системність, логічність, уміння формулювати висновки; акуратність оформлення письмової роботи тощо.

Студент, який не відвідував заняття (з поважних причин, підтверджених документально), а отже, не мав поточних оцінок, має право повторно пройти поточний контроль під час консультацій. На консультаціях студент має право відпрацювати пропущені практичні та лабораторні заняття, а також ліквідувати заборгованості з інших видів навчальної роботи.

Рівні досягнення.

Високий рівень. Студент вільно володіє навчальним матеріалом на підставі вивченої основної та додаткової літератури, аргументовано висловлює свої думки, проявляє творчий підхід до виконання індивідуальних та колективних завдань при самостійній роботі.

Достатній рівень. Студент володіє певним обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати, але не має достатніх знань та вмінь для формулювання висновків, допускає несуттєві неточності.

Задовільний рівень. Студент володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або володіє частиною навчального матеріалу, уміє використовувати знання у стандартних ситуаціях.

Низький рівень. Студент володіє навчальним матеріалом поверхнево й фрагментарно. **Незадовільний рівень.** Студент не володіє навчальним матеріалом. Кожну оцінку рівня досягнень студента викладач повинен аргументовано мотивувати.

Система оцінювання самостійної роботи.

Самостійна робота студентів виділена як окремий елемент навчального навантаження. Матеріал для самостійної роботи студентів, який передбачений в темі практичного/лабораторного заняття одночасно із аудиторною роботою, оцінюється під час поточного контролю теми на

відповідному аудиторному занятті. Оцінювання тем, які виносяться на самостійне опрацювання і не входять до тем аудиторних навчальних занять, контролюються під час підсумкового контролю.

У процесі проведення контрольних заходів викладач оцінює: рівень засвоєння студентом навчального матеріалу, винесеного на самостійне опрацювання; вміння використовувати теоретичні знання при виконанні практичних задач; обґрунтованість та логічність викладення самостійно вивченого матеріалу; повноту розкриття теми дослідження; оформлення матеріалів згідно з висунутими вимогами.

Підсумковий тематичний контроль з дисципліни «Теорія та методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі» проводиться впродовж всього періоду вивчення дисципліни і включає проведення контрольних заходів за всіма темами змістового модуля у формі модульної контрольної роботи, тестування, колоквіуму тощо. До участі в контрольних заходах допускаються всі студенти незалежно від результатів поточного контролю. Для проведення модульного контролю розробляються відповідні завдання (варіанти, тести тощо). Результати контрольного заходу студента, який не з'явився на нього, також оцінюються «незадовільно» незалежно від причини. Відпрацювання контрольного заходу є обов'язковим.

Нарахування заохочувальних балів: активна участь студента в обговоренні навчального матеріалу та творчий підхід до оформлення виступів; творче виконання завдань; додаткова індивідуальна робота, яка сприяє поглибленому вивченню курсу (виконання і захист проєкту; участь в олімпіадах, науково-практичних конференціях, відвідування тренінгів і сертифікованих курсів, публікація тез і статей); самостійне вивчення передового педагогічного досвіду з методики навчання «ЯДС»; самостійний аналіз науково-методичної літератури та періодичних видань.

Підсумковим контролем з дисципліни «Теорія та методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі» визначено навчальним планом – екзамен.

Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни виставляється за шкалами: національною, 100 – бальною і фіксується в екзаменаційній відомості й індивідуальному плані навчання студента. Складений екзамен з оцінкою «незадовільно» не зараховується і до результату поточної успішності не додається. Щоб ліквідувати академзаборгованість з дисципліни, студент складає іспит повторно.

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ»

1. Базовими поняттями, які покладено у змістову основу МНСЗОГ в початкових класах є:

- ☐ безпека життєдіяльності, здоровий спосіб життя, безпечна поведінка, здоров'язбережувальна компетентність, культура здоров'я
- ☐ здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечна поведінка, здоров'язбережувальна компетентність, здоров'язбережувальні компетенції (життєві і спеціальні навички)
- ☐ безпечна поведінка, здоров'язбережувальна компетентність, культура здоров'я, валеологія
- ☐ здоров'я, здоровий спосіб життя, культура здоров'я, безпека життєдіяльності, здоров'язбережувальна компетентність, здоров'язбережувальні компетенції (життєві і спеціальні навички)

2. Здоровий спосіб життя – це:

- ☐ спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я на довгі роки
- ☐ поведінка людини, яка не загрожує її життю і здоров'ю

- ☐ суспільно визнаний рівень знань, умінь, навичок, ставлень, які сприяють здоров'ю у всіх сферах життєдіяльності людини
- ☐ високий рівень культури поведінки щодо власного здоров'я та здоров'я оточення

3. Безпечна поведінка – це:

- ☐ здатність учня застосовувати усі належні компетенції в конкретних життєвих та навчальних умовах та обставинах на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я
- ☐ систематичне поповнення, оновлення, вдосконалення знань про здоровий спосіб життя
- ☐ поведінка людини, яка не загрожує її життю і здоров'ю
- ☐ форми й способи життєдіяльності, які зміцнюють і вдосконалюють здоров'я людини

4. Здоров'язберезувальні компетенції – це:

- ☐ цілісне уявлення учнів про здоров'я, безпеку і розвиток людини та їх взаємозв'язок зі способом життя і навколишнім середовищем
- ☐ здатність учня застосовувати усі належні компетенції в конкретних життєвих та навчальних умовах та обставинах на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я
- ☐ суспільно визнаний рівень знань, умінь, навичок, ставлень, які сприяють здоров'ю у всіх сферах життєдіяльності людини
- ☐ можливість людини успішно здійснювати біологічні й соціальні функції

5. Що є особливостями вивчення СЗОГ?

- ☐ усі відповіді є правильними
- ☐ предмет розкриває питання, що мають реальне значення для дітей та підлітків
- ☐ предмет враховує потреби та рівень соціально-психологічного розвитку учнів
- ☐ предмет має превентивний (упереджуваний) характер

6. Продовжити речення: «Концепція навчання СЗОГ базується на розумінні того, що якість життя людини, її здоров'я і благополуччя найбільше залежить від ...»:

- ☐ основних сфер діяльності людини
- ☐ необхідності якнайширшого застосування інтерактивних методів навчання
- ☐ власної поведінки, способу життя
- ☐ знань, умінь і навичок, які зменшують ризик виникнення поведінкових проблем

7. Що із переліченого не відноситься до завдань СЗОГ в початковій школі?

- ☐ формувати в учнів уявлення про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, взаємозв'язок організму людини із природним, техногенним і соціальним оточенням
- ☐ розвивати в учнів мотивацію дбайливого ставлення до власного здоров'я, удосконалювати фізичні, соціальні, психічні і духовні його чинники
- ☐ залучати до активної співпраці сім'ю та громаду; сприяти співпраці батьків із дітьми
- ☐ виховувати в учнів потребу у здоров'ї як важливої життєвої цінності, свідоме прагнення до ведення здорового способу життя

8. Змістове наповнення «Соціальної складової здоров'я» присвячено:

- ☐ формуванню умінь встановлювати взаємозв'язки між руховою активністю, харчуванням, загартовуванням, розпорядком дня і здоров'ям
- ☐ ознайомленню із чинниками, що впливають на соціальне благополуччя людини та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі
- ☐ поясненню значення здоров'я для життя людини
- ☐ методам і прийомам безпечного поводження у навколишньому середовищі

9. Змістове наповнення «Психічної та духовної складових здоров'я» наповнено інформацією про:

- ☐ здатність учня застосовувати усі належні компетенції в конкретних життєвих та навчальних умовах та обставинах на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я
- ☐ чинники, які впливають на емоційний, інтелектуальний та духовний розвиток учня
- ☐ навички протидії негативним соціальним впливам
- ☐ правила дорожнього руху під час переходу дороги з обмеженою оглядовістю, за несприятливих погодних умов

10. Продовжити твердження: «змістове наповнення процесу навчання СЗОГ в початковій школі структуровано за спіральним (концентричним) принципом, тобто в різні періоди навчання ...»:

- ☐ зміст програми спрямовано на вивчення чинників, що впливають на фізичне благополуччя дитини
- ☐ повторюється вивчення окремих тем із розширенням та поглибленням їх змісту
- ☐ усі складові здоров'я взаємодіють, переплітаються, інтегруються, створюючи комплексне здоров'я людини як цілісність
- ☐ у людини є можливість бути здоровою, але реалізація цієї можливості вимагає певних знань та зусиль з її боку

11. Продовжити твердження: «Змістові лінії навчання СЗОГ є наскрізними для всієї початкової школи, але в кожному класі зміст й обсяг пропонованої учням інформації, організація її засвоєння змінюються відповідно до ...»:

- ☐ зростаючих пізнавальних і психологічних особливостей учнів
- ☐ цілісного уявлення учнів про здоров'я, безпеку і розвиток людини
- ☐ розвитку позитивної самооцінки, навичок критичного мислення й уміння ухвалювати виражені рішення
- ☐ завдань предмета «ЯДС» та тлумачення основних понять

12. Що із наведеного відображає сутність навчання на засадах розвитку життєвих навичок?:

- ☐ усі варіанти є правильними
- ☐ цей метод реалізує концепцію особистісно орієнтованого навчання і виховання
- ☐ цей метод враховує вікові та індивідуальні особливості учнів, етнічні, релігійні та соціально-економічні аспекти їхнього життя, передбачає делікатне ставлення до гендерних питань
- ☐ цей метод спрямований на задоволення природних потреб дітей, підлітків і молоді, адже ігнорування цього призводить до зниження рівня загального благополуччя, виникнення поведінкових ризиків і проблем

13. Із запропонованих варіантів виберіть життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю:

- ☐ здатність безпечно поводитись під час ігор, на перервах, у спортивні залі, їдальні, близько вікон, біля туалету, на сходових маршах, на шкільному подвір'ї
- ☐ уміння адекватно сприймати оцінки інших людей
- ☐ навички впевненості (адекватної) поведінки, серед них – застережні дії щодо зараження ВІЛ-інфекцією
- ☐ регулярні заняття фізичною культурою, спортом, руховими іграми, фізичною працею

14. Із запропонованих варіантів виберіть життєві навички, що сприяють психічному і духовному здоров'ю:

- ☐ уміння знаходити час для регулярного харчування і повноцінного відпочинку
- ☐ здатність концентруватися на досягненні мети
- ☐ здатність передбачати наслідки власних негативних дій
- ☐ уміння висловити повагу до внеску інших осіб у спільну роботу

15. Із запропонованих варіантів виберіть життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю:

- ☐ здатність переходити дорогу з обмеженою оглядовістю, за несприятливих умов, за умови активного руху транспорту

☐ аналіз ставлень, цінностей, соціальних норм, вірувань і чинників, що на них впливають

☐ уміння рахуватися з почуттями інших людей

☐ уміння відрізняти факти від міфів, стереотипів та особистих уявлень

16. Із запропонованих варіантів виберіть життєві навички безпечної поведінки:

☐ уміння відстоювати свою позицію та відмовлятися від небажаних пропозицій, зокрема, пов'язаних із залученням до куріння, вживання алкоголю, наркотичних речовин

☐ уміння відрізняти факти від міфів, стереотипів та особистих уявлень

☐ уміння справлятися з горем, втратою, травмою, насиллям

☐ здатність оберігати власну оселю від потрапляння до неї зловмисників

17. Із запропонованих варіантів виберіть життєві навички, що сприяють психічному і духовному здоров'ю:

☐ уміння оцінити реалістичність кожного варіанта, враховуючи власні можливості і життєві обставини

☐ здатність аналізувати дорожню обстановку й приймати рішення про перехід проїзної частини дороги

☐ володіння невербальною мовою (жести, міміка, інтонація тощо)

☐ уміння висловити повагу до внеску інших осіб у спільну роботу

18. Із запропонованих варіантів виберіть життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю:

☐ здатність надавати само- і взаємодопомогу в різних ситуаціях

☐ уміння виявляти підтримку і допомогу

☐ уміння знаходити час для регулярного харчування і повноцінного відпочинку

☐ навички впливу і переконливості

19. На підвищення якої життєвої навички в учнів спрямовані наведені рекомендації дорослим: «Називайте учнів на ім'я. Привертайте увагу класу до позитивних результатів роботи кожного. Перетворюйте

невдачі дітей на позитивний навчальний досвід. Уникайте надмірної опіки, дозволяйте дітям вчитися на власних помилках»?

- ☐ самооцінки
- ☐ асертивної поведінки
- ☐ управління стресами
- ☐ протидії соціальному тиску

20. Яка із наведених навчальних цілей стосується теми уроку «Здорова родина – здорова дитина!»?

- ☐ ознайомити учнів з методами профілактики та засобами зміцнення здоров'я
- ☐ розкрити значення сім'ї в житті людини
- ☐ вчити дітей доглядати за шкільними речами
- ☐ розширити уявлення учнів про небезпеку, що очікує на льоду

21. Яка із наведених навчальних цілей стосується теми уроку «Особиста безпека»?

- ☐ формувати навички правильної поведінки, коли дзвонять у двері, по телефону
- ☐ ознайомити учнів із чинниками природи, що сприяють збереженню здоров'я учнів
- ☐ формувати в учнів уявлення про корисні та шкідливі звички
- ☐ ознайомити учнів зі знаками, якими позначають зупинки громадського транспорту

22. Відповідно до чинної навчальної програми зміст вивчення СЗОГ в початкових класах організовано за такими змістовими лініями:

- ☐ «Безпека людини», «Здоров'я», «Соціум», «Духовне здоров'я»
- ☐ «Здоров'я», «Психічне здоров'я», «Безпека життєдіяльності», «Соціум»
- ☐ «Безпека», «Соціум», «Здоров'я», «Добробут людини»
- ☐ «Здоров'я», «Безпека», «Добробут»

23. Відповідно до чинної навчальної програми з вивчення СЗОГ в початковій школі виховання культури почуттів та способи їх вияву розглядаються у розділі:

- ☐ «Здоров'я»
- ☐ «Соціальне здоров'я»
- ☐ «Психічне здоров'я»
- ☐ «Добробут»

24. Відповідно до чинної навчальної програми з вивчення СЗОГ в початковій школі тематика, пов'язана з гігієнічним доглядом за тілом, особливостями догляду за зубами і порожниною рота, розглядається у розділі:

- ☐ «Здоров'я людини»
- ☐ «Безпека»
- ☐ «Здоров'я»
- ☐ «Психічне і духовне здоров'я»

25. Із запропонованих практичних робіт з вивчення СЗОГ в початковій школі оберіть ту, що проводиться при вивченні змістової лінії «Добробут»:

- ☐ Розучування «валеологічних хвилинок» для зменшення втоми і підвищення працездатності на різних уроках
- ☐ Визначення (за малюнками, сюжетними творами) правильних і неправильних дій людей, які відпочивають на воді або льоду
- ☐ Захищаємось від епідемії грипу, кишкових захворювань
- ☐ Тренування уваги і пам'яті

26. Із запропонованих практичних робіт з вивчення СЗОГ в початковій школі оберіть ту, що проводиться при вивченні змістової лінії «Здоров'я»:

- ☐ Виражаємо свої емоції та почуття
- ☐ Вправлення в переході перехрестя, майдану
- ☐ Вивчення маркування харчових продуктів

☐ Складання порад щодо безпечного переходу дороги зі слизькою поверхнею

27. Про який метод активізації навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів на уроках з вивчення СЗОГ в початковій школі ідеться – «це метод, при якому всі учасники можуть вільно, без критики і оцінювання з боку вчителя та інших учнів висловлювати будь-які свої думки, навіть абсурдні та фантастичні, щодо поставленого питання або проблеми»?

- ☐ мозковий штурм
- ☐ аналіз історій і ситуацій
- ☐ робота у мікрогрупах
- ☐ рольова гра

28. У чому полягає перевага методу «мозковий штурм» над іншими інтерактивними методами?

- ☐ розкриває зміст того чи іншого поняття
- ☐ допомагає залучити до роботи тих, хто зазвичай є пасивним і соромиться брати участь у дискусіях
- ☐ формує позитивну мотивацію на здоровий спосіб життя
- ☐ полегшує процес відвертого і доброзичливого спілкування учасників навчання

29. Що із наведеного характеризує метод «рольова гра»?

- ☐ усі відповіді є правильними
- ☐ рольова гра імітує реальність шляхом «проживання ситуації у ролі», яка дісталася, та надає можливість діяти «як насправді»
- ☐ учасник може поводитися і розігрувати свою роль, моделюючи свою реальну поведінку, якщо це ситуації, в яких він уже побував
- ☐ рольова гра – це чудова можливість для практичного відпрацювання навичок у ситуаціях, близьких до реальних

30. Яку тренінгову вправу описано: «Кожен обирає собі тварину і протягом хвилини імітує її голос (гавкає, шипить, рохкає, свистить) і рухи (стрибає, бігає, махає крилами). Вправу припиняють за командою вчителя»?

- ☐ вправи на зняття м'язового і емоційного напруження
- ☐ знайомство
- ☐ очікування учасників
- ☐ об'єднання у групи

ПИТАННЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ З ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ»

1. Питання здоров'я і безпеки життєдіяльності в інваріантній і варіативній складовій базового навчального плану закладів загальної середньої освіти.
2. Концептуальні основи формування культури здоров'я школяра.
3. Теоретико-методологічні основи валеологічного виховання школярів у закладах освіти.
4. Зв'язок інтегрованого курсу «Я досліджую світ» з іншими навчальними предметами в початковій школі.
5. Нормативно-правова база, яка окреслює напрями діяльності і заходи щодо формування здорового способу життя і безпечної поведінки у дітей через систему загальної середньої освіти.
6. Поняття про зміст здоров'язберігаючої освіти в початковій ланці.
7. Напрями розвитку здоров'язберігаючої освіти в початковій ланці.
8. Процес навчання в початковій ланці: визначення, сутність. Його вплив на здоров'я молодших школярів.
9. Індивідуальні та соціальні впливи на поведінку учнів початкової школи (чинники ризику і чинники захисту).
10. Вікові особливості учнів початкової школи (1–4 класи).
11. Базові людські потреби, їх вплив на поведінку людини.
12. Структура піраміди потреб Абрахама Маслоу. Вплив особистої системи цінностей на здоров'я і добробут людини.

13. Місце навчальної діяльності в природних біологічних ритмах учня.
14. Формування здоров'язберезувальної компетентності учнів як актуальна педагогічна проблема.
15. Предмет, мета і завдання дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі».
16. Методи навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі, їх використання в практиці роботи вчителя початкових класів.
17. Засоби навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі.
18. Сучасні педагогічні технології у навчанні здорового способу життя молодших школярів.
19. Змістові лінії програми навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі.
20. Особливості структури та аналіз навчального заняття з інтегрованого курсу «Я досліджую світ».
21. Інноваційні методи навчання здоров'ю.
22. Навчання здорового способу життя на засадах розвитку життєвих навичок.
23. Тренінг, як форма організації уроку з навчання соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі.
24. Структура і зміст тренінгу.
25. Організація і ресурсне забезпечення тренінгу.
26. Інтерактивні методи та особливості їх використання в освітньому процесі з вивчення соціальної і здоров'язберезувальної освітньої галузі в початковій школі.
27. Методика організації роботи в малих групах.
28. Методика проведення мозкового штурму.
29. Методика проведення рольових ігор.

30. Використання методу аналізу проблемної ситуації.
31. Проблемні ситуації при роботі з групою та шляхи їх вирішення.
32. Особливості оцінювання знань на уроках «Я досліджую світ».
33. Роль шкільної психологічної служби в організації превентивної роботи.
34. Обов'язки соціального педагога і медичного працівника.
35. Батьківська спільнота як організаційний та інтелектуальний ресурс закладу освіти у сфері навчання здоров'ю.
36. Метод «рівний – рівному», його переваги та недоліки.
37. Принципи оцінювання навчальних результатів у навчанні соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
38. Гра як метод навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
39. Особливості оцінювання знань на уроках із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
40. Методика навчання профілактики стресів у молодших школярів.
41. Розвиток навичок самоорганізації і планування часу на уроках із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
42. Формування навичок здорового способу життя за рахунок варіативної складової навчального плану.
43. Організація позакласної та позашкільної роботи щодо проблем здоров'язбереження.
44. Форми позакласної роботи здоров'язбережувальної освіти молодших школярів.
45. Здоров'язбережувальні народні традиції: їх визначення, сутність.
46. Напрями методичної роботи вчителя щодо впровадження програми здоров'язбереження в початковій школі.
47. Актуальні завдання навчальних дисциплін, спрямованих на формування здорового способу життя дітей і молоді в Україні.
48. Життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю.

49. Життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю.
50. Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю.
51. Методи активізації навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів на уроках «Я досліджую світ» («мозковий штурм», рольова гра, аналіз конкретної історії або ситуації, робота в малих групах).
52. Тренінг як форма організації навчання «Я досліджую світ». Зміст і методика проведення тренінгових вправ.
53. Сутність тематичної перевірки навчальних досягнень учнів початкової школи з інтегрованого курсу «Я досліджую світ».
54. Використання українських народних традицій збереження і зміцнення здоров'я в освітньому процесі початкової школи.
55. Перевірка і оцінювання знань, умінь та навичок учнів із соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
56. Методи педагогічного дослідження, їх використання в практиці роботи вчителя початкових класів.
57. Особливості організації освітнього процесу з соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
58. Особливості календарно-тематичного планування освітнього процесу з соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
59. Позакласна робота з соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі.
60. Міжпредметні зв'язки та їх значення для формування в молодших школярів здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття навичок збереження, зміцнення здоров'я та дбайливого ставлення до нього.
61. Здоров'язбережувальні технології в освітньому процесі початкової школи.
62. Формування ключових компетентностей молодших школярів. Здоров'язбережувальна компетентність як ключова.

63. Гурткова робота як засіб формування здоров'язбережувальної компетентності.

64. Сучасні підходи викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика навчання соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі в початковій школі».

ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

Основна:

1. Андрусенко І. В., Котелянець Н. В., Агєєва О. В. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Київ: Грамота, 2018. 96 с.

2. Андрусенко І. В., Котелянець Н. В., Агєєва О. В. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 2 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Київ : Грамота, 2019. 96 с.

1. Андрусенко І. Я досліджую світ : підруч. для 3 кл. закл. загальн. середн. освіти (у 2-х частинах) : Частина 1. Київ : Грамота, 2020. 128 с.

2. Антонова О.Є., Поліщук Н.М. Підготовка вчителя до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. 248 с.

3. Бібік Н. М., Бондарчук Г. П. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Харків : Вид-во «Ранок», 2018. 80 с.

4. Бібік Н. М., Бондарчук Г. П. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 2. Харків : Вид-во «Ранок», 2018. 80 с.

5. Бібік Н. М., Бондарчук Г. П. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 2 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Харків : Вид-во «Ранок», 2019. 80 с.

6. Бібік Н. М., Бондарчук Г. П. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 2 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 2. Харків : Вид-во «Ранок», 2019. 80 с.

7. Бібік Н.М., Бондарчук Г.П. Я досліджую світ : підруч. для 3 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Харків : Вид-во «Ранок», 2020. 136 с.

8. Вашуленко М. С., Бевз В. Г., Єресько Т. П., Трофімова О. Г. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Київ : Видавничий дім «Освіта», 2018. 112 с.

9. Вашуленко М. С., Бевз В. Г., Єресько Т. П., Трофімова О. Г. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 2. Київ : Видавничий дім «Освіта», 2018. 112 с.

10. Ващенко О.М. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів. Перший цикл навчання: 1-2 класи: Навч.-метод. посіб. / Уклад. О.М. Ващенко, Л.В. Романенко, К.А. Романенко; за заг. ред. О.М. Докукіної. К.: Літера, 2017. 128 с.

11. Ващенко О.М. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів. Другий цикл навчання: 3-4 класи: Навч.-метод. посіб. / Уклад. О.М. Ващенко, Л.В. Романенко, К.А. Романенко; за заг. ред. О.М. Докукіної. К.: Літера, 2017. 80 с.

12. Волощенко О. В., Козак О. П., Остапенко Г. С. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Київ : Світич, 2018. 128 с.

13. Волощенко О. В., Козак О. П., Остапенко Г. С. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 2. Київ : Світич, 2018. 128 с.

14. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С., Хомич О. Л., Гарбузюк І. В., Андрук Н. В., Василенко К. С. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.): Ч. 1. Київ : Вид-во «Алатон», 2018. 128 с.

15. Гільберг Т., Тарнавська С., Грубіян Л., Павич Н. Я досліджую світ : підруч. для 3 кл. закл. заг. сер. освіти (у 2-х част.): ч. 1. К.: Генеза, 2020. 160 с.

16. Гільберг Т., Тарнавська С., Грубіян Л., Павич Н. Я досліджую світ : підруч. для 3 кл. закл. заг. сер. освіти (у 2-х част.): ч. 2. К.: Генеза, 2020. 160 с.

17. Грицай Н. Б. Методика навчання основ здоров'я (у початковій школі) : Курс лекцій. Рівне: Рівненський державний гуманітарний університет, 2017. 35 с.

18. Іщенко О., Ващенко О., Романенко Л., Козак Л., Кліщ О. Я досліджую світ : підруч. для 3 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х частинах) : Ч. 1. Київ : Літера ЛТД, 2020. 112 с.

19. Іщенко О., Ващенко О., Романенко Л., Козак Л., Кліщ О. Я досліджую світ : підруч. для 3 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х частинах) : Ч. 2. Київ : Літера ЛТД, 2020. 112 с.

20. Здоров'язбережувальна педагогіка: сучасні тенденції та перспективи : рекомендаційний бібліографічний список літератури [Електронний ресурс] / уклад. С. О. Кочерга.

URL:<https://drive.google.com/file/d/0B1Ugk1fhA47HTV9QOEYxS2tSSEE/view>

21. Крамаренко А.М., Крамаренко Д.М., Проха І.С., Шмалько О.М. Здоров'язбережувальні технології в освітньому процесі початкової школи. Сучасні здоров'язбережувальні технології: колект. монографія/за заг. ред. проф. Ю.Д. Бойчука. Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2018. С. 440-446.

22. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді // Наказ МОН України від 21.07.2004 № 605.

23. Корнієнко М.М., Крамаровська С.М., Зарецька, І.Т. Я досліджую світ: підруч. інтегр. курсу для 2 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 2. Київ : 2019.

URL:https://drive.google.com/file/d/1HC6O7JmG392_KO7J35snXNik_LF2hY/view (дата звернення 10.10.2020).

24. Коршунова, О. В., Гущина, Н. І. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 1. Київ : Видавничий дім «Освіта», 2018. 112 с.
25. Коршунова, О. В., Гущина, Н. І. Я досліджую світ : підруч. інтегр. курсу для 1 кл. закл. загал. серед. освіти (у 2-х ч.) : Ч. 2. Київ : Видавничий дім «Освіта», 2018. 112 с.
26. Ломаковська Г., Єресько Т., Проценко Г. Я досліджую світ : підруч. для 3 класу закладів загальної середньої освіти (у 2-х частинах). Ч. 1. Київ: Видавничий дім «Освіта», 2020. 160 с.
27. Ломаковська Г., Єресько Т., Проценко Г. Я досліджую світ : підруч. для 3 класу закладів загальної середньої освіти (у 2-х частинах). Ч. 2. Київ: Видавничий дім «Освіта», 2020. 160 с.
28. Нова українська школа: порадник для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібік. Київ : Літера ЛТД, 2018. 160 с.
29. Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року. URL: http://osvita.ua/legislation/Ser_osv/54258/ (дата звернення: 21.04.2020).
30. Сливка Л. Здоров'язбережувальна педагогіка: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г.М., 2016. 200 с.
31. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука. Харків : Оригінал, 2018. 724 с.
32. National Health Education Standards: achieving excellence [Electronic resource]. URL: https://sparkpe.org/wp-content/uploads/NHES_CD.pdf

Допоміжна:

1. Безклиньська О., Миронова Т. Музикотерапія під час роботи з дітьми з особливими потребами. Позашкілля. 2014. № 12. С. 61-64.
2. Балбенко С. Основи здоров'я та фізичної культури : метод. посіб. для вчителів / С. Балбенко. Х. : Скорпіон, 2004. 96 с. (Предметний тиждень).

3. Крамаренко А.М., Степанюк К.І. Методика навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» в початковій школі: електр. навч. посіб. [для студ. вищ. пед. навч. закладів спеціальності 013 «Початкова освіта»]. Бердянськ, 2018. 196 с.
4. Костіков В.О. Переваги арт-терапії як засобу адаптації дітей молодшого шкільного віку до умов навчально-виховного процесу. Молодий вчений. 2015. № 5 (20). С. 104-107.
5. Педагогіка здоров'я : збірник наукових праць VI Всеукраїнської науково-практичної конференції / за заг. ред. акад. І. Ф. Прокопенка. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2016. 732 с.
6. Сінельнікова Т.В., Ворнік Н.О. Діагностика та корекція агресивності молодших школярів методом казкотерапії. Наука і освіта. 2016. № 2-3. С. 10-15.
7. Сливка Л. Екологія дитинства: навчально-методичний посібник. Ів.-Фр.: НАІР, 2014. 164 с.
8. Сливка Л. Методика викладання основ здоров'я в початкових класах: [навч.-метод. посіб.]. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с.
9. Сливка Л. Оздоровчі технології і техніки терапевтичного спрямування. Ів.- Фр., 2013. 94 с.
10. Сливка Л. Теоретико-методичні аспекти викладання валеології та основ безпеки життєдіяльності в початковій школі: [навч.-метод. посіб.] / Лариса Сливка. Івано-Франківськ: НАІР, 2012. 204 с.
11. Теорія і практика арт-терапії: навчально-методичний комплекс / укл. І.В. Бабій. Умань, 2014. 75с.
12. Типові освітні програми для закладів загальної середньої освіти: 1- 2 класи. К.: «Освіта-Центр», 2018. – 240 с.
13. Федій О.А. Естетотерапія: навчальний посібник. К.: ЦУЛ, 2012. 304 с.

Інформаційні ресурси:

1. Державний стандарт початкової освіти (постанова Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87). URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/derzhavnistandarti>
2. Нова українська школа. Веб-ресурс НУШ. URL : <http://nus.org.ua/>
3. Електронна бібліотека підручників: <http://studentam.kiev.ua/>
4. Електронні бібліотеки: <http://dir.meta.ua/ua/science-education/e-libraries/>
5. Методичні розробки, навчальні програми, олімпіади <http://edu.ukrsat.com>
6. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського: <http://nbuv.gov.ua>
7. Освітній портал – каталог освітніх ресурсів, новини освіти, вищі навчальні заклади України <http://osvita.org.ua>
8. Портал, присвячений проблемам впровадження нових технологій в галузі початкової, середньої освіти України (Інформатика, підручники, матеріали, застосування комп'ютерів на уроках математики, іноземної мови, деяка інформація з Міністерства освіти та науки України, олімпіади, періодика) <http://school.kiev.ua/>
9. Студія онлайн-освіти <https://www.ed-era.com/>
10. <http://mon.gov.ua/activity/education/reforma-osviti/naukovometodichna-rada-ministerstva/proekti-standartiv-vishhoyiosviti.html>
Державний стандарт вищої освіти. Освітньо-кваліфікаційна характеристика «Бакалавр» за спеціальністю 013 «Початкова освіта».
11. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> Закон України «Про освіту».
12. <https://www.knowledge.org.ua> Інформаційна онлайн-платформа для фахівців, батьків та молоді «Центр Знань».
13. https://www.unicef.org/ukraine/ukr/5.5_MARA_booklet2009_KDM.pdf Інформація щодо клінік, дружніх до молоді (спеціалізовані підрозділи, які надають медичні послуги молоді).

14. <http://teenergizer.org/articles/> Сайт об'єднання підлітків та молоді «Teenergizer» пункти тестування на ВІЛ (анонімно, швидко, безкоштовно).
15. <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/category/1> Можливості для молоді; сторінка у Фейсбук <https://www.facebook.com/youthdepukraine/>
16. <http://www.sportify.org.ua/> Найбільша інтерактивна карта спорту.
17. <https://www.aph.org.ua> Сайт для фахівців щодо ВІЛ-інфекції та інших небезпечних захворювань МБФ «Альянс громадського здоров'я».
18. <http://phc.org.ua> Сайт для фахівців щодо здоров'я; сторінка у Фейсбук <https://www.facebook.com/phc.org.ua/>
19. <http://stopsmoking.org.ua/> Позбавлення тютюнової залежності: професійний ресурс, присвячений питанням відмови від куріння тютюнових виробів.
20. <http://www.antiaids.org/projects/infocampaign.html> Соціальна реклама: сайт Фонду Олени Пінчук «АнтиСНІД».
21. <http://phc.org.ua/pages/diseases>; Статистика захворюваності: сайт Центру громадського здоров'я МОЗ України.
22. <http://mon.gov.ua/> - сайт Міністерства освіти і науки України.
23. <http://osvita.ua> - освіта в Україні та за кордоном (новини освіти, конкурси, олімпіади, корисні посилання, початкова освіта, середня освіта, вища освіта).
24. <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/pochatkova-shkola.html> - навчальні програми для початкової школи.

ДОДАТКИ

Додаток 1

ЗАТВЕРДЖЕНО

постановою Кабінету Міністрів України

від 21 лютого 2018 р. № 87

ДЕРЖАВНИЙ СТАНДАРТ

початкової освіти

1. Цей Державний стандарт визначає вимоги до обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти (додаток 1), загальний обсяг їх навчального навантаження у базовому навчальному плані початкової освіти (додаток 2) та форму державної атестації.

2. У цьому Державному стандарті терміни вживаються у такому значенні:

1) здобувач освіти – здобувач освіти на першому рівні повної загальної середньої освіти;

2) початкова освіта – перший рівень повної загальної середньої освіти, який відповідає першому рівню Національної рамки кваліфікацій.

Інші терміни вживаються у значенні, наведеному у Законах України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», інших нормативно-правових актах.

3. Цей Державний стандарт є основою для розроблення закладами загальної середньої освіти освітніх програм. Освітні програми, що розробляються на основі типових освітніх програм, не потребують окремого затвердження Державною службою якості освіти.

4. Метою початкової освіти є всебічний розвиток дитини, її талантів, здібностей, компетентностей та наскрізних умінь відповідно до вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей і потреб, формування цінностей, розвиток самостійності, творчості та допитливості.

5. Початкова освіта має такі цикли, як 1–2 і 3–4 класи, що враховують вікові особливості розвитку та потреби дітей і дають можливість забезпечити подолання розбіжностей у досягненнях, зумовлених готовністю до здобуття освіти.

6. Вимоги до обов'язкових результатів навчання визначаються з урахуванням компетентнісного підходу до навчання, в основу якого покладено ключові компетентності.

7. До ключових компетентностей належать:

1) вільне володіння державною мовою, що передбачає уміння усно і письмово висловлювати свої думки, почуття, чітко та аргументовано пояснювати факти, а також любов до читання, відчуття краси слова, усвідомлення ролі мови для ефективного спілкування та культурного самовираження, готовність вживати українську мову як рідну в різних життєвих ситуаціях;

2) здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами, що передбачає активне використання рідної мови в різних комунікативних ситуаціях, зокрема в побуті, освітньому процесі, культурному житті громади, можливість розуміти прості висловлювання іноземною мовою, спілкуватися нею у відповідних ситуаціях, оволодіння навичками міжкультурного спілкування;

3) математична компетентність, що передбачає виявлення простих математичних залежностей в навколишньому світі, моделювання процесів та ситуацій із застосуванням математичних відношень та вимірювань, усвідомлення ролі математичних знань та вмінь в особистому і суспільному житті людини;

4) компетентності у галузі природничих наук, техніки і технологій, що передбачають формування допитливості, прагнення шукати і пропонувати нові ідеї, самостійно чи в групі спостерігати та досліджувати, формулювати припущення і робити висновки на основі проведених дослідів, пізнавати себе і навколишній світ шляхом спостереження та дослідження;

5) інноваційність, що передбачає відкритість до нових ідей, ініціювання змін у близькому середовищі (клас, школа, громада тощо), формування знань, умінь, ставлень, що є основою компетентнісного підходу, забезпечують подальшу здатність успішно навчатися, провадити професійну діяльність, відчувати себе частиною спільноти і брати участь у справах громади;

6) екологічна компетентність, що передбачає усвідомлення основи екологічного природокористування, дотримання правил природоохоронної поведінки, ощадного використання природних ресурсів, розуміючи важливість збереження природи для сталого розвитку суспільства;

7) інформаційно-комунікаційна компетентність, що передбачає опанування основою цифрової грамотності для розвитку і спілкування, здатність безпечного та етичного використання засобів інформаційно-комунікаційної компетентності у навчанні та інших життєвих ситуаціях;

8) навчання впродовж життя, що передбачає опанування вміннями і навичками, необхідними для подальшого навчання, організацію власного навчального середовища, отримання нової інформації з метою застосування її для оцінювання навчальних потреб, визначення власних навчальних цілей та способів їх досягнення, навчання працювати самостійно і в групі;

9) громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, усвідомленням рівних прав і можливостей, що передбачають співпрацю з іншими особами для досягнення спільної мети, активність в житті класу і школи, повагу до прав інших осіб, вміння діяти в конфліктних ситуаціях, пов'язаних з різними проявами дискримінації, цінувати культурне розмаїття різних народів та ідентифікацію себе як громадянина України, дбайливе ставлення до власного здоров'я і збереження здоров'я інших людей, дотримання здорового способу життя;

10) культурна компетентність, що передбачає залучення до різних видів мистецької творчості (образотворче, музичне та інші види мистецтв)

шляхом розкриття і розвитку природних здібностей, творчого вираження особистості;

11) підприємливість та фінансова грамотність, що передбачають ініціативність, готовність брати відповідальність за власні рішення, вміння організовувати свою діяльність для досягнення цілей, усвідомлення етичних цінностей ефективної співпраці, готовність до втілення в життя ініційованих ідей, прийняття власних рішень.

8. Основою формування ключових компетентностей є досвід здобувачів освіти, їх потреби, які мотивують до навчання, знання та вміння, які формуються в різному освітньому середовищі (школі, родині), різноманітних соціальних ситуаціях і зумовлюють формування ставлення до них.

9. Спільними для всіх ключових компетентностей є такі вміння, як читання з розумінням, уміння висловлювати власну думку усно і письмово, критичне та системне мислення, творчість, ініціативність, здатність логічно обґрунтовувати позицію, вміння конструктивно керувати емоціями, оцінювати ризики, приймати рішення, розв'язувати проблеми, співпрацювати з іншими особами.

10. Вимоги до обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти визначено за такими освітніми галузями: мовно-літературна (українська мова та література, мови та літератури відповідних корінних народів і національних меншин, іншомовна освіта); математична; природнича; технологічна; інформатична; соціальна і здоров'язбережувальна; громадянська та історична; мистецька; фізкультурна.

11. Компетентнісний потенціал кожної освітньої галузі забезпечує формування всіх ключових компетентностей.

Для кожної освітньої галузі визначено мету та загальні результати навчання здобувачів освіти в цілому. За ними впорядковано обов'язкові результати навчання здобувачів освіти, які є основою для їх подальшого навчання на наступних рівнях загальної середньої освіти.

ПРО ВНЕСЕННЯ ЗМІН ДО ДЕРЖАВНОГО СТАНДАРТУ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ

Кабінет Міністрів України **постановляє:**

Внести зміни до [Державного стандарту початкової освіти](#), затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87 (Офіційний вісник України, 2018 р., № 19, ст. 637), виклавши його в редакції, що додається.

ЗАТВЕРДЖЕНО
постановою Кабінету Міністрів України
21 лютого 2018 р. № 87
(у редакції постанови Кабінету Міністрів України
від 24 липня 2019 р. № 688)

ДЕРЖАВНИЙ СТАНДАРТ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ

1. Цей Державний стандарт початкової освіти (далі - Державний стандарт) визначає вимоги до обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти (додатки 1-11), загальний обсяг їх навчального навантаження у базовому навчальному плані початкової освіти (додаток 12).

2. У цьому Державному стандарті терміни вживаються у такому значенні:

1) загальні результати навчання - сукупність знань, умінь, навичок, способів мислення, поглядів, цінностей, інших особистісних якостей здобувачів початкової освіти, що відповідають загальним цілям освітньої(-їх) галузі(-ей);

2) здобувач освіти - здобувач освіти на першому рівні повної загальної середньої освіти;

3) змістова лінія - тематична єдність, яка окреслює внутрішню структуру та систематизує конкретні очікувані результати кожної освітньої галузі;

4) обов'язкові результати навчання - сукупність знань, умінь, навичок, способів мислення, поглядів, цінностей, інших особистісних якостей здобувачів початкової освіти, які відповідають загальним результатам навчання та які можна ідентифікувати, кількісно оцінити та виміряти, свідчать про рівень розвитку кожного вміння на завершення циклу (5-6 класи і 7-9 класи);

5) освітня галузь - складник змісту освіти, що відображає певну сферу вивчення або об'єднує споріднені сфери;

6) початкова освіта - перший рівень повної загальної середньої освіти, який відповідає першому рівню [Національної рамки кваліфікацій](#).

Інші терміни вживаються у значенні, наведеному в Законах України "[Про освіту](#)", "[Про загальну середню освіту](#)", інших нормативно-правових актах.

3. Цей Державний стандарт є основою для розроблення типових та інших освітніх програм. Освітні програми, що розробляються на основі типових освітніх програм, не потребують окремого затвердження Державною службою якості освіти.

На основі освітніх програм розроблюються навчальні програми, які містять зміст предмета або курсу відповідно до конкретних очікуваних результатів, визначених цим Державним стандартом, викладений у логічній послідовності; підходи до інтегрування предмета або курсу за темами, проблемами, проектами, блоками тощо; навчальну діяльність та умови її виконання; відповідні навчальні ресурси; засоби оцінювання навчальних досягнень учнів.

4. Метою початкової освіти є всебічний розвиток дитини, її талантів, здібностей, компетентностей та наскрізних умінь відповідно до вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей і потреб, формування цінностей, розвиток самостійності, творчості та допитливості.

Реалізація мети початкової освіти ґрунтується на таких ціннісних орієнтирах, як:

- визнання унікальності та обдарованості кожної дитини, що забезпечується рівним доступом до освіти, заборобою будь-яких форм дискримінації або відокремлення дітей на основі попереднього відбору;

- цінність дитинства, що оберігається шляхом встановлення освітніх вимог, які відповідають віковим особливостям дитини, визнання прав дитини на навчання через діяльність, зокрема гру, обмеження обсягу домашніх завдань для збільшення часу на рухову активність і творчість дитини;

- радість пізнання, що обумовлюється використанням в освітньому процесі дослідницької та проектної діяльності;

- розвиток вільної особистості шляхом підтримки самостійності, незалежного мислення, оптимізму та впевненості в собі;

- міцного здоров'я та добробуту, яких можливо досягти шляхом формування здорового способу життя і створення умов для гармонійного фізичного та психоемоційного розвитку;

- забезпечення безпеки у результаті створення атмосфери довіри і взаємоповаги, перетворення школи на безпечне місце, де запобігають насильству і цькуванню, надають необхідну підтримку;

- утвердження людської гідності шляхом виховання чесності, відваги, наполегливості, доброти, здатності до співчуття і співпереживання, справедливості, поваги до прав людини (зокрема, права на життя, здоров'я, власність, свободу слова тощо);

- плекання любові до рідного краю та української культури, шанобливе ставлення до Української держави;

- формування активної громадянської позиції, відповідальності за своє життя, розвиток громади та суспільства, збереження навколишнього світу.

5. Початкова освіта має такі цикли, як 1-2 і 3-4 класи, що враховують вікові особливості розвитку та потреби дітей і дають можливість забезпечити подолання розбіжностей у досягненнях, обумовлених готовністю до здобуття освіти.

Державний стандарт передбачає організацію освітнього процесу із застосуванням діяльнісного підходу на інтегрованій основі та з переважанням ігрових методів у першому циклі (1-2 класи) та на інтегровано-предметній основі у другому циклі (3-4 класи).

6. Вимоги до обов'язкових результатів навчання визначаються з урахуванням компетентнісного підходу.

7. До ключових компетентностей належать:

1) вільне володіння державною мовою, що передбачає уміння усно і письмово висловлювати свої думки, почуття, чітко та аргументовано пояснювати факти, а також любов до читання, відчуття краси слова, усвідомлення ролі мови для ефективного спілкування та культурного самовираження, готовність вживати українську мову як рідну в різних життєвих ситуаціях;

2) здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами, що передбачає активне використання рідної мови в різних комунікативних ситуаціях, зокрема в побуті, освітньому процесі, культурному житті громади, можливість розуміти прості висловлювання іноземною мовою, спілкуватися нею у відповідних ситуаціях, оволодіння навичками міжкультурного спілкування;

3) математична компетентність, що передбачає виявлення простих математичних залежностей в навколишньому світі, моделювання процесів та ситуацій із застосуванням математичних відношень та вимірювань, усвідомлення ролі математичних знань та вмінь в особистому і суспільному житті людини;

4) компетентності у галузі природничих наук, техніки і технологій, що передбачають формування допитливості, прагнення шукати і пропонувати нові ідеї, самостійно чи в групі спостерігати та досліджувати, формулювати припущення і робити висновки на основі проведених дослідів, пізнавати себе і навколишній світ шляхом спостереження та дослідження;

5) інноваційність, що передбачає відкритість до нових ідей, ініціювання змін у близькому середовищі (клас, школа, громада тощо), формування знань, умінь, ставлень, що є основою компетентнісного підходу, забезпечують подальшу здатність успішно навчатися, провадити професійну діяльність, відчувати себе частиною спільноти і брати участь у справах громади;

6) екологічна компетентність, що передбачає усвідомлення основи екологічного природокористування, дотримання правил природоохоронної поведінки, ощадного використання природних ресурсів з розумінням важливості збереження природи для сталого розвитку суспільства;

7) інформаційно-комунікаційна компетентність, що передбачає опанування основою цифрової грамотності для розвитку і спілкування, здатність безпечного та етичного використання засобів інформаційно-комунікаційної компетентності у навчанні та інших життєвих ситуаціях;

8) навчання протягом життя, що передбачає опанування уміннями і навичками, необхідними для подальшого навчання, організацію власного навчального середовища, отримання нової інформації з метою застосування її для оцінювання навчальних потреб, визначення власних навчальних цілей та способів їх досягнення, навчання працювати самостійно і в групі;

9) громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, усвідомленням рівних прав і можливостей, що передбачають:

- спроможність діяти як відповідальний громадянин та брати повноцінну участь у громадському та суспільному житті, зокрема школи та класу, спираючись на розуміння соціальних, економічних і політичних понять та сталого розвитку, критичне оцінювання основних подій національної, європейської та світової історії, а також повагу до прав людини та верховенства права, цінування культурного розмаїття різних народів та ідентифікацію себе як громадянина України;

- виявлення поваги до інших та толерантності, вміння конструктивно співпрацювати, співчувати та діяти в конфліктних ситуаціях, зокрема пов'язаних з різними проявами дискримінації. Дбайливе ставлення до особистого, соціального і фізичного добробуту та здоров'я, дотримання здорового способу життя; розуміння правил поведінки і спілкування, що є загальноприйнятими в різних спільнотах і середовищах, спроможність діяти в умовах невизначеності та багатозадачності;

10) культурна компетентність, що передбачає залучення до різних видів мистецької творчості (образотворче, музичне та інші види мистецтв) шляхом розкриття і розвитку природних здібностей, творчого вираження особистості;

11) підприємливість та фінансова грамотність, що передбачають ініціативність, готовність брати відповідальність за власні рішення, вміння організовувати свою діяльність для досягнення цілей, усвідомлення етичних цінностей ефективної співпраці, готовність до втілення в життя ініційованих ідей, прийняття власних рішень.

8. Основою формування ключових компетентностей є досвід здобувачів освіти, їх потреби, які мотивують до навчання, знання та вміння, які формуються в різному освітньому середовищі (школі, родині), різноманітних соціальних ситуаціях та обумовлюють формування ставлення до них.

9. Спільними для всіх ключових компетентностей є такі вміння, як читання з розумінням, уміння висловлювати власну думку усно і письмово, критичне та системне мислення, творчість, ініціативність, здатність логічно обґрунтовувати позицію, вміння конструктивно керувати емоціями, оцінювати ризики, приймати рішення, розв'язувати проблеми, співпрацювати з іншими особами.

10. Вимоги до обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти визначено за такими освітніми галузями:

мовно-літературна (українська мова, мови відповідних корінних народів і національних меншин; літератури; українська мова та література для корінних народів і національних меншин; іншомовна освіта);

математична;

природнича;

технологічна;

інформатична;

соціальна і здоров'язбережувальна;

громадянська та історична;

мистецька;

фізкультурна.

11. Компетентнісний потенціал кожної освітньої галузі забезпечує формування всіх ключових компетентностей.

Для кожної освітньої галузі визначено мету та загальні результати навчання здобувачів освіти в цілому. За ними впорядковано обов'язкові результати навчання здобувачів освіти, які є основою для їх подальшого навчання на наступних рівнях загальної середньої освіти.

Обов'язкові результати навчання (додатки 1-11) мають індекси, у яких:

- скорочений буквений запис означає освітню галузь, до якої належить обов'язковий результат навчання;

- цифра на початку індексу означає порядковий номер року навчання (класу);

- перша цифра після буквеного запису до крапки означає порядковий номер загальної цілі, на реалізацію якої спрямований обов'язковий результат;
- цифра після крапки означає порядковий номер загального результату, з яким співвідноситься обов'язковий результат.

17. Метою соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі є формування соціальної компетентності та інших ключових компетентностей, активної громадянської позиції, підприємливості, розвиток самостійності через особисту ідентифікацію, застосування моделі здорової та безпечної поведінки, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб, добробуту та сталого розвитку.

Здобувач освіти:

- дбає про особисте здоров'я і безпеку, реагує на діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту;
- визначає альтернативи, прогнозує наслідки, ухвалює рішення з користю для здоров'я, добробуту, власної безпеки та безпеки інших осіб;
- робить аргументований вибір на користь здорового способу життя, аналізує та оцінює наслідки і ризики;
- виявляє підприємливість та поводить етично для поліпшення здоров'я, безпеки та добробуту.

Обов'язкові результати навчання здобувачів освіти з соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі визначено у додатку 8.

21. Базовий навчальний план початкової освіти визначає загальний обсяг навчального навантаження здобувачів освіти та дає цілісне уявлення про зміст і структуру початкової освіти як першого рівня загальної середньої освіти, встановлює погодинне співвідношення між освітніми галузями за роками навчання, визначає гранично допустиме тижневе навантаження здобувачів освіти та загальну щорічну кількість годин за освітніми галузями.

Для учнів з особливими освітніми потребами (з порушеннями зору, слуху, опорно-рухового апарату, інтелектуального розвитку, тяжкими порушеннями мовлення, затримкою психічного розвитку), які здобувають початкову освіту у спеціальних закладах (класах) загальної середньої освіти, базовий навчальний план визначає кількість годин для проведення корекційно-розвиткової роботи.

22. Базовий навчальний план має такі п'ять варіантів (додаток 12):

- для класів (груп) з українською мовою навчання;
- для класів (груп) з навчанням мовою відповідного корінного народу, національних меншин;
- для класів (груп) з українською мовою навчання представників корінних народів, національних меншин;
- для спеціальних закладів (класів) загальної середньої освіти з українською мовою навчання дітей з особливими освітніми потребами;
- для спеціальних закладів (класів) загальної середньої освіти з навчанням мовою відповідного корінного народу або національної меншини.

23. Заклади загальної середньої освіти з навчанням мовою відповідного корінного народу або національної меншини самостійно здійснюють розподіл навчального навантаження між мовою відповідного корінного народу або національної меншини та іноземною мовою, відображаючи це в навчальному плані. Українська мова як державна в таких закладах загальної середньої освіти вивчається за освітніми програмами, які враховують мовну підготовку здобувачів освіти та спорідненість між рідною і державною мовами.

24. На підставі базового навчального плану може здійснюватися повна або часткова інтеграція різних освітніх галузей, що відображається в типових освітніх програмах, освітній програмі закладу загальної середньої освіти. У процесі інтеграції кількість навчальних годин, передбачених на вивчення кожної освітньої галузі, перерозподіляється таким чином, що їх сумарне значення не зменшується. Зміст природничої, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, технологічної, інформатичної освітніх галузей інтегрується в різній комбінації їх компонентів, утворюючи інтегровані предмети і курси, перелік і назви яких зазначаються в типових освітніх програмах, освітній програмі закладу загальної середньої освіти.

25. Базовий навчальний план має інваріантний і варіативний складники. Інваріантний складник є обов'язковим для всіх закладів загальної середньої освіти незалежно від їх підпорядкування і форми власності. Виключення з інваріантного складника будь-якої з освітніх галузей є неприпустимим, оскільки порушує цілісність початкової освіти і наступність з базовою загальною середньою освітою.

Інваріантний складник базового навчального плану для спеціальних закладів (класів) передбачає проведення корекційно-розвиткової роботи, напрями та змістове наповнення якої визначаються з урахуванням особливостей психофізичного розвитку дітей з особливими освітніми потребами.

Кожна освітня галузь передбачає обов'язкову корекційно-розвиткову роботу.

Варіативний складник базового навчального плану розподіляється закладом загальної середньої освіти самостійно, враховуючи особливості організації освітнього процесу та індивідуальних освітніх потреб здобувачів освіти і відображається в освітній програмі такого закладу.

Наприкінці навчального року (протягом п'яти днів у 1 і 2 класах або десяти днів у 3 і 4 класах) рекомендовано проводити навчально-пізнавальну, пошуково-дослідницьку практику, яка передбачає активну діяльність учнів у школі та поза її межами, реалізацію проектів, екологічних акцій тощо.

26. Варіативність змісту початкової освіти забезпечується також шляхом запровадження резервного часу в освітній програмі закладу загальної середньої освіти, що сприяє, зокрема, задоволенню освітніх потреб здобувачів освіти, вирівнюванню їх досягнень, розвитку наскрізних умінь.

27. Заклади загальної середньої освіти з навчанням мовами відповідних корінних народів та національних меншин для реалізації мовно-літературної освітньої галузі додатково можуть використовувати години варіативного складника базового навчального плану.

28. Вимірювання результатів навчання здобувачів освіти відбувається шляхом:

- формувального оцінювання, яке допомагає відстежувати особистісний розвиток здобувачів освіти і хід опановування ними навчального досвіду як основи компетентності, вибудовувати індивідуальну траєкторію особистості;
- підсумкового оцінювання, під час якого навчальні досягнення здобувачів освіти співвідносяться з обов'язковими результатами навчання, визначеними цим Державним стандартом.

Завдання для державної підсумкової атестації здобувачів освіти розроблюються з урахуванням компетентнісного підходу.

ТИПОВИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПЛАН

Назва освітньої галузі Класи	Кількість годин на рік				
	1 кл.	2 кл.	3 кл.	4 кл.	Разом
<i>Інваріантний складник</i>					
Мовно-літературна	315	350	350	350	1365
Іншомовна					
Математична	140	140	140	140	560
Я досліджую світ (природнича, громадянська й історична, соціальна, здоров'язбережувальна галузі)	105	105	105	105	420
Технологічна	35	70	70	70	245
Інформатична					
Мистецька	70	70	70	70	280
Фізкультурна*	105	105	105	105	420
Усього	770	840	840	840	3290
<i>Варіативний складник</i>					
Додаткові години для вивчення предметів освітніх галузей, проведення індивідуальних консультацій та групових занять	35	35	70	70	210
Загальнорічна кількість навчальних годин	805	875	910	910	3500
Гранично допустиме тижневе/ річне навчальне навантаження учня	20/700	22/770	23/805	23/805	/3080
Сумарна кількість навчальних годин, що фінансуються з бюджету (без урахування поділу на групи)	805	875	910	910	3500

* Години, передбачені для фізичної культури, не враховуються під час визначення гранично допустимого навантаження учнів.

ТИПОВА ОСВІТНЯ ПРОГРАМА ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ

розроблена під керівництвом Шияна Р. Б.

Цикл I (1 – 2 класи)

Типова освітня програма *початкової освіти* (далі типова освітня програма) окреслює рекомендовані підходи до планування й організації закладом початкової освіти єдиного комплексу освітніх компонентів для досягнення учнями *обов'язкових результатів навчання*, визначених Державним стандартом початкової освіти.

Типова освітня програма визначає:

- загальний обсяг навчального навантаження та *очікувані результати навчання* здобувачів освіти, подані в рамках освітніх галузей;
- перелік та пропонований зміст освітніх галузей, укладений за змістовими лініями;
- орієнтовну тривалість і можливі взаємозв'язки освітніх галузей, предметів, дисциплін тощо, зокрема їхньої інтеграції, а також логічної послідовності їхнього вивчення;
- рекомендовані форми організації освітнього процесу та інструменти системи внутрішнього забезпечення якості освіти;
- вимоги до осіб, які можуть розпочати навчання за цією програмою.

Загальний обсяг навчального навантаження та орієнтовна тривалість і можливі взаємозв'язки освітніх галузей, предметів, дисциплін. До типової освітньої програми додано типові навчальні плани, що пропонує підхід до організації освітнього процесу (див. Додатки 1).

Логічна послідовність вивчення предметів розкривається у відповідних навчальних програмах.

Перелік та пропонований зміст освітніх галузей.

Типову освітню програму укладено за такими освітніми галузями: Мовно-літературна, у тому числі: Рідномовна освіта (українська мова та література; мови та літератури корінних народів та національних меншин) (МОВ) Іншомовна освіта (ІНО) Математична (МАО), Природнича (ПРО), Технологічна (ТЕО), Інформатична (ІФО), Соціальна і здоров'язбережувальна (СЗО), Громадянська та історична (ГІО), Мистецька (МІО), Фізкультурна (ФІО).

Очікувані результати навчання здобувачів освіти. Відповідно до мети та загальних цілей, окреслених у Державному стандарті початкової освіти, визначено завдання, які має реалізувати вчитель/ вчителька у рамках кожної галузі. Очікувані результати навчання здобувачів освіти подано за змістовими лініями і співвіднесено за допомогою індексів з обов'язковими результатами навчання першого циклу, визначеними Державним стандартом початкової освіти.

Змістові лінії кожної освітньої галузі в межах І циклу реалізуються паралельно та розкриваються через «Пропонований зміст», який окреслює можливий навчальний матеріал, на підставі якого будуть формуватися очікувані результати навчання та відповідні обов'язкові результати навчання.

Оскільки Типова освітня програма ґрунтується на компетентнісному підході, теми/ тези рубрики «Пропонований зміст» не передбачають запам'ятовування учнями визначень термінів і понять, а активне конструювання знань та формування умінь, уявлень через досвід практичної діяльності.

Рекомендовані форми організації освітнього процесу. Очікувані результати навчання, окреслені в межах кожної галузі, досяжні, якщо використовувати інтерактивні форми і методи навчання – дослідницькі,

інформаційні, мистецькі проекти, сюжетно-рольові ігри, інсценізації, моделювання, ситуаційні вправи, екскурсії, дитяче волонтерство тощо.

Вимоги до осіб, які можуть розпочинати здобуття початкової освіти. Початкова освіта здобувається, як правило, з шести років. Діти, яким на 1 вересня поточного навчального року виповнилося сім років, повинні розпочинати здобуття початкової освіти цього ж навчального року. Діти, яким на 1 вересня поточного навчального року не виповнилося шести років, можуть розпочинати здобуття початкової освіти цього ж навчального року за бажанням батьків або осіб, які їх замінюють, якщо їм виповниться шість років до 1 грудня поточного року. Особи з особливими освітніми потребами можуть розпочинати здобуття початкової освіти з іншого віку.

Заклад початкової освіти формує власну освітню програму на основі типової освітньої програми або безпосередньо на основі Державного стандарту початкової освіти.

Освітня програма закладу початкової освіти має передбачати досягнення здобувачами освіти результатів навчання (компетентностей), визначених Державним стандартом початкової освіти.

Освітня програма закладу початкової освіти, сформована на основі типової освітньої програми, не потребує окремого затвердження центральним органом забезпечення якості освіти. Її схвалює педагогічна рада закладу освіти та затверджує його керівник.

Окрім освітніх компонентів для вільного вибору здобувачів освіти, які є обов'язковими, за рішенням закладу вона може містити інші компоненти, зокрема корекційно-розвитковий складник для осіб з особливими освітніми потребами.

Освітня програма закладу освіти та перелік освітніх компонентів, що передбачені відповідною освітньою програмою, оприлюднюються на веб-сайті закладу освіти (у разі його відсутності – на веб-сайті його засновника).

На основі освітньої програми заклад освіти складає та затверджує навчальний план, що конкретизує організацію освітнього процесу.

Соціальна та здоров'язбережувальна освітня галузь

Пояснювальна записка

Освітню програму цієї галузі створено на основі Державного стандарту початкової освіти.

Метою соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі для загальної середньої освіти є становлення самостійності учня / учениці, його / її соціальної залученості та активності через формування здорового способу життя, розвиток підприємливості, здатності до співпраці в різних середовищах, впевненості в собі та доброчесності для безпеки, добробуту та сталого розвитку.

Відповідно до окресленої мети, головними **завданнями** соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі у початковій школі є:

- формування у школярів стійких переконань щодо цінності життя, здоров'я і безпеки для себе і тих, хто його / її оточує;
- виховання дбайливого та усвідомленого ставлення до власного здоров'я і безпеки;
- розвиток потреби самопізнання та самовдосконалення;
- формування в учнів сталої мотивації до здорового способу життя;
- формування свідомого прагнення дотримуватися безпечної, здорової та етичної поведінки для поліпшення добробуту;
- розвиток уміння ухвалювати рішення в повсякденних ситуаціях з користю для безпеки та здоров'я;
- сприяння індивідуальному розвитку самостійності, підприємливих якостей та поведінки свідомого споживача;
- формування вміння вчитися без шкоди для здоров'я;
- створення сприятливого безпечного та здорового середовища в школі.

Зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі структуровано за трьома **змістовими лініями**: «Безпека», «Здоров'я», «Добробут».

Змістова лінія **«Безпека»** передбачає розвиток умінь безпечної поведінки вдома, школі та у природному й техногенному середовищі, прогнозування наслідків небезпечних дій, визначення впливів на вибір безпечної поведінки, дотримання правил (дорожнього руху, використання побутової техніки і побутової хімії тощо) та відповідального ставлення до особистої безпеки й безпеки інших.

Змістова лінія **«Здоров'я»** спрямована на формування в учнів здоров'язберезувальної компетентності і поведінки через набуття навичок здорового способу життя, розвиток позитивної самооцінки, критичного мислення, умінь ухвалювати зважені рішення, відповідально ставитися до власного здоров'я та здоров'я тих, хто поряд, і протидіяти негативним соціальним чинникам.

Змістова лінія **«Добробут»** забезпечує розвиток етичної поведінки в соціумі, вміння вчитися і формування позитивного ставлення до навчання, усвідомлення важливості здорового способу життя для добробуту, розвиток підприємливості і споживчої культури для оптимального використання ресурсів та забезпечення добробуту, орієнтацію учнів на відповідальне ставлення до безпеки та здоров'я як до найважливіших життєвих цінностей.

Навчальний матеріал змістових ліній реалізується наскрізно в кожній темі через взаємоінтеграцію і взаємодоповнення.

Результати навчання і пропонований зміст 1–2-й класи

Обов'язкові результати навчання	Очікувані результати навчання
1	2
1. Змістова лінія «Безпека»	
Розпізнає та описує небезпеку вдома, у школі та навколишньому світі	Учень / учениця: - <i>розпізнає</i> ситуації небезпеки вдома, на вулиці або у школі та <i>пояснює</i>, що робити в цих ситуаціях [2 СЗО 1-2.1-1]; - <i>пояснює</i> ситуації, у яких побутові прилади, речовини можуть бути небезпечними для людини [2 СЗО 1-2.1-2]; - <i>описує</i> дії, доцільні в разі небезпечної ситуації з вогнем, водою, газом, вибухонебезпечними предметами та речовинами [2 СЗО 1-2.1-3]; - <i>описує</i> дії, доцільні в разі контакту з незнайомою людиною [2 СЗО 1-2.1-4]; - <i>розпізнає</i> предмети, до яких не можна торкатися (забуті сторонніми людьми речі, зброя тощо) [2 СЗО 1-2.1-5]

Пояснює, що кожна дія (рішення) має наслідки	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> можливі наслідки для себе від власної необачної поведінки вдома [2 СЗО 1-2.2-1]; - <i>пояснює</i> можливі небезпеки, з якими може стикатися людина в довкіллі [2 СЗО 1-2.2-2]; - <i>прогнозує</i> наслідки небезпечної поведінки з підозрілими предметами, забутими речами, вибуховими пристроями та зброєю [2 СЗО 1-2.2-3]
Визначає позитивний і негативний вплив на вибір здорової та безпечної поведінки	Учень / учениця: - <i>розрізняє</i> корисні та шкідливі впливи на вибір безпечної поведінки з боку батьків, учителів, друзів, ЗМІ тощо [2 СЗО 1-3.3-1]; - <i>пояснює</i>, як правила та їх дотримання впливають на безпеку в довкіллі, зокрема вдома, у школі [2 СЗО 1-3.3-2]
Вирішує як діяти у повсякденних ситуаціях без загрози для життя і здоров'я	Учень/учениця: - <i>обирає</i> безпечну дорогу, <i>розробляє</i> безпечний <i>маршрут</i> до / зі школи з урахуванням правил дорожнього руху [2 СЗО 1-2.3-1]; - <i>обирає</i> свої дії як учасник дорожнього руху з найменшим ризиком [2 СЗО 1-2.3-2]
Пояснює, від чого залежить безпека вдома, у школі та навколишньому світі	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> правила безпечної поведінки вдома (з побутовими приладами, речовинами тощо) [2 СЗО 1-2.4-1]; - <i>дотримується</i> правил безпечної поведінки в різних ситуаціях [2 СЗО 1-2.4-2]; - <i>розрізняє</i> основні знаки та символи дорожнього руху [2 СЗО 1-2.4-3]; - <i>розрізняє</i> підозрілі предмети (забуті речі, зброя та її елементи тощо) та <i>пояснює</i>, куди і як звернутися з повідомленням про знахідку [2 СЗО 1-2.4-4]
Розрізняє, до кого і як звернутися за допомогою; описує приклади такої діяльності	Учень / учениця: - <i>визначає</i> осіб, які можуть надати допомогу в разі небезпеки [2 СЗО 1-1.3-1]; - <i>описує</i> приклади діяльності служб допомоги в небезпечних ситуаціях та <i>ідентифікує</i> їх телефони [2 СЗО 1-1.3-2]; - <i>демонструє</i>, як попросити допомоги при потребі [2 СЗО 1-1.3-3]; - <i>пояснює</i>, яку просту першу допомогу можна надати [2 СЗО 1-1.3-4]
Розпізнає знаки, символи і попередження щодо ймовірної небезпеки	Учень / учениця: - <i>розрізняє</i> найважливіші попереджувальні знаки та символи, <i>пояснює</i>, що вони означають [2 СЗО 1-4.2-1] - <i>визначає</i> місця, де можна безпечно відпочити [2 СЗО 1-4.2-2]
Демонструє поведінку, яка запобігає або зменшує ризики для життя і здоров'я	Учень / учениця: - <i>розпізнає</i> вияви неповаги та приниження [2 СЗО 1.1-1]; - <i>уникає</i> виявів неповаги та приниження у власній поведінці [2 СЗО 1-1.1-2]; - належно <i>реагує</i> на цькування, тиск та приниження [2 СЗО 1-1.1-3]; - <i>пояснює</i>, що всі люди (зокрема діти) мають право захищати свою гідність і недоторканість свого тіла [2 СЗО 1-1.1-4]; - <i>пояснює</i>, як безпечно і без шкоди для здоров'я поводитися в мережі [2 СЗО 1-1.1-5]
Пропонований зміст	

Безпека і небезпека.

Вплив оточення на вибір безпечної поведінки (батьки, вчителі, друзі тощо).

Джерела допомоги в небезпечних ситуаціях (батьки, сусіди, родичі, служба надзвичайних ситуацій).

Діяльність служб допомоги в небезпечних ситуаціях та їх ідентифікація (поліція, пожежники, швидка допомога тощо).

Можливі загрози з боку людей, правила поведінки.

Безпека в школі.

Шкільні приміщення, їх розміщення та правила безпечної поведінки в них (клас, коридори, їдальня, спортзал, туалет тощо).

Імовірні небезпечні ситуації у школі. Шляхи виходу зі школи.

Безпечна поведінка на шкільному подвір'ї.

Безпека у довкіллі.

Безпечна дорога до/ зі школи.

Правила пішохідного руху.

Безпечна поведінка на екскурсії.

Безпечна поведінка на природі (ліс, водойми, гори тощо).

Безпечні місця для ігор і розваг.

Ознаки підозрілих предметів, забутих речей, вибухових пристроїв та зброї, куди звертатися в ситуаціях, пов'язаних із ними.

Безпека вдома.

Імовірні небезпечні ситуації (з побутовими приладами, побутовою хімією тощо).

Правила безпечної поведінки вдома. Надання першої допомоги при нескладних травмах

2. Змістова лінія «Здоров'я»

1	2
Пояснює, що кожна дія (рішення) має наслідки	Учень / учениця: - описує свої почуття в різних ситуаціях [2 СЗО 2-2.2-4]; - пояснює, чому небезпечно та шкідливо дражнити або залякувати інших [2 СЗО 2-2.2-5]; - описує залежність між фізичною активністю та потребою в їжі та воді [2 СЗО 2-2.2-6]
Відзначає зміни власного організму і приймає їх	Учень / учениця: - описує зміни власних емоцій, почуттів (настрою) [2 СЗО 2-3.2-1]; - визначає, як змінюється людське тіло з віком [2 СЗО 2-3.2-2]; - відзначає зміни у своєму тілі у процесі дорослішання, хвороби, втоми, фізичної активності [2 СЗО 2-3.2-3]; - наводить приклади зародження та розвитку живих істот [2 СЗО 2-3.2-4]
Визначає позитивний і негативний вплив на вибір здорової та безпечної поведінки	Учень / учениця: - пояснює вплив способу життя, здорової поведінки та корисних звичок на здоров'я людини [2 СЗО 2-3.3-3]; - розрізняє позитивні і негативні впливи оточення на вибір здорового способу життя (сім'я, вчителі, лікарі, однолітки, ЗМІ) [2 СЗО 2-3.3-4]; - пояснює важливість руху та активної поведінки для себе та інших [2 СЗО 2-3.3-5]; - пояснює, як запобігти неінфекційним та інфекційним захворюванням (спосіб життя, правила гігієни, щеплення) [2 СЗО 2-3.3-6]; - пояснює, як поводитися поруч із людьми з неінфекційними та інфекційними захворюваннями [2 СЗО 2-3.3-7]; - пояснює роль щеплення для попередження інфекційних захворювань [2 СЗО 2-3.3-8]; - пояснює важливість впливу питної води на організм [2 СЗО 2-3.3-9];

	- <i>описує</i> шкоду від вживання алкоголю, тютюну, наркотиків, можливого хибного вживання інших речовин [2 СЗО 2-3.3-10]; - <i>порівнює</i> вплив різних емоцій та почуттів на себе та інших [2 СЗО 2-3.3-11]
Уважно слухає, запитує про потреби інших осіб та висловлюється так, щоб не образити інших осіб	Учень / учениця: - виражає словесно і несловесно потреби, бажання, почуття [2 СЗО 2-4.4-1]; - відстоює свою позицію, за потреби кажучи «ні» [2 СЗО 2-4.4-2]; - <i>визначає</i> осіб, від яких може отримати інформацію про вживання ліків та користування предметами домашнього вжитку [2 СЗО 2-4.4-3]; - <i>розрізняє</i> родинні зв'язки, дружні, ділові стосунки та подружнє життя [2 СЗО 2-4.4-4]; - <i>пояснює</i>, чому треба ставитися з повагою до інших осіб, їхнього походження [2 СЗО 2-4.4-5]
Демонструє поведінку, яка запобігає або зменшує ризики для життя і здоров'я	Учень / учениця: - <i>дотримується</i> правил щодо догляду за своїм тілом, одягом, особистими речами [2 СЗО 2-1.1-6]; - <i>використовує</i> відповідні назви частин тіла та органів для повідомлення про самопочуття чи проблеми зі здоров'ям (біль, дискомфорт тощо) [2 СЗО 2-1.1-7]; - <i>визначає</i> осіб, до яких може звертатися при поганому самопочутті [2 СЗО 2-1.1-8]
Визначає здорові та шкідливі звички	Учень / учениця: - <i>пояснює</i>, як харчування впливає на здоров'я людини [2 СЗО 2-3.1-1]; - <i>розрізняє</i> продукти за походженням (напр., рослинного, тваринного тощо) [2 СЗО 2-3.1-2]; - <i>пояснює</i>, що таке хибне використання речовин (напр., ліки – не за призначенням або в надмірних кількостях) [2 СЗО 2-3.1-3]; - <i>розпізнає</i> безпечні і небезпечні речовини [2 СЗО 2-3.1-4]; - <i>розрізняє</i> здорові та шкідливі звички, <i>пояснює</i> їхній вплив на безпеку, здоров'я і добробут людини [2 СЗО 2-3.1-5]
Розпізнає, що приносить задоволення та користь	Учень / учениця: - <i>розрізняє</i> корисні і шкідливі продукти харчування [2 СЗО 2-3.4-1]; - <i>пояснює</i> важливість споживання продуктів своєї місцевості [2 СЗО 2-3.4-2]; - <i>наводить приклади</i> українських національних страв та страв інших країн [2 СЗО 2-3.4-3]; - <i>пояснює</i> важливість сну та відпочинку (активного і пасивного) для належного розвитку організму та збереження здоров'я [2 СЗО 2-3.4-4]
Вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях без загрози для життя і здоров'я	Учень / учениця: - <i>описує</i> безпечне й відповідальне вживання їжі, використання ліків, побутових засобів [2 СЗО 2-2.3-3]; - демонструє дії, спрямовані на подолання страху [2 СЗО 2-2.3-4]
Розпізнає знаки, символи і попередження щодо ймовірної небезпеки	Учень / учениця: - <i>добирає</i> продукти харчування, орієнтуючись на позначки на упаковці [2 СЗО 2-4.2-3]; - <i>визначає</i> місця, де можна харчуватися здорово [2 СЗО 2-

	4.2-4]
Визнає важливість помірності у споживанні послуг та продукції	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> , що переїдати – шкідливо [2 СЗО 2-4.5-1]; - <i>пояснює</i> , що важлива помірність під час перегляду телебачення та користування цифровими пристроями, дотримується цих обмежень у побуті [2 СЗО 2-4.5-2]
Протидіє проявам тиску, неповаги та приниження щодо себе та інших осіб, звертаючись за допомогою до дорослих	Учень / учениця: - <i>визначає</i> дії, які його / її ображають [2 СЗО 2-1.2-1]; - <i>підтримує</i> та <i>приймає</i> інших [2 СЗО 2-1.2-2]; - <i>демонструє</i> відсторонення від неприйнятних дотиків з боку інших людей; <i>повідомляє</i> про це дорослих, яким довіряє [2 СЗО 2-1.2-3]
Розпізнає здорову етичну поведінку (сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність, відвагу, відданість) та наслідую її	Учень / учениця: - <i>встановлює</i> дружні стосунки з дітьми своєї та іншої статі [2 СЗО 2-1.4-1]; - <i>пояснює</i> функції та значення батьків для кожної людини [2 СЗО 2-1.4-2]; - <i>пояснює</i> правила моральної поведінки вдома, у школі [2 СЗО 2-1.4-3]
Пояснює важливість навчання у школі для свого життя та добробуту; планує свій день (навчальний та вихідний)	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> , чому навчання допомагає зберегти здоров'я [2 СЗО 2-4.6-1]; - <i>пояснює</i> , як бути прикладом здорової поведінки для інших [2 СЗО 2-4.6-2]
Упорядковує власне навчання відповідно до своїх потреб та рекомендованих умов	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> , чому належні для збереження здоров'я умови сприяють навчанню [2 СЗО 2-4.1-1]; - <i>застосовує</i> різні способи зняття втоми (за допомогою гімнастики, дихальних вправ, музики, прогулянки, зміни виду діяльності тощо) [2 СЗО 2-4.1-2]
Пропонований зміст Здоров'я та його складники. Психічний та емоційний складники здоров'я. Емоції (позитивні і негативні), їх зміни в різних ситуаціях та вплив на організм. Життєрадісність і здоров'я. Фізичний складник здоров'я. Людське тіло і зміни в ньому. Народження і розвиток живої істоти. Індивідуальні особливості її росту й розвитку (прийняття змін). Особиста гігієна. Режим дня. Фізичні вправи і здоров'я (загартовування, постава тощо). Утома і способи її зняття. Активний і пасивний відпочинок. Харчування і здоров'я. Продукти харчування (корисні, некорисні, шкідливі). Здоров'я і хвороби. Самопочуття. Інфекційні та неінфекційні захворювання. Профілактика інфекційних захворювань (гігієна, щеплення, карантин тощо). Хибне використання/ вживання речовин (побутова хімія, ліки тощо). Соціальний та духовний складники здоров'я. Повага до себе та інших людей. Спілкування. Правила спілкування. Уміння товаришувати. Стосунки з дітьми своєї та іншої статі. Тиск, неповага, приниження і протидія їм. Небезпека та шкода для здоров'я від агресивної поведінки.	

Здорова поведінка та корисні звички, їх вплив на збереження здоров'я. Піклування про здоров'я в сім'ї. Народні традиції, родинні свята і здоров'я	
3. Змістова лінія «Добробут»	
1	2
Розпізнає, що приносить задоволення та користь	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> , яка діяльність приносить і радість, і користь [2 СЗО 3-3.4-5]; - <i>розрізняє</i> ознаки добробуту людини [2 СЗО 3-3.4-6]
Пояснює потреби свої та інших осіб; визначає, від кого та від чого залежить задоволення потреб	Учень / учениця: - <i>розрізняє</i> важливі і менш важливі потреби, <i>визначає</i> доступні шляхи їх задоволення [2 СЗО 3-4.3-1]; - <i>складає</i> перелік речей, необхідних для конкретної життєвої ситуації [2 СЗО 3-4.3-2]; - <i>пояснює</i> , чому люди купують товари [2 СЗО 3-4.3-3]
Пояснює, що кожна дія (рішення) має наслідки	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> , що кожен учинок має наслідки, спираючись на власний досвід та на приклади літературних героїв, персонажів мультфільмів тощо [2 СЗО 3-2.2-7]
Вирішує як діяти у повсякденних ситуаціях без загрози для життя і здоров'я	Учень / учениця: - <i>ставить</i> перед собою <i>мету</i> споживати корисні продукти, <i>складає</i> їхній перелік [2 СЗО 3-2.3-5]; - <i>використовує</i> раціонально кишенькові гроші [2 СЗО 3-2.3-6]
Визнає важливість помірності у споживанні послуг та продукції	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> значення грошей та матеріальних цінностей [2 СЗО 3-4.5-3]; - <i>пояснює</i> , що не всі потреби можна задовольнити через обмеженість ресурсів [2 СЗО 3-4.5-4]; - <i>планує</i> витрати кишенькових грошей [2 СЗО 3-4.5-5]
Розпізнає здорову етичну поведінку (сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність, відвагу, відданість) та наслідує її	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> , ознаки здорової етичної поведінки [2 СЗО 3-1.4-4]; - <i>пояснює</i> правила ощадного використання природних ресурсів (наприклад, збирання та утилізації сміття, зокрема харчових відходів, збереження водних ресурсів) [2 СЗО 3-1.4-5]; - <i>дотримується</i> правил етичної поведінки під час спілкування з однолітками та дорослими в різних життєвих ситуаціях [2 СЗО 3-1.4-6]; - <i>пояснює</i> , чому людині потрібна доброчинність [2 СЗО 3-1.4-7]; - <i>пояснює</i> важливість добрих учинків для людини та довкілля [2 СЗО 3-1.4-8]; - <i>пояснює</i> , якою має бути підприємлива людина [2 СЗО 3-1.4-9]; - <i>пояснює</i> , чому важливо поважати чужу власність [2 СЗО 3-1.4-10]
Упорядковує власне навчання відповідно до своїх потреб та рекомендованих умов	Учень / учениця: - <i>пояснює</i> важливість навчання у школі для власного добробуту [2 СЗО 3-4.1-3]; - <i>організовує</i> робоче місце для навчання з урахуванням умов у школі та вдома [2 СЗО 3-4.1-4]; - <i>дотримується</i> оптимального режиму дня [2 СЗО 3-4.1-5]
Уважно слухає, запитує про потреби інших осіб та висловлюється так, щоб не образити інших осіб	Учень / учениця: - <i>об'єднується</i> з іншими дітьми у групу для навчання та гри [2 СЗО 3-4.4-6]; - <i>виконує</i> запропоновану роль у мікрогрупі (команді),

	<i>погоджуюсь із рішенням команди [2 СЗО 3-4.4-7];</i> <i>- пояснює важливість дотримання меж особистого фізичного простору.[2 СЗО 3-4.4-8]</i>
Розрізняє, до кого і як звернутися за допомогою; описує приклади такої діяльності	Учень / учениця: <i>- розрізняє потреби близьких людей та друзів [2 СЗО 3-1.3-5];</i> <i>- звертається за підтримкою до осіб, яким довіряє [2 СЗО 3-1.3-6];</i> <i>- розрізняє ситуації, коли він / вона або інші люди потребують допомоги [2 СЗО 3-1.3-7]</i>
Пояснює важливість навчання у школі для свого життя та добробуту; планує свій день (навчальний та вихідний)	Учень / учениця: <i>- розповідає, як від власного ставлення до навчання залежить його / її успіх і добробут в майбутньому [2 СЗО 3-4.6-3];</i> <i>- визначає послідовність кроків для виконання навчального, ігрового чи дослідного завдання, напр. щодо здорового способу життя свого / родини [2 СЗО 3-4.6-4];</i> <i>- планує свій вихідний день з урахуванням умов та можливостей [2 СЗО 3-4.6-5];</i> <i>- розрізняє різні професії та пояснює важливість навчання для їх опанування [2 СЗО 3-4.6-6]</i>
Виконує різні ролі в групі, пояснює у чому цінність спільної роботи	Учень / учениця: <i>- зголошується до виконання різних ролей у грі, навчанні, спільних проектах [2 СЗО 3-4.7-1];</i> <i>- ініціює спільні справи, ігри, розваги [2 СЗО 3-4.7-2];</i> <i>- описує цінність створеного разом [2 СЗО 3-4.7-3]</i>
Пропонований зміст Культура споживання. Що таке добробут? Потреби людини (помірні і надлишкові). Помірність у споживанні. Гроші, матеріальні цінності, кишенькові гроші. Очікування, потреби та економічні реалії своєї сім'ї. Вибір одягу та корисних для здоров'я продуктів. Знаки, символи, попередження щодо продуктів харчування та промислових продуктів. Вплив реклами на вибір продуктів. Ощадність використання природних ресурсів. Підприємливість. Риси підприємливої людини. Створення цінності. Співпраця у грі, навчальних і життєвих ситуаціях. Планування вихідного дня. Уміння вчитися. Важливість власного навчання у школі. Розпорядок дня школяра. Робоче місце школяра і його впорядкування. Кроки для виконання навчальних, ігрових та дослідницьких завдань. Навчання і відпочинок. Доброчинність. Ознаки етичної поведінки. Ситуації, коли інші люди потребують допомоги. Важливість добрих учинків для людини	

**Типовий навчальний план для 1-2 класів початкової школи
з українською мовою навчання (за редакцією Шияна Р.Б.)**

Навчальні предмети	Кількість годин на тиждень у класах		
	1	2	Разом
Українська мова	5	5	10
Іноземна мова	2	3	5
Математика	3	3	6
Я досліджую світ*	7	8	15
Мистецтво**	2	2	4
Фізична культура ***	3	3	6
Усього	20+3	21+3	41+6
Додаткові години на вивчення предметів інваріантної складової, курсів за вибором, проведення індивідуальних консультацій та групових занять	1	1	2
Гранично допустиме тижневе навчальне навантаження на учня	20	22	42
Сумарна кількість навчальних годин інваріантної і варіативної складових, що фінансується з бюджету (без урахування поділу класів на групи)	23	25	48

*Орієнтовний розподіл годин між освітніми галузями в рамках цього інтегрованого предмета: мовно-літературна – 2; математична – 1; природнича, технологічна, соціальна і здоров'язбережувальна, громадянська та історична – разом 4; інформатика – 1 (у 2 класі)

**Інтегрований предмет або окремі предмети «Образотворче мистецтво» і «Музичне мистецтво»

***Години, передбачені для фізичної культури, не враховуються під час визначення гранично допустимого навчального навантаження учнів, але обов'язково фінансуються.

Соціальна та здоров'язбережувальна освітня галузь

Пояснювальна записка

Освітню програму цієї галузі створено на основі Державного стандарту початкової освіти.

Метою соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі для загальної середньої освіти є становлення самостійності учня / учениці, його /

її соціальної залученості та активності через формування здорового способу життя, розвиток підприємливості, здатності до співпраці в різних середовищах, впевненості в собі та доброчесності для безпеки, добробуту та сталого розвитку.

Відповідно до окресленої мети, головними завданнями соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі у початковій школі є:

- формування у школярів стійких переконань щодо цінності життя, здоров'я і безпеки для себе і тих, хто його / її оточує;
- виховання дбайливого та усвідомленого ставлення до власного здоров'я і безпеки;
- розвиток потреби самопізнання та самовдосконалення;
- формування в учнів сталої мотивації до здорового способу життя;
- формування свідомого прагнення дотримуватися безпечної, здорової та етичної поведінки для поліпшення добробуту;
- розвиток уміння ухвалювати рішення в повсякденних ситуаціях з користю для безпеки та здоров'я;
- сприяння індивідуальному розвитку самостійності, підприємливих якостей та поведінки свідомого споживача;
- формування вміння вчитися без шкоди для здоров'я;
- створення сприятливого безпечного та здорового середовища в школі.

Зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі структуровано за трьома змістовими пініями: «Безпека», «Здоров'я», «Добробут».

Змістова лінія «Безпека» передбачає розвиток умінь безпечної поведінки вдома, школі та у природному й техногенному середовищі, прогнозування наслідків небезпечних дій, визначення впливів на вибір безпечної поведінки, дотримання правил (дорожнього руху, використання побутової техніки і побутової хімії тощо) та відповідального ставлення до особистої безпеки й безпеки інших.

Змістова лінія «Здоров'я» спрямована на формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності і поведінки через набуття навичок здорового способу життя, розвиток позитивної самооцінки, критичного мислення, умінь ухвалювати зважені рішення, відповідально ставитися до власного здоров'я та здоров'я тих, хто поряд, і протидіяти негативним соціальним чинникам.

Змістова лінія «Добробут» забезпечує розвиток етичної поведінки в соціумі, вміння вчитися і формування позитивного ставлення до навчання, усвідомлення важливості здорового способу життя для добробуту, розвиток підприємливості і споживчої культури для оптимального використання ресурсів та забезпечення добробуту, орієнтацію учнів на відповідальне ставлення до безпеки та здоров'я як до найважливіших життєвих цінностей.

Навчальний матеріал змістових ліній реалізується наскрізно в кожній темі через взаємоінтеграцію і взаємодоповнення.

Типовий навчальний план для 3-4 класів початкової школи з навчанням українською мовою (за редакцією Шияна Р.Б.)

Навчальні предмети	Кількість годин на тиждень у класах		
	3	4	Разом
Українська мова	5	5	10
Іноземна мова	3	3	6
Математика	4	4	8
Я досліджую світ*	7	7	14
Інформатика	1	1	2
Мистецтво**	2	2	4
Фізична культура ***	3	3	6
Усього	22+3	22+3	44+6
Додаткові години на вивчення предметів інваріантної складової, курсів за вибором, проведення індивідуальних консультацій та групових занять	1	1	2
Гранично допустиме тижневе навчальне навантаження на учня	23	23	46
Сумарна кількість навчальних годин інваріантної і варіативної складових, що фінансується з бюджету (без урахування поділу класів на групи)	26	26	52

* Орієнтовний розподіл годин між освітніми галузями в рамках інтегрованого предмета: мовно-літературна – 2; математична – 1; природнича, технологічна, соціальна і здоров'язбережувальна, громадянська та історична – разом 4

** Інтегрований предмет або окремі предмети «Образотворче мистецтво» і «Музичне мистецтво»

*** Години, передбачені для фізичної культури, не враховуються під час визначення гранично допустимого навчального навантаження учнів, але обов'язково фінансуються

Соціальна та здоров'язбережувальна освітня галузь

Пояснювальна записка

Освітню програму цієї галузі створено на основі Державного стандарту початкової освіти.

Метою соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі для загальної середньої освіти є становлення самостійності учня / учениці, його / її соціальної залученості та активності через формування здорового способу

життя, розвиток підприємливості, здатності до співпраці в різних середовищах, впевненості в собі та доброчесності для безпеки, добробуту та сталого розвитку.

Відповідно до окресленої мети, головними завданнями соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі у початковій школі є:

- формування у школярів стійких переконань щодо цінності життя, здоров'я і безпеки для себе і тих, хто його / її оточує;
- виховання дбайливого та усвідомленого ставлення до власного здоров'я і безпеки;
- розвиток потреби самопізнання та самовдосконалення;
- формування в учнів сталої мотивації до здорового способу життя;
- формування свідомого прагнення дотримуватися безпечної, здорової та етичної поведінки для поліпшення добробуту;
- розвиток уміння ухвалювати рішення в повсякденних ситуаціях з користю для безпеки та здоров'я;
- сприяння індивідуальному розвитку самостійності, підприємливих якостей та поведінки свідомого споживача;
- формування вміння вчитися без шкоди для здоров'я;
- створення сприятливого безпечного та здорового середовища в школі.

Зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі структуровано за трьома змістовими лініями: «Безпека», «Здоров'я», «Добробут».

Змістова лінія «Безпека» передбачає розвиток навичок безпечної поведінки вдома, школі та у природному і техногенному середовищі, прогнозування наслідків небезпечних дій, визначення впливів на вибір безпечної поведінки, дотримання правил (дорожнього руху, використання побутової техніки і побутової хімії тощо) та відповідального ставлення до особистої безпеки й безпеки інших.

Змістова лінія «Здоров'я» спрямована на формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності і поведінки через набуття навичок здорового способу життя, розвиток позитивної самооцінки, критичного мислення, умінь ухвалювати зважені рішення, відповідально ставитися до власного здоров'я та здоров'я тих, хто поряд, і протидіяти негативним соціальним чинникам.

Змістова лінія «Добробут» забезпечує розвиток етичної поведінки в соціумі, вміння вчитися і формування позитивного ставлення до навчання, усвідомлення важливості здорового способу життя для добробуту, розвиток підприємливості і споживчої культури для оптимального використання ресурсів та забезпечення добробуту.

Навчальний матеріал змістових ліній реалізується наскрізно в кожній темі через взаємоінтеграцію і взаємодоповнення.

Результати навчання і пропонований зміст 3–4-й класи

Обов'язкові результати навчання	Очікувані результати навчання
1	2
1. Змістова лінія «Безпека»	
Пояснює, що робити в небезпечних ситуаціях вдома, у школі та навколишньому світі	Учень / учениця: - <i>пояснює та зіставляє</i> ознаки безпечної і небезпечної ситуації [4 СЗО 1-2.1-1]; - <i>моделює</i> ситуації безпечної поведінки з побутовими приладами, речовинами [4 СЗО 1-2.1-2]; - <i>моделює</i> доцільну поведінку в небезпечних ситуаціях (вогонь, вода, газ, небезпечні об'єкти) [4 СЗО 1- 2.1-3]
Прогнозує можливі наслідки своїх дій (рішень) для себе та інших осіб	Учень / учениця: - <i>прогнозує</i> наслідки власної необачної поведінки вдома [4 СЗО 1-2.2-1]; - <i>прогнозує</i> можливі небезпеки, які можуть спричинити його дії у довкіллі [4 СЗО 1-2.2-2] - <i>прогнозує</i> можливі наслідки опосередкованої небезпеки (пожежа, витік газу в іншій квартирі, іншому будинку тощо) [4 СЗО 1-2.2-3]; - <i>прогнозує</i> ймовірні наслідки власних рішень та поведінки в різних ситуаціях шкільного життя (у класі, їдальні, спортзалі тощо) [4 СЗО 1-2.2-4]
Аналізує позитивний і негативний вплив на вибір здорової та безпечної поведінки	Учень / учениця: - <i>аналізує</i> корисні та шкідливі впливи (батьки, вчителі, друзі, ЗМІ, соцмережі, Інтернет тощо) на вибір безпечної поведінки [4 СЗО 1-3.3-1]; - <i>розрізняє</i> позитивний і негативний впливи організацій та груп на безпеку людей [4 СЗО 1-3.3-2]

Вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях із користю для здоров'я, безпеки та добробуту	Учень / учениця: - <i>ухвалює</i> рішення щодо власної безпечної поведінки з огляду на ситуації, пов'язані з чужими людьми [4 СЗО 1-2.3-1] - <i>розрізняє і використовує</i> відповідні засоби захисту (шолом, рукавиці, наколінники тощо) за потреби [4 СЗО 1-2.3-2]
Поводиться безпечно з огляду на себе та інших осіб вдома, у школі, на вулиці, у громадських місцях	Учень / учениця: - <i>дотримується</i> правил безпечної поведінки вдома, у школі, у громадських місцях (вогонь, вода, газ, побутові хімічні сполуки тощо) [4 СЗО 1-2.4-1]; - <i>дотримується</i> правил безпечної поведінки під час занять спортом чи активного дозвілля [4 СЗО 1-2.4-2]; - <i>поводиться безпечно у природі</i> [4 СЗО 1-2.4-3]; - <i>дотримується правил поведінки з підозрілими предметами та речами, забутими у громадських місцях</i> [4 СЗО 1-2.4-4] - <i>дотримується правил поведінки під час масових шкільних заходів</i> [4 СЗО 1-2.4-5]
Визначає потребу у допомозі собі та іншим особам, оцінює можливості її надання	Учень / учениця: - <i>розрізняє</i> ситуації, у яких потребує допомоги інших (напр., консультації фахівця), від тих, у яких можна зарадити власними силами, і відповідно діє [4 СЗО 1-1.3-1]; - <i>моделює</i> звернення по допомогу в різні служби в разі небезпечних ситуацій, описуючи ситуацію чітко і зрозуміло [4 СЗО 1-1.3-2]; - <i>моделює</i> надання допомоги собі та іншим у разі потреби [4 СЗО 1-1.3-3]; - <i>обирає</i> дорослих, яким можна довіряти в разі небезпечних життєвих ситуацій [4 СЗО 1-1.3-4];
	- <i>розрізняє</i> ресурси, які можна використати в разі небезпеки [4 СЗО 1-1.3-5]
Намагається критично оцінювати інформацію щодо товарів і послуг	Учень / учениця: - <i>аналізує</i> та критично <i>оцінює</i> безпечність відповідних засобів та спорядження (речі та одяг) для активного дозвілля [4 СЗО 1-4.2-1]
Демонструє різноманітні практики поведінки, які запобігають або зменшують ризики для життя і здоров'я	Учень / учениця: - <i>аналізує</i> власну поведінку для запобігання або зменшення ризику для життя та здоров'я [4 СЗО 1-1.1-1]; - <i>застосовує</i> правила збереження здоров'я від можливих небезпек зовнішнього середовища (водойми, сонячні промені, погодні умови, стихійні лиха тощо) [4 СЗО 1-1.1-2]; - <i>безпечно поводить</i>ся в мережі Інтернет [4 СЗО 1-1.1-3]; - <i>застосовує</i> правила безпечної поведінки з бездомними тваринами [4 СЗО 1-1.1-4]

Пропонований зміст**Безпека життєдіяльності**

Безпека вдома. Ймовірні наслідки власних рішень та поведінки для себе та інших. Відповідальність та доцільна поведінка в небезпечних ситуаціях (вогонь, вода, газ, побутові хімічні сполуки тощо). Правила користування джерелами водопостачання. Пожежна безпека. Правила користування обігрівальними приладами. Правила користування газовою плитою. Ознаки витоку газу. Порядок дій під час витоку газу. Опосередкована небезпека (пожежа в іншій квартирі, іншому будинку тощо). Звернення по допомогу в різні служби в разі небезпечних ситуацій. *Безпека в школі.* Ймовірні наслідки власних рішень та своєї поведінки в різних ситуаціях шкільного життя (у класі, їдальні, спортзалі тощо). **Безпека в довкіллі**

Безпечна поведінка на вулиці. Безпека в населеному пункті. Правила поведінки дітей надворі. Дорожня безпека. Безпека руху пішоходів. Групи дорожніх знаків. Перехід дороги в умовах обмеженої оглядовості. Поведінка біля залізничної колії. Сигнали регулювання дорожнього руху. Види перехресть. Дорожньо-транспортні пригоди (ДТП).

Активний відпочинок. Безпека під час занять спортом та активним дозвіллям (самокат, ролики, гіроскутер, скейтборд тощо). Використання відповідних особистих засобів захисту (шолом, рукавиці, наколінники тощо) за потреби.

Безпечна поведінка у природі. Правила збереження здоров'я від можливих небезпек зовнішнього середовища (водойми, сонячні промені, погодні умови, стихійні лиха тощо). Бездомні тварини (безпечна поведінка). Ресурси, які можна використати в разі небезпеки. Поведінка в автономній ситуації на природі (якщо загубився, заблукав у лісі, горах, степу тощо). Спорядження (речі та одяг) для прогулянки на природу.

Безпека в суспільстві. Безпечна поведінка у громадських місцях. Ознаки безпечної і небезпечної ситуації. Застережні знаки («небезпека ураження електричним струмом», «легкозаймиста речовина» тощо). Вихід із непередбачених ситуацій поза межами домівки, школи (відмова від пропозицій, що можуть мати негативні наслідки тощо).

Правила поведінки з підозрілими предметами та речами, забутими у громадських місцях. Звернення по допомогу у відповідні служби в разі небезпечних життєвих ситуацій. Звернення за телефонами довіри. Корисні та шкідливі впливи на вибір безпечної поведінки (однолітки, знайомі, чужі люди, ЗМІ тощо). Позитивний та негативний впливи на безпеку людей організацій та груп. Мережа Інтернет та безпека.

2. Змістова лінія «Здоров'я»

1	2
Прогнозує можливі наслідки своїх дій (рішень) для себе та інших осіб	Учень / учениця: - досліджує особисті відносини (конфлікт, пробачення, довіра, заздрість, підтримка) [4 СЗО 2-2.2-1]; - встановлює залежність між активним способом життя та здоров'ям людини, якістю і тривалістю її життя [4 СЗО 2-2.2-2];
	- пояснює, чому людина потребує відпочинку, фізичних вправ та раціонального харчування [4 СЗО 2-2.2-3]; - оцінює наслідки порушення норм поведінки для себе та інших [4 СЗО 2-2.2-4]; - відзначає зміни емоцій, почуттів, настрою у співрозмовників і відповідно реагує [4 СЗО 2-2.2-5]
Спостерігає за змінами у своєму тілі залежно від фізичного стану, настрою, виду діяльності, способу життя; пояснює та приймає	Учень / учениця: - описує, як зароджується життя людини, відбувається її розвиток та дорослішання [4 СЗО 2-3.2-1]; - оцінює зміни у своєму тілі та зовнішньому вигляді як ознаки дорослішання [4 СЗО 2-3.2-2]; - визначає зміни у своєму тілі залежно від виду діяльності, звичок, настрою [4 СЗО 2-3.2-3]

Аналізує позитивні і негативні впливи на вибір здорової та безпечної поведінки	Учень / учениця: - аналізує вплив здорової поведінки та корисних звичок на здоров'я [4 СЗО 2-3.3-1]; - пояснює, як емоції впливають на його / її стан та стан інших [4 СЗО 2-3.3-2]; - аналізує вплив друзів, сім'ї, засобів масової інформації на почуття, поведінку, настрої [4 СЗО 2-3.3-3]; - наводить приклади позитивного впливу активного способу життя на якість та тривалість життя людини [4 СЗО 2-3.3-4]; - аналізує способи запобігання неінфекційним та інфекційним захворюванням [4 СЗО 2-3.3-5]; - пояснює, як навколишнє середовище, харчування, фізична активність, стрес та інші фактори впливають на здоров'я людини [4 СЗО 2-3.3-6]; - визначає способи впливу сім'ї, друзів, однолітків, засобів масової інформації тощо на вибір здорової поведінки [4 СЗО 2-3.3-7]; - аналізує ризики та небезпеку вживання алкоголю, тютюну, наркотиків, можливого хибного вживання інших речовин [4 СЗО 2-3.3-8]
Сприймає критичну інформацію щодо себе та етично реагує на неї	Учень / учениця: - здатний / -а відмовитися від пропозиції, зокрема щодо вживання алкоголю, тютюну, інших небезпечних речовин [4 СЗО 2-4.4-1]; - обґрунтовує свій вибір щодо здорової поведінки та уникнення вживання алкоголю, тютюну, наркотиків [4 СЗО 2-4.4-2]; - порівнює різні види стосунків між людьми (родинні зв'язки, дружні, ділові стосунки та подружнє життя) [4 СЗО 2-4.4-3]
Демонструє різноманітні практики поведінки, які запобігають або зменшують ризики для життя і здоров'я	Учень / учениця: - звертається при поганому самопочутті по допомогу до відповідних фахівців [4 СЗО 2-1.1-1]; - описує вияви погіршення свого здоров'я (наприклад, нежить, кашель, чхання), припускає, що могло спричинити захворювання [4 СЗО 2-1.1-2]; - наводить приклади дій, що допоможуть захистити в ситуації, яка несе загрозу здоров'ю [4 СЗО 2-1.1-3]
Обмірковує альтернативні рішення щодо відповідності здоровим чи шкідливим звичкам	Учень / учениця: - визначає продукти та послуги, придатні для ведення здорового способу життя [4 СЗО 2-3.1-1]; - аналізує шкоду алкоголю, тютюну, наркотиків [4 СЗО 2-3.1-2]; - розрізняє дозволені і заборонені для вживання речовини [4 СЗО 2-3.1-3]; - визначає альтернативи шкідливим звичкам (наприклад, ігри з друзями, заняття спортом, хобі) [4 СЗО 2-3.1-4]
Обирає діяльність, яка приносить задоволення та користь	Учень / учениця: - надає перевагу корисним формам дозвілля (читання, прогулянки, подорожі, ігри, спорт тощо) [4 СЗО 2-3.4-1];
	- обирає продукти харчування, зокрема улюблені страви національної кухні, орієнтуючись на свої харчові звички, смак і розуміння їхньої користі для здоров'я [4 СЗО 2-3.4-2]

Вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях із користю для здоров'я, безпеки та добробуту	Учень / учениця: - визначає продукти, вживання яких потрібно обмежувати (з великим вмістом цукру, солі, жиру тощо) [4 СЗО 2-2.3-1]; - порівнює норми споживання різних харчових продуктів [4 СЗО 2-2.3-2]; - пояснює, що існує залежність від алкоголю, тютюну та наркотиків, та ті, хто потребують допомоги, щоб її позбутися [4 СЗО 2-2.3-3]
Намагається ощадно використовувати ресурси	Учень / учениця: - помірковано використовує наявні природні ресурси (наприклад, збалансоване харчування) та особисті (власне здоров'я, самопочуття та емоції) у повсякденному житті [4 СЗО 2-4.5-1]
Намагається критично оцінювати інформацію щодо товарів і послуг	Учень / учениця: - вирізняє інформацію, корисну для збереження здоров'я, на пакуваннях та етикетках (складники, дата виготовлення, термін придатності тощо) [4 СЗО 2-4.2-1]; - визначає достовірні джерела інформації про харчування [4 СЗО 2-4.2-2]
Протидіє проявам тиску, неповаги та приниження щодо себе та інших осіб, самотійно або за допомогою дорослих залежно від ризику	Учень / учениця: - протидіє виявам неповаги та приниження, наприклад, висловлюючи свою позицію, кажучи «ні» тощо [4 СЗО 2-1.2-1]; - пояснює іншим, що робити в ситуації, коли тебе дражнять, цькують, утискають чи залякують [4 СЗО 2-1.2-2]; - демонструє іншим можливість вирішення конфліктів без насильства [4 СЗО 2-1.2-3]
Поводиться етично (демонструючи сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність та ін.)	Учень / учениця: - розпізнає та засуджує ознаки тиску і насилля [4 СЗО 2-1.4-1]; - аргументує важливість родини, роль рідних (напр., батьків) для кожної людини [4 СЗО 2-1.4-2]; - пояснює особливе значення для людини морального і духовного здоров'я [4 СЗО 2-1.4-3]
Планує та організовує власне навчання, чергуючи його з відпочинком	Учень / учениця: - планує власний режим розумової праці та відпочинку [4 СЗО 2-4.1-1]; - використовує різні способи зняття втоми (за допомогою гімнастики, дихальних вправ, музики, прогулянки, зміни виду діяльності тощо) [4 СЗО 2-4.1-2]

Пропонований зміст

Цінність і неповторність життя і здоров'я людини. Цілісність здоров'я. Чинники, що впливають на здоров'я. Охорона здоров'я дітей. Здоровий спосіб життя. Корисні звички. Показники здоров'я і розвитку дитини. **Розумове та емоційне здоров'я**

Емоції та вплив на них подій навколишнього світу, явищ природи, поведінки інших людей. Вплив друзів, сім'ї, засобів масової інформації на почуття, поведінку, настрій. Почуття (свої та інших) у конкретних ситуаціях. Особисті відносини (конфлікт, пробачення, довіра, заздрість, підтримка). Проблемні ситуації у школі та вдома, можливості їх розв'язання. Розв'язання конфліктів із ровесниками за допомогою словесних і несловесних засобів.

Самотійна розумова праця. Способи зняття втоми (за допомогою гімнастики, дихальних вправ, музики, прогулянки, зміни виду діяльності тощо).

Фізичне здоров'я

Самопочуття. Вияви доброго та поганого самопочуття. Звернення і допомога при поганому самопочутті. Неінфекційні та інфекційні захворювання (причини появи). Відновлення здоров'я після хвороби. Профілактика порушень зору, слуху, опорно-рухового апарату у школярів. Зміни у власному тілі та зовнішньому вигляді як ознаки дорослішання.

Фізична активність. Вплив рухової активності на розвиток організму. Залежність між активним способом життя та здоров'ям людини. Оздоровче значення відпочинку на природі.

Гігієна. Охайність та особиста гігієна. Вплив гігієнічних процедур на здоров'я. Гігієна порожнини рота. Догляд за чистотою свого тіла, одягу, особистих речей. Профілактика інфекцій, що передаються контактним і повітряно-крапельним шляхом. Гігієна оселі. Повітря, його значення для здоров'я. Принципи загартовування.

Харчування. Значення харчування для життя і здоров'я людини. Збалансоване харчування. Значення води для життя і здоров'я людини. Питний режим.

Страви національної кухні. Вибір продуктів харчування (харчові звички, смак та розуміння їхньої користі та шкоди для здоров'я). Вплив реклами на вибір товарів. Термін придатності та умови зберігання харчових продуктів за їх маркуванням. Харчові отруєння. Перша допомога під час харчових отруєнь. **Соціальне здоров'я**

Стосунки між людьми (родинні зв'язки, подружнє життя, дружні та ділові стосунки). Родинні стосунки. Взаємодопомога членів родини. Традиції збереження здоров'я в родині.

Взаємодія з іншими людьми. Ефективне спілкування. Уміння слухати. Знайомство з людьми. Люди з особливими потребами. Толерантність. Дружба і побудова дружніх стосунків. Вплив друзів. Вплив телебачення, комп'ютера, мобільних телефонів та інших електронних засобів на здоров'я. Вплив реклами на рішення і поведінку людей. Безпечне поводження в мережі Інтернет, можливі ризики та користь від отриманої інформації. Інформація та ситуації, які несуть загрозу здоров'ю. Протидія небажаним пропозиціям.

Хибне використання та вживання речовин

Безпечна поведінка у поводженні з ліками та побутовими хімічними сполуками. Ризики та вживання шкідливих речовин (алкоголю, нікотину, наркотиків).

3. Змістова лінія «Добробут»

1	2
Обирає діяльність, яка приносить задоволення та користь	Учень / учениця: - <i>аналізує</i> якість свого життя за деякими фізичними ознаками (активність, втома, відпочинок, сон тощо) [4 СЗО 3-3.4-1]; - <i>пояснює</i>, як позитивні емоції впливають на життя людини [4 СЗО 3-3.4-2]; - <i>описує</i>, як відпочинок впливає на життя людини [4 СЗО 3-3.4-3]
Розрізняє необхідні та надмірні потреби свої та інших осіб; визначає короткострокові цілі та планує конкретні дії щодо задоволення власних потреб	Учень / учениця: - <i>прогнозує</i> дії, необхідні для задоволення власних потреб та потреб інших, спираючись на власний досвід [4 СЗО 3-4.3-1]; - <i>складає</i> перелік речей, необхідних для життя, і тих, від яких можна відмовитися [4 СЗО 3-4.3-2]
Прогнозує можливі наслідки своїх дій (рішень) для себе та інших осіб	Учень / учениця: - <i>окреслює</i> власну мету на конкретний період життя і прогнозує можливі ризики [4 СЗО 3-2.2-1]; - <i>аналізує</i>, якого успіху досягнуто у виконанні завдання і які були труднощі [4 СЗО 3-2.2-2]; - <i>аналізує</i> зусилля на шляху до успіху на прикладах відомих людей [4 СЗО 3-2.2-3]
Вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях із користю для здоров'я, безпеки та добробуту	Учень / учениця: - <i>складає</i> перелік продуктів харчування, спожитих за день, <i>аналізує</i> їх користь та вартість [4 СЗО 3-2.3-1]; - <i>поводиться</i> дбайливо з матеріальними цінностями (власними, своєї родини, школи, міста) [4 СЗО 3-2.3-2]
Намагається ощадно використовувати ресурси	Учень / учениця: - <i>оцінює</i> раціональність покупки, орієнтуючись на її корисність та ціну [4 СЗО 3-4.5-1]; - <i>раціонально використовує</i> ресурси (наприклад, збирання та утилізація сміття, зокрема харчових відходів, збереження водних ресурсів) [4 СЗО 3-4.5-2];

	- <i>пропонує</i> рішення щодо економії грошей, матеріальних цінностей та природних ресурсів [4 СЗО 3-4.5-3]
Поводиться етично (демонструючи сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність та ін.)	Учень / учениця: - <i>висловлює</i> та <i>аргументує</i> власну думку, поважаючи позицію інших та дослухаючись до спільних рішень [4 СЗО 3-1.4-1]; - <i>оцінює</i> свої вчинки з позиції їхньої доброчинності [4 СЗО 3-1.4-2]; - <i>діє</i> з користю для себе та суспільства, <i>оцінює</i> можливі ризики [4 СЗО 3-1.4-3]; - <i>робить</i> вибір, орієнтуючись на доброчинність, і пояснює його [4 СЗО 3-1.4-4]; - <i>спілкується</i> з дітьми іншої статі, демонструючи повагу, приязнь та щирість у стосунках [4 СЗО 3-1.4-5]; - <i>вислуховує</i> інших для підтримки та розуміння їхніх почуттів [4 СЗО 3-1.4-6]; - <i>спілкується</i>, щоб висловити свої емоції та вдячність [4 СЗО 3-1.4-7]
Планує та організовує власне навчання, чергуючи його з відпочинком	Учень / учениця: - <i>планує</i> власний режим розумової праці та відпочинку [4 СЗО 3-4.1-1]; - <i>подає приклади</i>, які показують поліпшення власних умінь [4 СЗО 3-4.1-2]
Сприймає критичну інформацію щодо себе та етично реагує на неї	Учень / учениця: - <i>досліджує</i> вплив зауважень/порад інших на власну поведінку [4 СЗО 3-4.4-1]; - <i>критично оцінює</i> власну реакцію на зауваження/поради інших [4 СЗО 3-4.4-2]
Погоджується на ту роль, що здатний виконати найкраще; разом з іншими особами визначає мету спільної роботи, намагається досягти її	Учень / учениця: - <i>виконує</i> різні ролі в роботі малих груп незалежно від їх складу та наповненості [4 СЗО 3-4.7-1]; - <i>планує</i> свою роботу у групі згідно зі спільним завданням та своєю роллю [4 СЗО 3-4.7-2]; - <i>працює</i> у групі, розуміючи важливість досягнення спільного результату [4 СЗО 3-4.7-3]; - <i>пояснює</i>, як розв'язати конфлікти з ровесниками за допомогою словесних і несловесних засобів [4 СЗО 3-4.7-4]
Визначає потребу у допомозі собі та іншим особам, оцінює можливості її надання	Учень / учениця: - <i>аналізує</i> потреби інших, <i>враховує</i> їх та шукає можливості допомоги [4 СЗО 3-1.3-1]; - <i>визначає</i>, до кого і як звернутися за допомогою [4 СЗО 3-1.3-2]
Уявляє свою мету і розповідає про те, як її досягти; пояснює, як відставлення до навчання залежить від власний успіх і добробут	Учень / учениця: - <i>моделює</i> власну поведінку на основі досвіду інших людей (рідні, спортсмени, довгожителі тощо) [4 СЗО 3-4.6-1]; - <i>створює</i> простий сценарій (план) тепер і в майбутньому [4 СЗО 3-4.6-2]; - <i>укладає</i> власний розпорядок дня / тижня, корегує його відповідно до потреби [4 СЗО 3-4.6-3]; - <i>ставить</i> короткочасні цілі та <i>планує</i> конкретні дії щодо досягнення успіху та задоволення потреб – власних та інших людей [4 СЗО 3-4.6-4]; - <i>пояснює</i>, як від його/ її ставлення до навчання залежить його успіх та добробут [4 СЗО 3-4.6-5]

Пропонований зміст *Якість життя*

Якість життя людини (фізичне здоров'я та духовні цінності; доброзичливі людські стосунки; сприятливе природне середовище та побут; матеріальна забезпеченість).

Уміння вчитися

Власний розпорядок дня / тижня, корегування його відповідно до потреби. Різні способи використання свого часу (напр, навчання, гра, відпочинок). Поліпшення власних умінь завдяки успіхам та поразкам. Відповідність робочого місця виконуваній роботі. Радість у навчанні. Успіх у навчанні та подолання труднощів. Навчання через досвід. ***Культура споживання***

Власні потреби (первинні і другорядні) та їх задоволення.

Вибір речей та продуктів харчування, необхідних для життя, на основі оцінювання їхньої якості, практичності, естетичного вигляду, ціни (користь та вартість). Матеріальні цінності (власні, своєї родини, школи, міста). Дбайливе ставлення та раціональне використання ресурсів (напр., збирання та утилізація сміття, збереження водних ресурсів); раціональність покупки (корисність та ціна). Роль реклами у споживанні послуг та продукції.

Підприємливість

Ідеї та можливості. Можливості для створення цінності в моїй спільноті. Бажане майбутнє (прості сценарії). Пошук ідей. Цінність ідей (власної та інших). Правила використання ідей інших людей (доброчесність). Поведінка, приязна до навколишнього середовища, яка приносить користь спільноті.

Ресурси. Потреби, бажання, інтереси та цілі. Відповідальне використання ресурсів (природних та особистих). Час як рідкісний ресурс. Джерела допомоги для власної діяльності зі створення цінності. ***Фінансова грамотність.*** Складання бюджету простого виду діяльності. Символи, пов'язані з грошима. Види прибутку для сімей.

Трансформація в дії. Проблеми, які впливають на спільноту (напр., клас) та шляхи їх вирішення. Визначення цілей простого виду діяльності зі створення цінності. Якості та здібності, необхідні для різних видів роботи. Ризики. Помилки, страх помилки, право на помилку. Співпраця у команді для створення цінності. Ролі в роботі малих груп. Успіх та його досягнення.

Доброчинність. Потреби інших, їх урахування та пошук можливості допомоги. Вплив на життя людини позитивних емоцій і негативних переживань. Повага до інших осіб, їхнього походження, у різних ситуаціях. Поведінка, зорієнтована на закони доброчинності (сумлінність, чесність, відповідальність, мужність та відданість). Зміни, спричинені діями людей у соціальному, культурному, економічному контексті.

ВИМОГИ

до обов'язкових результатів навчання здобувачів освіти з соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі

Загальні результати навчання здобувачів освіти	Обов'язкові результати навчання здобувачів освіти	
	1-2 класи	3-4 класи
<i>Турбота про особисте здоров'я і безпеку, реагування на діяльність, яка становить загрозу для власного життя, здоров'я, добробуту та інших осіб</i>		
Діє відповідально	демонструє поведінку, яка запобігає або зменшує ризики для життя і здоров'я [2 СЗО 1.1]	демонструє різноманітні практики поведінки, які запобігають або зменшують ризики для життя і здоров'я [4 СЗО 1.1]
Відстоює інтереси власні та інших осіб	протидіє проявам тиску, неповаги та приниження щодо себе та інших осіб, звертається за допомогою до дорослих [2 СЗО 1.2]	протидіє проявам тиску, неповаги та приниження щодо себе та інших осіб, самостійно або за допомогою дорослих залежно від ризику [4 СЗО 1.2]
Надає допомогу	розрізняє, до кого і як звернутися за допомогою; описує приклади такої діяльності [2 СЗО 1.3]	визначає потребу в допомозі собі та іншим особам, оцінює можливості її надання [4 СЗО 1.3]
Поводиться етично	розпізнає здорову етичну поведінку (сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність, відвагу, відданість) та наслідок її [2 СЗО 1.4]	поводиться етично, демонструючи сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність тощо [4 СЗО 1.4]
<i>Визначення альтернатив, прогнозування наслідків, ухвалення рішень з користю для здоров'я, добробуту, власної безпеки та безпеки інших осіб</i>		
Розпізнає небезпечні ситуації	розпізнає та описує небезпеку вдома, у школі та навколишньому світі [2 СЗО 2.1]	пояснює, що робити в небезпечних ситуаціях вдома, у школі та навколишньому світі [4 СЗО 2.1]
Прогнозує наслідки	пояснює, що кожна дія (рішення) має наслідки [2 СЗО 2.2]	прогнозує можливі наслідки своїх дій (рішень) для себе та інших осіб [4 СЗО 2.2]
Ухвалює рішення	вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях без загрози для життя і здоров'я [2 СЗО 2.3]	вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях з користю для здоров'я, безпеки та добробуту [4 СЗО 2.3]
Поводиться безпечно	пояснює, від чого залежить безпека вдома, у школі та навколишньому світі [2 СЗО 2.4]	поводиться безпечно з огляду на себе та інших осіб вдома, у школі, на вулиці, у громадських місцях [4 СЗО 2.4]
<i>Аргументований вибір на користь здорового способу життя, аналіз і оцінка наслідків та ризиків</i>		
Обмірковує альтернативи	визначає здорові та шкідливі звички [2 СЗО 3.1]	обмірковує альтернативні рішення щодо відповідності здоровим чи

власних дій та рішень		шкідливим звичкам [4 СЗО 3.1]
Приймає зміни у власному організмі	відзначає зміни у власному організмі і приймає їх [2 СЗО 3.2]	спостерігає за змінами у своєму тілі залежно від фізичного стану, настрою, виду діяльності, способу життя; пояснює та приймає їх [4 СЗО 3.2]
Аналізує вплив поведінки на здоров'я	визначає позитивний і негативний вплив на вибір здорової та безпечної поведінки [2 СЗО 3.3]	аналізує позитивний і негативний вплив на вибір здорової та безпечної поведінки [4 СЗО 3.3]
Здійснює вибір та отримує задоволення	розпізнає, що приносить задоволення та користь [2 СЗО 3.4]	обирає діяльність, яка приносить задоволення та користь [4 СЗО 3.4]
<i>Підприємливість та етична поведінка для поліпшення здоров'я, безпеки та добробуту</i>		
Вчиться вчитися без шкоди для здоров'я	упорядковує власне навчання відповідно до своїх потреб та рекомендованих умов [2 СЗО 4.1]	планує та організовує власне навчання, чергуючи його з відпочинком [4 СЗО 4.1]
Знаходить і перевіряє інформацію	розпізнає знаки, символи і попередження щодо ймовірної небезпеки [2 СЗО 4.2]	намагається критично оцінювати інформацію щодо товарів і послуг [4 СЗО 4.2]
Діє ефективно і самостійно	і пояснює потреби свої та інших осіб; визначає, від кого та від чого залежить задоволення потреб [2 СЗО 4.3]	розрізняє необхідні та надмірні потреби свої та інших осіб; визначає короткострокові цілі та планує конкретні дії щодо задоволення власних потреб [4 СЗО 4.3]
Спілкується конструктивно	уважно слухає, запитує про потреби інших осіб та висловлюється так, щоб не образити інших осіб [2 СЗО 4.4]	сприймає критичну інформацію щодо себе та етично реагує на неї [4 СЗО 4.4]
Виявляє культуру споживання	визнає важливість помірності у споживанні послуг та продукції [2 СЗО 4.5]	намагається ощадно використовувати ресурси [4 СЗО 4.5]
Планує майбутнє	пояснює важливість навчання у школі для свого життя та добробуту; планує свій день (навчальний та вихідний) [2 СЗО 4.6]	уявляє свою мету і розповідає про неї, як її досягти; пояснює, як від ставлення до навчання залежить власний успіх і добробут [4 СЗО 4.6]
Співпрацює для досягнення результату діяльності	виконує різні ролі в групі, пояснює у чому цінність спільної роботи [2 СЗО 4.7]	погоджується на ту роль, яку здатний виконати найкраще; разом з іншими особами визначає мету спільної роботи, намагається досягти її [4 СЗО 4.7]

**ТИПОВА ОСВІТНЯ ПРОГРАМА,
розроблена під керівництвом Савченко О. Я.**

Пояснювальна записка

Початкова освіта – це перший рівень повної загальної середньої освіти, який відповідає першому рівню Національної рамки кваліфікацій.

Метою початкової освіти є всебічний розвиток дитини, її талантів, здібностей, компетентностей та наскрізних умінь відповідно до вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей і потреб, формування цінностей та розвиток самостійності, творчості, допитливості, що забезпечують її готовність до життя в демократичному й інформаційному суспільстві, продовження навчання в основній школі.

Початкова освіта передбачає поділ на два цикли – 1–2 класи і 3–4 класи, що враховують вікові особливості розвитку та потреб дітей і дають можливість забезпечити подолання розбіжностей у їхніх досягненнях, зумовлених готовністю до здобуття освіти.

Типову освітню програму для 1-2 класів закладів загальної середньої освіти розроблено відповідно до Закону України «Про освіту», Державного стандарту початкової освіти. У програмі визначено вимоги до конкретних очікуваних результатів навчання; коротко вказано відповідний зміст кожного навчального предмета чи інтегрованого курсу.

Програму побудовано із врахуванням таких принципів:

- дитиноцентрованості і природовідповідності;
- узгодження цілей, змісту і очікуваних результатів навчання;
- науковості, доступності і практичної спрямованості змісту;
- наступності і перспективності навчання;

- взаємозв'язаного формування ключових і предметних компетентностей;
- логічної послідовності і достатності засвоєння учнями предметних компетентностей;
- можливостей реалізації змісту освіти через предмети або інтегровані курси;
- творчого використання вчителем програми залежно від умов навчання;
- адаптації до індивідуальних особливостей, інтелектуальних і фізичних можливостей, потреб та інтересів дітей.

Зміст програми має потенціал для формування у здобувачів таких ключових компетентностей:

1) вільне володіння державною мовою, що передбачає уміння усно і письмово висловлювати свої думки, почуття, чітко та аргументовано пояснювати факти, а також любов до читання, відчуття краси слова, усвідомлення ролі мови для ефективного спілкування та культурного самовираження, готовність вживати українську мову як рідну в різних життєвих ситуаціях;

2) здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами, що передбачає активне використання рідної мови в різних комунікативних ситуаціях, зокрема в побуті, освітньому процесі, культурному житті громади, можливість розуміти прості висловлювання іноземною мовою, спілкуватися нею у відповідних ситуаціях, оволодіння навичками міжкультурного спілкування;

3) математична компетентність, що передбачає виявлення простих математичних залежностей в навколишньому світі, моделювання процесів та ситуацій із застосуванням математичних відношень та вимірювань, усвідомлення ролі математичних знань та вмінь в особистому і суспільному житті людини;

4) компетентності у галузі природничих наук, техніки і технологій, що передбачають формування допитливості, прагнення шукати і пропонувати нові ідеї, самостійно чи в групі спостерігати та досліджувати, формулювати припущення і робити висновки на основі проведених дослідів, пізнавати себе і навколишній світ шляхом спостереження та дослідження;

5) інноваційність, що передбачає відкритість до нових ідей, ініціювання змін у близькому середовищі (клас, школа, громада тощо), формування знань, умінь, ставлень, що є основою компетентнісного підходу, забезпечують подальшу здатність успішно навчатися, провадити професійну діяльність, відчувати себе частиною спільноти і брати участь у справах громади;

6) екологічна компетентність, що передбачає усвідомлення основи екологічного природокористування, дотримання правил природоохоронної поведінки, ощадного використання природних ресурсів, розуміючи важливість збереження природи для сталого розвитку суспільства;

7) інформаційно-комунікаційна компетентність, що передбачає опанування основою цифрової грамотності для розвитку і спілкування, здатність безпечного та етичного використання засобів інформаційно-комунікаційної компетентності у навчанні та інших життєвих ситуаціях;

8) навчання впродовж життя, що передбачає опанування уміннями і навичками, необхідними для подальшого навчання, організацію власного навчального середовища, отримання нової інформації з метою застосування її для оцінювання навчальних потреб, визначення власних навчальних цілей та способів їх досягнення, навчання працювати самостійно і в групі;

9) громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, усвідомленням рівних прав і можливостей, що передбачають співпрацю з іншими особами для досягнення спільної мети, активність в житті класу і школи, повагу до прав інших осіб, уміння діяти в конфліктних ситуаціях, пов'язаних з різними проявами дискримінації, цінувати культурне

розмаїття різних народів та ідентифікацію себе як громадянина України, дбайливе ставлення до власного здоров'я і збереження здоров'я інших людей, дотримання здорового способу життя;

10) культурна компетентність, що передбачає залучення до різних видів мистецької творчості (образотворче, музичне та інші види мистецтв) шляхом розкриття і розвитку природних здібностей, творчого вираження особистості;

11) підприємливість та фінансова грамотність, що передбачають ініціативність, готовність брати відповідальність за власні рішення, вміння організовувати свою діяльність для досягнення цілей, усвідомлення етичних цінностей ефективної співпраці, готовність до втілення в життя ініційованих ідей, прийняття власних рішень.

Спільними для всіх ключових компетентностей є такі вміння: читання з розумінням, уміння висловлювати власну думку усно і письмово, критичне та системне мислення, творчість, ініціативність, здатність логічно обґрунтовувати позицію, вміння конструктивно керувати емоціями, оцінювати ризики, приймати рішення, розв'язувати проблеми, співпрацювати з іншими особами.

Враховуючи інтегрований характер компетентності, у процесі реалізації Типової освітньої програми або Освітніх програм рекомендується використовувати внутрішньопредметні і міжпредметні зв'язки, які сприяють цілісності результатів початкової освіти та переносу умінь у нові ситуації.

Вимоги до дітей, які розпочинають навчання у початковій школі, мають враховувати досягнення попереднього етапу їхнього розвитку.

Період життя дитини від п'яти до шести (семи) років (старший дошкільний вік) визначається цілісною зміною її особистості, готовністю до нової соціальної ситуації розвитку. Пріоритетом цього процесу є формування і розвиток базових особистісних якостей дітей: спостережливості, допитливості, довільності поведінки, міжособистісної позитивної комунікації, відповідальності, діяльнісного і різнобічного освоєння

навколишньої дійсності та ін. Потенційно це виявляється у певному рівні готовності дитини до систематичного навчання – фізичної, соціальної, емоційно-ціннісної, пізнавальної, мовленнєвої, творчої.

Зберігаючи наступність із дошкільним періодом дитинства, початкова школа забезпечує подальше становлення особистості дитини, її фізичний, інтелектуальний, соціальний розвиток; формує здатність до творчого самовираження, критичного мислення, виховує ціннісне ставлення до держави, рідного краю, української культури, пошанування своєї гідності та інших людей, збереження здоров'я.

Згідно із Законом України «Про освіту», на основі Державного стандарту й Типової освітньої програми заклади освіти, наукові установи та інші суб'єкти освітньої діяльності можуть розробляти освітні програми – єдиний комплекс освітніх компонентів (предметів, індивідуальних проектів, контрольних заходів тощо), спланованих і організованих для досягнення визначених результатів навчання. Освітні програми можуть відрізнятися від Типової освітньої програми послідовністю викладання навчального матеріалу, обсягом його вивчення, наявністю додаткових компонентів змісту або використанням оригінальних форм, методів і засобів навчання.

Розподіл навчальних годин за темами, розділами, вибір форм і методів навчання вчитель визначає самостійно, враховуючи конкретні умови роботи, забезпечуючи водночас досягнення конкретних очікуваних результатів, зазначених у програмі.

Освітні програми можуть мати корекційно-розвивальний складник для осіб з особливими освітніми потребами. Для дітей з особливими потребами тривалість здобуття початкової освіти може бути подовжена.

Програми інваріантного складника Базового навчального плану є обов'язковими для використання в загальноосвітніх навчальних закладах усіх типів і форм власності.

Контроль і оцінювання навчальних досягнень здобувачів здійснюються на суб'єкт-суб'єктних засадах, що передбачає систематичне відстеження

їхнього індивідуального розвитку у процесі навчання. За цих умов контроль-оцінювальна діяльність набуває для здобувачів формувального характеру. Контроль спрямований на пошук ефективних шляхів поступу кожного здобувача у навчанні, а визначення особистих результатів здобувачів не передбачає порівняння із досягненнями інших і не підлягає статистичному обліку з боку адміністративних органів.

Упродовж навчання в початковій школі здобувачі освіти опановують способи самоконтролю, саморефлексії і самооцінювання, що сприяє вихованню відповідальності, розвитку інтересу, своєчасному виявленню прогалин у знаннях, уміннях, навичках та їх корекції.

Навчальні досягнення здобувачів у 1-2 класах підлягають вербальному, формувальному оцінюванню.

Формувальне оцінювання має на меті: підтримати навчальний розвиток дітей; вибудовувати індивідуальну траєкторію їхнього розвитку; діагностувати досягнення на кожному з етапів процесу навчання; вчасно виявляти проблеми й запобігати їх нашаруванню; аналізувати хід реалізації навчальної програми й ухвалювати рішення щодо корегування програми і методів навчання відповідно до індивідуальних потреб дитини; мотивувати прагнення здобути максимально можливі результати; виховувати ціннісні якості особистості, бажання навчатися, не боятися помилок, переконання у власних можливостях і здібностях.

Підсумкове оцінювання передбачає зіставлення навчальних досягнень здобувачів з конкретними очікуваними результатами навчання, визначеними освітньою програмою.

Здобувачі початкової освіти проходять державну підсумкову атестацію, яка здійснюється лише з метою моніторингу якості освітньої діяльності закладів освіти та (або) якості освіти.

З метою неперервного відстеження результатів початкової освіти, їх прогнозування та коригування можуть проводитися моніторингові дослідження навчальних досягнень на національному, обласному,

районному, шкільному рівнях, а також на рівні окремих класів. Аналіз результатів моніторингу дає можливість відстежувати стан реалізації цілей початкової освіти та вчасно приймати необхідні педагогічні рішення.

Природнича, громадянська та історична, соціальна та здоров'язбережувальна освітні галузі

Пояснювальна записка

Зазначені освітні галузі можуть реалізовуватись окремими предметами або в інтегрованому курсі за різними видами інтеграції (тематична, процесуальна, міжгалузева; в межах однієї галузі; на інтегрованих уроках, під час тематичних днів, в процесі проектної діяльності) за активного використання міжпредметних зв'язків, організації різних форм взаємодії учнів. Для розв'язання учнями практичних завдань у життєвих ситуаціях залучаються навчальні результати з інших освітніх галузей.

Метою навчальної програми «Я досліджую світ» є особистісний розвиток молодших школярів на основі формування цілісного образу світу в процесі засвоєння різних видів соціального досвіду, який охоплює систему інтегрованих знань про природу і суспільство, безпеку життєдіяльності, ціннісні орієнтації в різних сферах життєдіяльності та соціальної практики, способи дослідницької поведінки, які характеризують здатність учнів розв'язувати практичні задачі.

Досягнення поставленої мети передбачає розв'язання таких завдань: - формування дослідницьких умінь, опанування доступних способів пізнання себе, предметів і явищ природи і суспільного життя (спостереження, обстеження, дослід, практична робота, вимірювання, систематизація, класифікація, встановлення логічної та часової послідовності подій, критична оцінка побаченого (почутого), встановлення зв'язків і залежностей в природі і суспільстві, між станом довкілля і діяльністю людини, впливу поведінки на здоров'я та безпеку, залежності результату від докладених зусиль, аналіз наслідків ризикованої поведінки); - виховання активної позиції щодо громадянської і соціально-культурної належності себе і своєї родини до

України, інтересу до пізнання історії та природи свого краю і країни; пошани до символів держави, ініціативної поведінки у громадських акціях, у відзначенні пам'ятних дат і подій; - розвиток толерантності у соціальній комунікації, ціннісного ставлення до природи та її пізнання, до приватного життя інших людей, усвідомлення правової відповідальності у ситуаціях застосування норм і правил життя в суспільстві, інші соціальні навички щодо взаємодії і співпраці в різних видах діяльності; - створення умов для самовираження учнів у різних видах діяльності, становлення екологічно грамотної та соціально адаптованої особистості; - формування моделей здорової і безпечної поведінки; умінь розпізнавати ситуації, які становлять загрозу для власного життя і здоров'я та життя і здоров'я інших; аналізувати та оцінювати фактори ризикованої поведінки в довкіллі, роз'яснювати можливі наслідки недотримання правил безпечного поводження в кризових умовах сьогодення.

Тематичну основу курсу складають змістові лінії, які визначені Державним стандартом початкової освіти і охоплюють складники названих вище галузей в їх інтегрованій суті, а саме: «Людина» (пізнання себе, своїх можливостей; здорова і безпечна поведінка, безпечна поведінка в умовах надзвичайних ситуацій); «Людина серед людей» (стандарти поведінки в сім'ї, в суспільстві; моральні норми; навички співжиття і співпраці; волонтерська діяльність як спосіб вияву безкорисливої допомоги іншим); «Людина в суспільстві» (громадянські права та обов'язки як члена суспільства. Оцінювання загроз для себе і інших. Пізнання свого краю, історії, символів держави. Внесок українців у світові досягнення); «Людина і світ» (толерантне ставлення до різноманітності світу людей, культур, звичаїв; участь у добродійній діяльності на користь інших; взаємодопомога і підтримка народів у кризових ситуаціях); «Людина і природа» (пізнання природи; взаємозв'язок об'єктів і явищ природи; рукотворний світ людини; відповідальна діяльність людини у природі; роль природничих знань і технологій у житті людини; залежність між діяльністю людини і станом

довкілля). Типова навчальна програма дає змогу вчителю самостійно обирати й формувати інтегрований та автономний спосіб подання змісту із освітніх галузей Стандарту, добирати дидактичний інструментарій, орієнтуючись на індивідуальні пізнавальні запити і можливості учнів (рівень навченості, актуальні стани потреб, мотивів, цілей, сенсорного та емоційно-вольового розвитку).

Особливого значення у дидактико-методичній організації навчання надається його зв'язку з життям, з практикою застосування здобутих уявлень, знань, навичок поведінки в життєвих ситуаціях. Обмеженість відповідного досвіду учнів потребує постійного залучення й аналізу їхніх вражень, чуттєвої опори на результати дослідження об'єктів і явищ навколишнього світу. Педагогічна стратегія, яка опиралась на наслідувальні механізми у розвитку пізнавальних процесів молодших школярів, і передбачала пріоритетне використання зразків, алгоритмів, поетапного контролю й корекції, збагачується полісенсорним підходом, що зумовлює дослідницьку поведінку учнів, сприйняття ними властивостей і якостей предметів і явищ природного і соціального оточення, спрямовуються у сферу пошукової діяльності.

На основі Типової програми вчитель може створювати різні варіанти інтегрованої програми за таким алгоритмом: - визначення цілей навчання; - створення картки понять з інших предметів (асоціативної павутинки, курсів, галузей, які допоможуть досягти цілей); - структурування програми за темами; - вибір діяльності учнів, яка забезпечить інтегроване навчання; - розроблення показників досягнення очікуваних результатів.

Можливі засоби інтеграції в процесі реалізації програми «Я досліджую світ» передбачають включення учнів в практику виконання різноманітних завдань дослідницького характеру, як от: - дослідження-розпізнавання (Що це? Яке воно? Обстеження за допомогою органів чуття, опис, порівняння з іншими предметами, явищами; спільне – відмінне, до якого цілого воно належить); - дослідження-спостереження (Як воно діє? Що з ним

відбувається? Для чого призначене?); - дослідження-пошук (запитування, передбачення, встановлення часової і логічної послідовності явищ, подій; встановлення причинно – наслідкових зв'язків (Чому? Яким чином? Від чого залежить? З чим пов'язано?), догадка, висновок-узагальнення).

Типовий навчальний план для 1-2 класів початкової школи

Назва навчального предмета / Інтегрованого курсу	Кількість годин на тиждень		
	1 кл.	2 кл.	Разом
Інваріантний складник			
Українська мова*	7	7	19
Іноземна мова	2	3	
Математика	4	4	8
Я досліджую світ	3	3	6
Дизайн і технології	1	1	3
Інформатика	-	1	
Мистецтво	2	2	4
Фізична культура*	3	3	6
Усього	22	24	46
Варіативний складник			
Додаткові години для вивчення предметів освітніх галузей, проведення індивідуальних консультацій та групових занять	1	1	2
Кількість навчальних годин на тиждень, що фінансуються з державного бюджету (без урахування поділу на групи)	23	25	48
Гранично допустиме тижневе / річне навчальне навантаження учня	20/700	22/770	42/1470

* 1 клас – інтегрований курс «Українська мова. Навчання грамоти»;

**2 клас – окремі навчальні предмети «Українська мова», «Читання», або інтегрований курс «Українська мова».

****Години, передбачені для фізичної культури, не враховуються під час визначення гранично допустимого навантаження учнів.**

Типовий навчальний план для 3-4 класів початкової школи

Назва навчального предмета / Інтегрованого курсу	Кількість годин на тиждень		
	3 кл.	4 кл.	Разом
Інваріантний складник			
Українська мова	7	7	20
Літературне читання			
Іноземна мова	3	3	
Математика	5	5	10
Я досліджую світ	3	3	6
Дизайн і технології	1	1	4
Інформатика	1	1	
Мистецтво	2	2	4
Фізична культура*	3	3	6
Усього	25	25	50
Варіативний складник			
Додаткові години для вивчення предметів освітніх галузей, проведення індивідуальних консультацій та групових занять	1	1	2
Кількість навчальних годин на тиждень, що фінансуються з державного бюджету (без урахування поділу на групи)	26	26	52
Гранично допустиме тижневе / річне навчальне навантаження учня	23/805	23/805	46/1610

*** Години, передбачені для фізичної культури, не враховуються під час визначення граничнодопустимого навантаження учнів.**

ПЛАН-КОНСПЕКТ МАЙСТЕР-КЛАСУ

Тема: Особливості виготовлення лепбуків у початковій школі

Тривалість майстер-класу: 1 год.

Мета: ознайомити з технологією виготовлення лепбука, основними напрямками його застосування, вчити творчо застосовувати здобуті навички на практиці.

Обладнання: папка-основа для лепбука, клей-олівець, папір та картон кольоровий, ножиці, білі аркуші для нотаток, маркери, скоч, ноутбук, роздатковий матеріал.

Розрахунок часу майстер-клас

Ведучий майстер-класу: доброго дня, шановні колеги. Сьогодні я пропоную вам ознайомитися із новим засобом цікавої організації навчальної діяльності дітей. Із лепбуком.

1. Розповідь-презентація «Особливості виготовлення лепбуків в початковій школі» (5 хв.)
2. Практичний показ «Як виготовити лепбук?» (5хв.)
3. Робота педагогів зі створення власних лепбуків. (35 хв.)
4. Презентація власних напрацювань. (10 хв.)
5. Рефлексія. Підсумок майстер-класу. (5 хв.)

Ведучий майстер-класу: Доброго ранку, шановні колеги. Сьогодні я пропоную вам ознайомитися із новим засобом цікавої організації навчально-пізнавальної діяльності дітей. Із лепбуком.

1. Сьогодні наша освіта зазнає суттєвих змін. Важливим аспектом освіти є формування у дитини «навчити вчитися самому». Перед педагогом стоїть завдання навчити дитину ставити перед собою мету і завдання, знаходити способи їх вирішення, а головне знаходити потрібну інформацію для вирішення поставленого питання серед великої кількості джерел інформації. Сучасній дитині необхідно не стільки багато знати, скільки послідовно і доказово мислити, проявляти розумову активність.

Зміст та методи навчання школярів спрямовані на розвиток уваги, пам'яті, творчої уяви, на вироблення вміння порівнювати, виділяти характерні властивості предметів, узагальнювати їх за певною ознакою, отримувати задоволення від знайденого рішення.

Коли дитина працює з об'єктами, вона краще пізнає навколишній світ, тому перевагу в роботі з дітьми слід віддавати практичним методам навчання.

У зв'язку з цим перед педагогами стоїть завдання пошуку нових нестандартних форм взаємодії з вихованцями. Традиційні методи навчання замінюються на нові. У яких формується інтерес до творчої діяльності. Один з перспективних методів, які сприяють вирішенню даної проблеми, є лепбук.

Лепбук «lapbook» (книга на колінах, наколінна книга) - саморобна інтерактивна тека з кишеньками, віконцями, конвертиками, вкладками, рухомими деталями, що містить систематизований матеріал з певної теми. При цьому лепбук - це не просто вибір. Це прикінцевий етап дослідницької роботи учнів, яку дитина виконала коли знайомилася з певною темою. Заповнюючи теку дитина має виконати певні завдання, провести спостереження, дослідницьку роботу, презентувати матеріал.

Лепбук – це навчальний посібник, спосіб закріпити знання дитини з певної теми, осмислити зміст всієї папки, провести дослідницьку роботу, в процесі якої дитина бере участь у пошуку. Він допомагає дитині краще зрозуміти і запам'ятати матеріал. Дуже добре допомагає закріпити пройдену тему. Дає можливість в будь який час взяти і переглянути матеріал. Дитина самостійно збирає і організовує інформацію, формуючи навички шкільного навчання. Лепбуком зручно користуватися.

Важливо, що завдання можна підбирати під силу кожній дитині. Зробити колективну книжку. Основне, що при роботі над лепбуком діти здобувають самі знання, а не отримують у готовому вигляді.

Лепбук можна робити як індивідуально (вдома з батьками), так і в школі. Якщо працюють в групах, то можливі такі варіанти: вчитель,

розподіляє завдання між дітьми, і всі разом збирають матеріал та заповнюють теку; інший варіант вчитель показує послідовність дій, а діти з його допомогою роблять кожен свій екземпляр лепбуку.

Переваги користування лепбука для педагогів: сприяє організації процесу навчання в межах відповідної теми, що вивчається в рамках тематичного планування; це гарний спосіб подати інформацію в контактній формі, сприяє організації індивідуальної та самостійної роботи з учнями.

При роботі з лепбуком у дітей розвиваються універсальні вміння:

- вміння планувати майбутню діяльність;
- домовлятися з однолітками;
- розподіляти обов'язки;
- шукати потрібну інформацію, узагальнювати її, систематизувати;
- самостійно давати пояснення на виникаючі питання;
- приймати власні рішення, спираючись на свої знання і вміння;
- використовувати усне мовлення, з метою висловити власні думки

та бажання.

Лепбук може бути змістовним елементом розвивального середовища в класі. З метою ефективної співпраці батьків з дітьми та вчителем можна запропонувати теж виготовити лепбук. Єдиний момент – для виготовлення лепбука потрібен час, фантазія, зусилля! І я бажаю вам докласти трішки зусиль, щоб отримати гарний результат!

Хто має створювати лепбук?

Лепбук створюють учні, а вчитель забезпечує ресурсами та надає консультацію щодо розміщення інформації в ньому.

Створення лепбука допоможе збагатити, закріпити і систематизувати інформацію, а в подальшому дозволить пригадати цікавий матеріал. Ще спільна робота залишає приємні враження та задоволення у дітей та дорослих.

Скільки часу потрібно, щоб створити лепбук?

Учні не можуть створювати швидко, тому на виготовлення потрібно

- кілька уроків протягом одного дня;
- кілька днів;
- тематичний тиждень (учні щодня опрацьовують інформацію і можуть доповнювати лепбук протягом тижня).

Етапи створення лепбуку:

1. Тема
2. План
3. Макет
4. Збір інформації
5. Оформлення
6. Презентація

Як зробити лепбук?

Тема. Тема для лепбука може бути будь-якою. Найкраще лепбук виготовляти з конкретної теми.

План. Обравши тему – узгоджуємо план. Лепбук має містити матеріал який має розкрити тему вашої роботи.

Макет. Я вважаю що цей пункт найцікавіший, тому що він має охоплювати всі пункти плану. Потрібно уміло розмістити матеріал, який має містити лепбук.

Матеріали для виготовлення лепбуку. Для створення лепбука нам знадобиться такі матеріали: картонна папка-основа. Її можна купити готову, а можна зробити своїми руками; звичайний та кольоровий папір; ножиці; клей-олівець для паперу; стиплер; скоч; фломастери чи маркери; стрілки; пазли; конверти; віконця; картки.

Ведучий майстер-класу: Шановні колеги, всі необхідні матеріали є у вас на столах, тож ми можемо приступити до роботи.

Спочатку готуємо основу майбутньої теки. Вона буде з картонної коробки, яку ми оформимо кольоровим папером.

Наступний наш крок це складання макету. Вирішуємо де і які кишеньки ми розташуємо.

Коли макет готовий, ми можемо приступити до роботи з кишеньками, конвертиками, книжечками, блокнотиками, віялами, тощо та наповнювати їх тією інформацією, яку зібрали разом з учнями.

Варто сказати, що оскільки лепбук є засобом навчально-пізнавальної діяльності, то заповнювати його одразу не слід. Цю роботу потрібно проводити з учнями послідовно, під час вивчення тієї чи іншої теми.

Робота вчителів зі створення лепбуку.

Презентація вчителями власних розробок лепбуків.

Рефлексія.

КОНСПЕКТ ІНТЕГРОВАНОГО УРОКУ**для 2 класу з теми «Здорові зуби»**

Мета: ознайомити учнів з групами зубів та їхніми функціями, з правилами гігієни порожнини рота; збагатити активний словник учнів такими термінами як «карієс» і «стоматолог»; пояснити значення зубів людини, повторити правила чищення зубів; з'ясувати, що корисно, а що шкідливо для здоров'я зубів; виховувати вміння правильно доглядати за ротовою порожниною, дбайливо ставитися до збереження свого здоров'я.

Міжпредметні зв'язки: музичне мистецтво.

Тип уроку: застосування знань, умінь та навичок (практична робота).

Результати навчання. Наприкінці уроку учні:

- розумітимуть роль зубів для людини;
- знатимуть як зберегти зуби здоровими;
- розрізнятимуть корисну та шкідливу їжу для зубів;
- вмітимуть правильно підібрати зубну пасту та щітку;
- володітимуть термінами «карієс», «стоматолог».

Матеріали та обладнання: мультимедійний проектор, ноутбук, очищена морква та яблука, диск із записами (портрет хлопчика, аудіозапис «Дитяча посмішка», відео «Зуби не хворіють», «Чому потрібно чистити зуби», «Хай завжди будуть зубки білими», «корисні поради стоматолога», «Як правильно чистити зубки правильно з кроликом Лаккі»).

Хід уроку**I. Організація учнів до роботи.**

Створення позитивного психоемоційного клімату.

1. Перегляд відеоролику «Чисті зуби не хворіють».

Слова пісні проєктуються на великому екрані або роздати дітям друкований варіант, учні будуть співати.

Кожен ранок я встаю

В ванну я мерщій біжу

Бо казали мама з татом
Треба зубки доглядати
Бо казали мама з татом треба зубки доглядати
В цьому є для всіх потреба
Чистіть зубки двічі в день
Під нашу пісню дві хвилини День у день.
І про карієс забудуть всі
Білосніжна усмішка у всій красі
Приспів: 2
Білі зубчики у нас завжди
В цьому є для всіх потреба.

2. Вправа «Усмішка по колу».

Усі беруться за руки «передають» усмішку по колу: кожна дитина повертається до свого сусіда праворуч і побажавши йому чогось приємного, усміхається, а той передає усмішку далі.

- Давайте подякуємо один одному за щирі слова оплесками.

II. Повідомлення теми і мети уроку.

Вивішується малюнок хлопчика із закритим ротом

- А як ви думаєте, чому цей хлопчик закрив рота і боїться посміхнутися? (Бо у нього мабуть не гарні зуби).
- Та от щоб ви не потрапили в подібну ситуацію і не соромилися своєї посмішки, ми на сьогоднішньому уроці розглянемо тему «Здорові зуби».

III Основна частина

3. Казка про зуби.

Учитель читає казку, діти уважно слухають.

Жили-були зубки. Жили вони не тужили в роті у хлопчика Іванка, Спочатку вони жили добре, вони були білі, красиві, здорові. Тільки не дуже довго вони раділи. Поганий їм господар дістався, просто нечупара. Він їх майже зовсім не чистив. Іванко взагалі дуже не любив умиватися. Сумували

зубки і дуже ображалися на Іванка. Сумне життя у них настало і вони захворіли від розладу.

- Ми чули – сказали передні зуби, – що якщо господар зуби не чистить, то вони можуть образитися і піти від нього зовсім. – Як так ? – не повірив Іванко, – Куди піти? А як же я цукерки їсти буду? А яблука як гризти? Не може бути.

І він побіг до старої мудрої бабусі. Бабуся була старенька і багато знала.

- Бабусю – запитав Іванко – а правда , що зубки можуть образитися і піти?

- Звичайно правда – сказала бабуся – зубки завжди ображаються якщо їх не чистять. Вони починають хворіти і випадати.

- Випадати? – здивувався Іванко – Як це?

- А так : вистрибують з рота і шукають іншого господаря.

Задумався Іванко а потім питає:

- Бабусю а як же я ? Я ж не можу бути без зубів.

- Тоді треба з ними помиритися.

- Так. – закричали зубки, давайте миритися, треба почистити нас і ми не будемо більше на тебе ображатися. Тільки не забувай. Ми любимо митися вранці і ввечері.

- Добре – зрадів Іванко.

З тих пір вони більше не сварилися і жили дружно.

Питання для обговорення:

- Де жили зубки?

- Чому зуби сумували і ображалися на Іванка?

- Що означає «Зуби можуть піти»?

- Чому зуби хворіють?

- Як хлопчик помирився із своїми зубами?

4. Розвиваючий мультимедіум для дітей «Чому потрібно чистити зубки» (в мультимедіумі гном доступно розповідь про види і функції зубів)

- Скільки у дорослої людини зубів? (32)
- Яка функція зубів? (захоплювати, перетирати, розрізати, розривати їжу).
- Чому потрібно чистити зуби? (щоб вони були здорові).
- Які правила догляду за зубами розповів вам гном? (чистити зуби 2 рази на день, полоскати ротову порожнину теплою водою після кожного прийому їжі, не їсти багато солодкої їжі, відвідувати стоматолога регулярно).

5. Музичний мультфільм «Хай завжди будуть зуби білими».

(вмикається відеоролик)

6. Гра «М'яч лови та чи ні говори».

Учитель називає продукти харчування. Учень ловить м'яч і говорить корисне це для зубів чи ні.

7. Повчальна історія для Мишка.

Малий ведмедик Мишко дуже любив солоденьке, посмоктав цукерки а горішки гриз зубами. Мама і тато сказали, що так не можна, та Мишко не слухав. Ось і розболівся у нього зуб. Повели ведмедика до лікаря дятла. Лікар подивився на хворий зуб, виявив там дірочку. Довго лікував зуба а потім сказав:

- Тверді горішки розгризаєш зубами і на них утворюються тріщинки, в які потрапляє їжа, загниває і руйнує зуб – утворюється дірочка. Це і викликає біль. Отже твердих цукерок і горішків гризти не можна. Зуби треба берегти, їх слід чистити зубною щіткою, щоб не залишалося решток їжі.

І лікар подарував мишці зубну щітку. Послухав ведмедик лікаря і більше ніколи так не робив.

Ми з'ясували яка їжа для зубів корисна, а яка шкідлива. А що є шкідливим для наших зубів? Що не можна робити? (не можна після гарячої їжі пити холодну воду і навпаки). А що ще не можна (не можна їсти дуже багато солодоців. Не можна гризти горіхи, тверді цукерки, не колупатися в зубах металевими предметами).

8. Біографія зубної щітки.

Учитель демонструє сучасну зубну щітку.

Як ви діти гадаєте сучасна зубна щітка завжди так виглядала? Історія зубної щітки починається із жувальних пластинок, якими користувалися жителі Вавилону за багато століть до н.е. Пластинку змінила жувальна пластинка розміром з олівець. Один кінець палички зжовували, другий служив зубочисткою.

Напевне невідомо хто перший виготовив зубну щітку. З 1840 р. щітки почали виготовляти у Франції та Німеччині. Саме в Німеччині у 18 ст. з'явилася зубна щітка тієї конструкції, яку ми бачимо сьогодні. Кожна людина повинна мати власну зубну щітку. А ви маєте? Але що можна зробити однією зубною щіткою? Що потрібно покласти на щітку? Пасту різноманітні. Назвіть свою зубну пасту .

Щоб блищали зубенята

Кожен з вас повинен знати

паста з щіткою все зможуть

і завжди вам допоможуть.

9. Довідкове бюро

Стоматолог – слово грецького походження, що означає лікар який лікує захворювання ротової порожнини. Якщо є хворі зуби він на основі вивчення симптомів та аналізів поставить діагноз, зробить висновок про хворобу.

Слово «Карієс» – латинського походження, дослівно означає ниття. Це порожнина в зубі з'являється внаслідок руйнування зубної емалі та гниття зубів. Причини карієсу неправильні харчування та догляд за зубами.

10. Цінні поради стоматолога

(Відеоролик) Геннадій Синявський – стоматолог подарує нам цінні поради щодо правильного вибору щітки та зубної пасту.

Запитання для обговорення:

- Як правильно підібрати зубну щітку
- Яка роль йоржиків на зубній щітці.

- Чому дитячі зубні щітки менші за дорослі\
- Як часто потрібно змінювати зубну щітку
- Чому щетини на щітці рекомендують обирати заокруглені
- Які ви знаєте додаткові засоби догляду за зубами?

Сьогодні коли ви будете чистити зуби, зверніть увагу на щетину вашої зубної щітки. На упаковці туби прочитайте до якої категорії належить ваша зубна паста (лікувальна, лікувально-профілактична, профілактична).

Варто запам'ятати чистити зуби потрібно не менше як 3хвилини.

11. Практична робота Як правильно чистити зуби (відеоролик)

Кролик Лаккі детально проінструктує вас як правильно чистити зуби

Крок 1. Чистими руками беремо зубну щітку, миємо її теплою проточною водою.

Крок 2. Наносимо зубну пасту.

Крок 3. Рот ретельно прополіскуємо теплою водою і починаємо чистити зуби.

Спочатку чистимо передні зуби згори вниз для верхніх зубів, а для нижніх – знизу вгору, Далі жувальні зуби – вперед назад, Наостанок внутрішню сторону зубів рухами згори вниз для верхніх зубів, а для нижніх – знизу вгору.

Крок 4. Ретельно прополоскати рот.

А ви вмієте правильно чистити зуби та розкажіть як ви це робите. Ось у мене гребінець, це ніби наші зуби. Між зубами я поклала вату – це залишки їжі а тепер один учень візьме зубну щіточку і проведе нею по зубчиках гребінця вперед-назад кілька разів.

Варто пам'ятати Вата як була між зубчиками так і залишилася.

Інший учень проведе зубною щіткою від верху гребінця в низ, ніби від ясен до краю зубів.

Варто пам'ятати Вся вата що була між зубчиками знялася – гребінець став чистий. Так зубна щітка знімає бруд із наших зубів за умови правильного використання.

IV. Заключна частина

1. Вправа «Клубок»

Кожен учень по черзі розповідає, що дізнався на уроці, яку нову інформацію почув і чи стане вона йому в нагоді в майбутньому. Дитина тримає в руках клубок і після розповіді віддає його іншому.

2. Гімнастика для зубів

Можна для зубів робити гімнастику. Для цього часу на ринках Індії продають паличку дерева. Таку паличку очищають від кори і жують. Роздроблені волокна ретельно очищають зуби, а сік приємний на смак, дезінфікує і зміцнює. Ясна у нас немає такого дерева, але ми можемо його замінити, жуючи яблуко, моркву чи інші фрукти та овочі.

Звучить пісня «Дитяча посмішка». Учитель дарує дітям яблука та очищену моркву.

ВИБІР НА КОРИСТЬ ЗДОРОВ'Я: ТРЕНІНГ ДЛЯ БАТЬКІВ.

Слід пам'ятати, що спілкування з батьками швидше за все буде складатися у вигляді бесіди з елементами тренінгу. Можна очікувати, що вони ставитимуть питання або будуть брати під сумнів те, що буде відбуватися на цих зустрічах.

Тривалість: 1 год 25 хв.

Вправа «Знайомство» (5 хв)

Мета: підготувати учасників до роботи, створити комфортну атмосферу, сприяти згуртованості групи.

Хід вправи. Учасники сідають у коло. Тренер знайомить їх із символічним учасником групи — її талісманом «Здоровчиком» (м'яка іграшка). Кожен учасник передає «Здоровчика» по колу, називаючи своє ім'я та вітаючись із групою.

Міні-лекція «Вплив паління на організм людини» (20 хв)

Із чого складається тютюновий дим?

У тютюновому димі однієї сигарети наявні більше ніж 4 000 різних хімічних речовин, більшість з яких шкідливі для здоров'я. Деякі із цих речовин отруйні. 43 речовини відносяться до речовин, які спричиняють рак.

Одна з отруйних речовин — нікотин. Нікотин міститься в листях тютюну. Потрапляючи в організм людини з тютюновим димом, нікотин впливає як швидкодіючий наркотик, формуючи сильну залежність від паління.

Одна з канцерогенних речовин — смола. Це темна клейка речовина, що осідає в легенях.

У тютюновому димі також наявний чадний газ CO.

Як тільки людина запалює сигарету, нікотин через легені потрапляє в кров. І вже через 8 секунд починає впливати на головний мозок.

Нікотин спочатку збуджує, а потім гальмує процеси в центральній нервовій системі.

Нікотин підсилює серцебиття, звужує кровоносні судини й підвищує артеріальний тиск.

Кількість серцевих скорочень на добу в того, хто палить, на 15 000–20 000 скорочень більше, ніж у людини, яка не палить. При цьому таке серце перекачує на 1,5 тони крові за день більше, ніж у тих, хто не палить. А це означає, що навантаження на серце зростає. Це призводить до скорочення часу життєдіяльності серця.

Разом з ніотином у легені потрапляє смола. Вона осідає на стінках легень.

Можна сказати, що курець їсть смолу ложками. Якщо людина випалює пачку сигарет у день, за рік вона «з'їдає» 700 грамів дьогтю, тобто трохи менше від літрової банки.

Разом з ніотином через легені в кров також проникає чадний газ СО. Чадний газ зменшує надходження кисню в усі частини тіла. Через недостатність кисню м'язи тіла втомлюються, і настає стан загальної втоми.

Уміст чадного газу в крові тих, хто палить у 15 разів більший, ніж у тих, хто не палить.

Під час першого досвіду паління може виникнути запаморочення, нудота й блювання.

В усіх підлітків, що палять, з'являються проблеми, які пов'язані з дихальними шляхами: запалення слизових оболонок рота й гортані, задуха, кашель, може виникнути астма або бронхіт.

- Ті, хто палить не так давно, мають стан кисневого голодування, тому що чадний газ потрапляє через легені в кров і обмежує доступ кисню в усі частини тіла. Починає знижуватися імунітет.

- Для підлітків дуже важливо, який вони мають вигляд. Ми їм нагадуємо, що ті, хто палить, починають погано пахнути. Їхній одяг і волосся пахнуть тютюном. З'являється неприємний запах з рота.

- У тих, хто палить не так давно, з'являються плями на зубах, змінюється колір зубної емалі. Зуби починають жовтіти.
- А також важливо пам'ятати, що незабаром з'явиться залежність від паління.

Зовсім недавно вчені знайшли пояснення тому, чому в людини з'являється залежність від тютюну. Справа в тому, що тютюновий дим порушує в головному мозку баланс речовин. У результаті в того, хто палить, рівень речовини, що спричиняє стан задоволення від паління, стає дуже високим. Від надлишку цієї речовини курця й тягне палити. Через надлишок цієї речовини стає нелегко кинути палити. Паління — такий стан, коли легко потрапити на гачок: залежність формується швидко й непомітно. Почати палити значно легше, ніж кинути. Більшість курців жалкують про те, що колись почали палити. Багато таких, що хочуть кинути, але це вже не так легко зробити, коли виникла залежність від паління.

Міні-лекція

«Що відбувається в результаті тривалого паління?» (15 хв)

Тривале паління — це регулярне паління цигарок і інших тютюнових виробів протягом декількох років/тривалого часу. Медичні дослідження показують, що тривале паління дуже сильно підвищує ризик розвитку серйозних захворювань і призводить до передчасної смерті.

Тривале паління призводить до таких захворювань:

- до хвороб дихальних шляхів і легень, включаючи хронічний бронхіт, емфізему легень, рак губи й гортані, рак легень;
- ризик померти від хронічного бронхіту або емфіземи легень у 5 разів більший у курців, ніж у тих, хто не палить;
- ризик померти від раку легень у 23 рази вищий у чоловіків-курців і в 11 разів більший у жінок-курців, ніж у тих, хто не палить;
- до серцево-судинних захворювань, включаючи інфаркт і інсульт;
- ризик померти від серцево-судинних захворювань у 2 рази більший у курців, ніж у тих, хто не палить;

- ризик померти від інсульту в 1,5 рази більший у курців, ніж у тих, хто не палить;
- до хвороб травної системи, включаючи виразку шлунку й дванадцятипалої кишки, рак нирок, сечового міхура й підшлункової залози;
- ризик занедужати раком нирок, сечового міхура й підшлункової залози значно вищий у курців, ніж у тих, хто не палить;
- до зниження функції чоловічої репродуктивної системи та імпотенції;
- у родинях курців рідше народжуються діти чоловічої статі;
- нікотин підвищує ламкість і закупорку судин. При цьому досить часто виникає звуження або повна закупорка судин статевого органу; у цьому випадку розвивається стійка імпотенція;
- під дією нікотину виникає порушення кровообігу судин нижніх кінцівок. Ці зміни можуть призвести до такого явища, як кульгавість, а в подальшому до ампутації ніг;
- у дівчаток-підлітків, які починають палити, на 70 % більший ризик розвитку раку молочної залози.

Усі ці захворювання смертельні.

Це й підтверджує статистика: щороку від паління вмирають більше людей, ніж від СНІДу, алкоголю, наркотиків, автомобільних аварій, убивств, самогубств і пожеж разом узятих.

Гра-розминка «Чорні шнурки» (5 хв)

Мета: розрядка.

Хід гри. Усі сидять на стільцях у колі, тренер – у центрі кола. Він пропонує помінятися місцями тим, у кого, наприклад, чорні шнурки. Завдання всіх учасників – знайти собі місце, у тому числі й ведучому. Той, хто не знайшов собі місця на стільцях, стає ведучим. Вправа спрямована на розрядку, дає можливість побачити загальне, виявити фантазію. У міру опанування гри тренер може подавати приклад, називаючи більше цікавих ознак. (Учасників слід самотійно заохочувати словами схвалення.)

Інформаційне повідомлення «Що таке пасивне паління? Що означає бути пасивним курцем?» (10 хв)

Коли хтось палить, дим потрапляє не тільки в легені курцеві, але й усім тим, хто перебуває поруч з курцем, але сам не палить.

Людина стає пасивним курцем, якщо вдихає тютюновий дим, коли палять інші. У кафе, де палять, або в компанії людей, де хтось палить, або навіть у себе вдома, якщо хтось із батьків палить у їхній присутності.

За даними досліджень:

- дружини курців частіше страждають серцево-судинними захворюваннями й бронхіальною астмою і в середньому вмирають на 4 роки раніше за своїх однолітків;

- у дітей у тих родин, де палять, погіршується слух;
- паління батьків підвищує частоту руйнування зубів у дітей;
- якщо вагітна жінка палить, зародок теж стає пасивним курцем.

Дослідження показують, що у вагітних жінок, які палять, народжуються недоношені діти зі зниженою вагою.

Пасивне паління шкідливе для здоров'я. Можуть виникнути хвороби дихальних шляхів, астма й навіть рак.

Обговорення «Чому потрібно займатися спортом?» (10 хв)

Мета: обговорити питання щодо занять спортом у підлітковому віці.

Т р е н е р. Скажіть, а ваші діти займаються спортом? Як ви ставитеся до того, що вони будуть займатися спортом?

Ми пояснюємо дітям, що паління й заняття спортом несумісні, тому якщо вони захоплюються спортом і якщо хочуть зберегти гарну фізичну форму на довгі роки, вони обов'язково повинні знати:

- 1) паління звужує кровоносні судини й підсилює навантаження на серце;
- 2) курці страждають задухою в 3 рази частіше, ніж ті, хто не палить;
- 3) куріння руйнує легені;

4) курці бігають повільніше. Для них реальна проблема пробігти довгу дистанцію за короткий час.

Порада підліткам: потрібно займатися або фізичними вправами, або улюбленим видом спорту, або спортивними танцями.

Від цього:

- 1) потрібна користь для здоров'я;
- 2) їм буде на що витрачати вільний час;
- 3) вони матимуть друзів, з якими в них будуть спільні інтереси, наприклад спорт.

Інформаційне повідомлення «Міфи про паління» (15 хв)

Т р е н е р. Ваші діти часто перебувають під впливом поширених думок, які ми називаємо міфами, які вони можуть чути від різних людей, у тому числі й дорослих.

Міф 1

Деякі люди вірять, що, якщо палити, не затягуючись, намагаючись не втягувати дим у легені, можна уникнути негативних наслідків паління.

Навіть якщо просто тримаєш у руці запалену цигарку, то вже вдихаєш тютюновий дим. Тому неважливо — затягатися або не затягатися, тютюновий дим однаково потрапляє в легені.

Міф 2

Деякі вірять, що цигарки з фільтром безпечні для здоров'я.

Паління будь-яких тютюнових виробів: сигарет із фільтром і без фільтра, цигарок, трубок, уживання жувального тютюну – шкідливе для здоров'я. У димі будь-яких тютюнових виробів наявні як високотоксичні речовини, так і канцерогени.

Міф 3

Деякі вірять, що палити помірковано для здоров'я не шкідливо. Є такі батьки, які самі купують цигарки своїм дітям і дають їм цигарки з такими словами: «Пали небагато, тільки не обкурюйся».

Ми хочемо сказати таким батькам і таким людям, що палити багато або мало однаково шкідливо. Нікотин, смоли й чадний газ потрапляють в організм із димом навіть однієї цигарки. Потрібно також пам'ятати, що нікотин спричиняє звикання, яке може виникнути й після декількох випалених цигарок.

Міф 4

Деякі дівчата вірять, що паління – це кращий засіб для схуднення. І ті з них, хто вже палить і хоче кинути, бояться, що, кинувши палити, вони наберуть ваги.

Нікотин притупляє апетит, але паління не розв'язує проблеми ваги. Багато з тих, хто палить, мають надлишкову вагу. Проблема ваги може бути розв'язана тільки за допомогою правильного харчування.

Можна, наприклад, перейти на низькокалорійну їжу: їсти якнайбільше овочів і фруктів. Яблука, морква — це найкращий засіб для підтримки нормальної ваги.

Міф 5

Деякі хлопці вважають, що, якщо вони палять, вони подобаються дівчатам. А деякі дівчата вважають, що якщо вони палять, то виглядають елегантно.

Щоб справити враження на дівчину, не обов'язково починати палити. Багатьом дівчатам-підліткам не подобаються хлопці, які палять. Багато дівчат-підлітків вважають, що від таких хлопців погано пахне.

Міф 6

Ті дівчата-підлітки, які вважають, що якщо вони палять, то виглядають елегантно, часто думають так через рекламу або кіно, де вони бачать, як гарні жінки палять.

Гарні жінки «роблять» сигарети привабливими. Тютюнові компанії виділяють значні гроші на рекламу й кіно, щоб залучити якнайбільше покупців цигарок і заробити на цьому ще більше грошей.

Міф 7

Деякі підлітки вірять, що немає нічого найпростішого, ніж кинути палити. Вони міркують так: ось зараз трохи побавимось, сьогодні попалимо, завтра на дискотеці попалимо, післязавтра в Сергія на дні народження попалимо, а потім і кинемо.

Коли людина палить, у неї змінюється баланс речовин у головному мозку, у результаті розвивається залежність від паління. Людина починає відчувати постійну тягу до паління. Після цього кинути палити стає зовсім нелегко.

Інтерактивне спілкування (30 хв)

Мета: закріпити набуті знання.

Отже, ми розповіли вам все те, що розповідаємо вашим дітям про паління. Поговоримо про це.

1. З чого складається тютюновий дим?
2. Що відбувається в організмі людини, яка палить?
3. Як впливає паління на організм людини, яка палить не так давно (це насамперед стосується підлітків)?
4. Що відбувається в результаті тривалого паління?
5. Що таке пасивне паління?
6. Що означає бути пасивним курцем?
7. Як паління впливає на фізичну форму і заняття спортом?
8. Міфи про паління.

Бесіда «Як підтримати свою дитину» (20 хв)

Дуже важливо встановлювати довірчі стосунки з вашими дітьми, про те, що діти та підлітки, як ніхто, потребують підтримки й насамперед з боку вас – батьків. Якщо дитина упевнений у собі, якщо він відчуває вашу підтримку за своєю спиною, він набагато легше скаже «Ні», коли йому запропонують цигарку або спиртне.

Питання батькам:

- Як часто ви хвалите ваших дітей?
- За що ви їх хвалите?

- Про що ви розмовляєте?
- Ви їх частіше лаєте чи хвалите?

Перший, найкращий спосіб підтримки дитини – похвала.

1. Необхідно хвалити дитину. Батьки скоріше виражають почуття невдоволення стосовно своїх дітей і рідко хвалять. Батьки часто щедрі в негативних оцінках і скупі в позитивних. Дитина повинна чути слова похвали на свою адресу. Похвала – це позитивна оцінка того, що вона робить, або її самої. Дитина буде пам'ятати вашу похвалу. Вона, як на касету, записує ваші позитивні оцінки, а потім «програє» їх собі, особливо в ситуації непевності й ухвалення рішення. Намагайтеся щодня знаходити слова похвали для вашої дитини. Ви знаєте, що любите вашу дитину, ми знаємо, що ви любите вашу дитину, але вона про це довідається тільки тоді, коли ви це їй скажете. Тому похвала – це також вираження вашої любові до дитини.

2. Чому потрібна похвала? Дитина повинна навчитися ставитися до себе позитивно, з повагою, навчитися цінувати себе, бачити в собі насамперед сильні, позитивні сторони. Тоді у складній ситуації, ситуації вибору, така дитина буде говорити собі: «Я зможу це зробити» або «Цього разу не вийшло, але я обов'язково зроблю це успішно наступного разу». Якщо ж дитина на свою адресу з боку батьків чує тільки негативні оцінки: «Ти знову це зробив», «Нічого не можеш», «Але скільки разів тобі говорили» і т. ін., то вона так і починає до себе ставитися, як до нікчемної або ні на що не здатної людини.

3. Що відбувається потім? Дитині однаково потрібна підтримка, і вона починає шукати цю підтримку в іншому місці, серед своїх друзів, у компанії старших товаришів. У такій ситуації вона і стає уразливою до тиску з боку своїх друзів. Дитина з низькою самооцінкою, що сформувалася в родині, де вона чула переважно тільки негативні висловлювання на свою адресу, не може протистояти тиску друзів, не знає, як сказати «Ні», якщо навіть вона не хоче робити того, що вони змушують її робити. Дитині пропонують цигарку або спиртне, і вона погоджується.

4. Ви звичайно спитаєте, а як же бути в ситуації, коли наші діти поведуться так, що повинні бути покарані. Покарання повинне бути пропорційним дії або вчинку, що зробила дитина. Засуджуйте не її саму, а той вчинок, що вона зробила.

Підсумки заняття (5 хв)

КОНСПЕКТ УРОКУ

Тема. Безпека в школі

Мета: розширити знання про правила поведінки в школі, сформувати навички безпечної поведінки в класі, спортивному залі, їдальні, на сходах, під час проведення рухливих ігор на перервах; розвивати мовлення, креативність і самостійність мислення; виховувати відповідальність за свою поведінку.

Обладнання: картки для групової роботи, тлумачний словник, кольорові кружечки для об'єднання в групи, кружечки для смайликів, презентація до уроку.

Хід уроку**I Організація класу (Слайд 1)**

- Бажаю всім на уроці такого ж позитивного настрою.

II Мотивація навчальної діяльності

1 Відгадайте загадку:

Як минає тепле літо,

То спішать до неї діти.

Сміх і гам дзвенить довкола —

Відкриває двері... (школа). (Слайд 2)

2 Бесіда:

- Подобається вам навчатися у школі ?
- Чи відчуваєте ви себе у школі в безпеці ?

III Оголошення теми та завдань уроку.

- Сьогодні на уроці мова йти про небезпечні та безпечні ситуації, які можуть трапитися у школі. Ви навчитесь правильно поводити себе і уникати небезпеки.

IV Робота над матеріалом уроку.

1 Робота з тлумачним словником.

- А що ж таке небезпека?

Дитина зачитує тлумачення слова :

Небезпека – можливість якогось лиха, нещастя, якоїсь катастрофи, шкоди.

- Отже, щоб визначити можливість небезпечних ситуацій, вирушаємо в подорож рідною школою. А куди саме, ви дізнаєтесь виконавши наступне завдання.

2 Робота в групах

Кожна дитина витягує з торбинки кружечок одного з кольорів: жовтого, червоного, зеленого, синього, фіолетового. Так учні об'єднуються в групи.

Представник кожної групи отримує завдання-картку. Користуючись таблицею-підказкою (Слайд 3) треба розшифрувати, що написано на картках (Слайд 4)

I група – їдальня

II група – спортзал

III група – вестибюль

IV група – коридор

V група – кабінет

Групи звітують про виконану роботу.

3 Робота з картою-схемою (Слайд 5)

- Для чого потрібні ці приміщення?

Діти розповідають, що вони роблять у кожному з шкільних приміщень.

Представник кожної групи отримує завдання для своєї групи.

I – Визначити небезпечні ситуації, які можуть трапитися в їдальні.

II – Визначити небезпечні ситуації, які можуть трапитися в спортзалі.

III – Визначити небезпечні ситуації, які можуть трапитися в вестибюлі.

IV – Визначити небезпечні ситуації, які можуть трапитися в коридорі.

V – Визначити небезпечні ситуації, які можуть трапитися в кабінеті.

4 Звіт I групи

1) Група відповідає на запитання, клас доповнює відповідь.

5 Фізкультхвилинка



Раз, два! Пострибали
(гіти плигають двічі
вперед)!
Три, чотири! Назад стали
(плигають двічі назад).
Лапки вліво, лапки вправо
Лапки вгору підняли.
Всі тихесенько присіли.
Потім знову підвелись.
І крутились, веселились,
Усміхнулись й за науку знов
взялись.



6 Звіт II групи

1) Група відповідає на запитання, клас доповнює відповідь.

7 Звіт III групи.

8 Звіт IV групи.

1) Група звітує, клас доповнює відповідь.

2) Слухання вірша:

Пролунав веселий дзвоник.

Відпочити час настав.

На перерву, наче коник,

Хлопчик Петрик поскакав.

Не дивіться, що маленький,

Він у русі кожну мить.

Зносить Петрик на перерві

Всіх, хто на шляху стоїть.

Все встигає він зробити:

Сходи всі перелічити

І дівчаток подражнити

Розштовхати всіх навколо.

Петрик йде! Рятуйся, школо!

Знов лунає шкільний дзвоник,

Кличе всіх нас на урок.

Входять дітлахи похмурі,

Петрик ззаду, як в 'юнок.

Учнів вчителька питає:

- Що тут сталося, малі?
- Петрик дражнить і штовхає,
- Сумно кажуть школярі.

Їм Петрусь відповідає:

- Хто вас, друзі, ображає?
- Я ж нікого не чіпав,
Просто весело я грав.

3) Бесіда за змістом вірша. (Слайд 6)

- Як ви оцінюєте поведінку Петрика?
- До яких наслідків вона може призвести?
- Яку пораду ви дали б хлопчику?

9 Звіт V групи.

1) Група звітує, клас доповнює відповідь.

2) Робота з прислів'ями. (Слайд 7)

Вставте пропущені букви, прочитайте та поясніть прислів'я.

Обачність – половина порятунку.

Бережися лиха – поки тихо.

V Узагальнення вивченого

2 Складання асоціативного куша до поняття «травма» (Слайд 8)

3 Створення плакату « Школа без травм» (Слайд 9)

Учні складають основні правила поведінки в школі, узагальнюючи почуте на уроці.

VI Підсумок уроку.

- Якщо кожна дитина буде дотримуватись цих правил, чи будуть у школі травми?
- Давайте нашу школу перетворимо в «Школу без травм», діти в якій завжди будуть здоровими і щасливими. Виразіть своє ставлення до моєї пропозиції відповідною емоцією.

Діти малюють на смайлику вибрану емоцію та прикріплюють зображення до дошки.

Додатки

Слайд 1



Слайд 2



**Як минає тепле літо,
То спішать до неї діти.
Сміх і гам дзвенить довкола –
Відкриває двері...**

Слайд 3

А	Б	В	Г	Г	Д	Е	Є
§	μ	¥	£	£)	&	:	÷
Ж	З	И	І	Ї	Й	К	Л
Љ	¶	±	†	‡	њ	ћ	ұ
М	Н	О	П	Р	С	Т	У
{ }	¬	€	Ј	l«	]]	U	# []
Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ь	Ю	Я
\$	Ў	а	» «	#	%	j•	j<

Слайд 4

‡ & § ұ % ¬ j<
]] Ј € l« U ¶ § ұ
¥ :]] U ± μ j• ұ %
ћ € l« ± & € l«
ћ § μ † ¬ : U

Слайд 5



Слайд 6

Можливі травми



ПРИСЛІВ'Я

.б.чн.сть – п.л.в.н. п.р.т.нк.

О а і о о и а о я у у

Б.р.ж.с. л.х. – п.к. т.х.

Е е и я и а о и и о



Слайд 9

ШКОЛА БЕЗ ТРАВМ

ДОБРОЗИЧЛИВЕ СТАВЛЕННЯ ДО ІНШИХ
ЛЮДЕЙ

ДОТРИМАННЯ ПРАВИЛ ПОВЕДІНКИ

ОБЕРЕЖНІСТЬ

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ

Слайд 10



КОНСПЕКТ УРОКУ**1 клас****Тема уроку:** Будова тіла людини.

Мета уроку: формувати уявлення в дітей про будову тіла людини, частини тіла й органи; формувати вміння встановлювати структурно-функціональні та причинно наслідкові зв'язки в організмі людини; сприяти розвитку критичного мислення, вихованню в учнів здатності визначати й розв'язувати проблеми щодо зміцнення і збереження власного здоров'я.

Методи: наочний, словесний, практичний**Тип уроку:** урок засвоєння нових знань.**Форми роботи:** фронтальна, групова.

Обладнання: таблиці із зображенням внутрішньої будови людини, муляжі внутрішніх органів, малюнок або макет зубів.

Хід уроку**I. Організаційний момент.**

Продзвенів шкільний дзвінок.

Починається урок.

То ж і ми часу не гаймо

І урок свій починаймо.

Стали, дітки, всі рівненько

Усміхнулися гарненько,

Настрій на урок взяли

Й працювати почали

II. Актуалізація знань.**1. Бесіда.**

- Що тебе об'єднує з іншими живими істотами?
- Які ознаки притаманні тільки людям?



- Які умови потрібні тобі для життя?

- Що тобі найбільше подобається в неживій природі? А в живій?

- Діти, у мене в руках - коробочка, в якій є підказка – відповідь: про що чи про кого йтиметься на сьогоднішньому уроці.

(Діти не розходяться з кола, а вчитель передає по колу коробочку, у якій на дні лежить дзеркало, і кожна дитина, заглянувши в неї, посміхається через те, що бачить там себе.)

- Кого ви побачили в коробочці? *(Кожен побачив себе.)*

- Хто ви такі? *(Діти.)*

- Як одним загальним словом можна назвати чоловіків, жінок, дітей?
(Люди.)

- На сьогоднішньому уроці ви зможете отримати нові для себе відомості про людину та будову її тіла.

- Для цього вам доведеться спочатку відгадати загадки та пояснити свої відгадки.

2. Відгадування загадок.

- Стоїть два кілка,
на кілках – бочка,
на бочці – купина,
на купині – ліс дрімучий. *(Людина.)*
- Хто ранком ходить на чотирьох,
удень – на двох, а ввечері – на трьох? *(Людина.)*

III. Повідомлення теми, мети. Мотивація навчальної діяльності учнів.

Вправа « Мікрофон».

- Навіщо нам потрібно знати, хто така людина?
- Чому лікарі повинні добре знати будову тіла людини?
- Чому кожному/кожній людині й дитині потрібно знати будову свого тіла?
- Сьогодні на уроці ви дізнаєтесь про те, яку будову має організм людини.

IV. Засвоєння нових знань, формування умінь і навичок.

1. Розповідь учителя про частини тіла людини.

- Роздивіться зображення дітей на с. 26 і назвіть, з яких частин складається їхнє тіло. (Тіло людини складається з таких частин: голови, шиї, тулуба(спина, груди, живіт), нижніх кінцівок і верхніх кінцівок. Знайдіть їх на малюнку.

2. Відгадування учнями загадок про частини тіла.

У двох матерів по п'ять синів, у кожного своє ім'я. (Рука і пальці)

Ми на них стоїмо і танцюємо.

Ну, а якщо їм накажемо,

Нас вони бігом несуть.

Підкажи, як їх звуть? (Ноги)

3. Робота за підручником.

- **Роздивіться** зображення будови тіла людини. **Розкажіть**, з яких частин складається ваше тіло. **Доповніть** схему. **Виправте** помилки.



4. Робота з плакатом «Внутрішня будова тіла людини».

- Тіло людини складається з різних органів. Окремий орган – частина тіла, що має певну форму й виконує певну роботу в організмі. У кожного органу своя «професія». Наприклад, завдяки легеням дихають, а шлунок здійснює перетравлювання їжі.

Словникова робота. Слово «орган» походить із грецької мови й означає знаряддя, або інструмент.

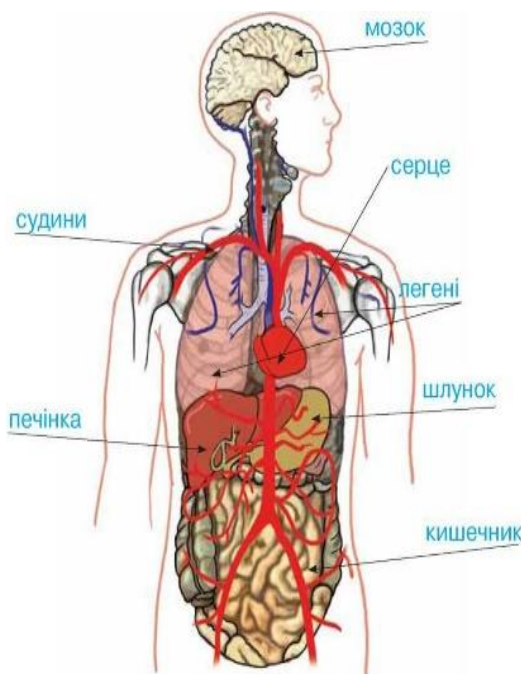
Бесіда.

- Які назви органів вам відомі?
- Яку роботу вони виконують в організмі людини?
- Як ви гадаєте чи пов'язані органи в організмі між собою? Як саме органи між собою пов'язані?



Твоє тіло — це цілісний організм, що складається з різних органів. Усі вони взаємопов'язані між собою. Від злагодженої роботи органів залежить твоє здоров'я.

- **Знайдіть** розташування найважливіших органів в організмі.



Органи, що пов'язані між собою і виконують однакову роботу (функції), утворюють системи органів.

- **Відгадайте загадку, поясніть** відгадку.

Що невпинно кров качає?

Б'ється в тебе за реберцем

Працьовите, щире ... (серце).

Серце – важливий орган тіла людини.

Органи	Значення органів
Головний мозок	Управління всіх органів, забезпечує зв'язок з довкіллям.
Скелет і м'язи	Захист органів, надання міцності й форми тілу, здійснення рухів.
Язик, зуби, глотка, стравохід, шлунок, кишківник, печінка, підшлункова залоза	Подрібнення і перетравлення їжі, забезпечення організму поживними речовинами і енергією.
Носова порожнина, глотка, трахея, бронхи, легені	Перенесення повітря, газообмін між організмом і навколишнім середовищем
Серце і судини	Перекачування крові, забезпечення всіх органів киснем і поживними речовинами
Шкіра	Захист внутрішніх органів, відчуття холоду, тепла, дотику.

Органи тіла людини і їхнє значення

Цікавинка! Шкіра – найбільший орган в організмі.

Відгадування учнями загадок і пояснення відгадок про органи тіла людини.

- * Тридцять три молотять, а один перевертає. (Зуби і язык)
- * Білі силачі рубають калачі, а червоний говорун підкладає. (Зуби і язык)
- * Що то за штука, що день і ніч стука? (Серце)
- * Ношу їх багато, а кількість їх не знаю. (Волосся)
- * Якби його не було, не сказав би нічого. (Язик)
- * Два брати через дорогу живуть, а один одного не бачать. (Очі)
- * Один говорить, двоє дивляться, а двоє слухають. (Рот, очі, вуха)

Фізкультхвилинка

V. Закріплення знань, умінь і навичок.

Робота в зошиті.

Відгадай загадку. Обведи потрібні букви, щоб скласти відгадку.

- * У двох матерів по п'ять синів, одне ім'я всім.

А Р Б У К С И

VI. Підсумок уроку. Рефлексія.

Із яких частин складається тіло людини? (Діти називають частини тіла і показують їх на собі)

1. Кивніть головою.
 2. Покажіть, де знаходиться ваша шия.
 3. Покажіть на грудну клітку.
 4. Погладьте один одного по спині.
 5. Погладьте себе по животику.
 6. Підніміть праву руку вгору.
 7. Сховайте ліву руку за спину.
 8. Поставте праву ногу на п'яту.
 9. Тупніть лівою ногою.
- Як одним словом назвати груди, спину і живіт?
 - Що таке орган тіла?
 - Які є органи в тілі людини –
 - Яку роботу вони виконують?
 - Чим частини тіла відрізняються від органів?
 - Чому наш організм називають цілісним?

Всі частини зовнішньої будови ви можете побачити подивившись один на одного або в дзеркало. Кожен внутрішній орган також має свою будову і виконує певну роботу.

Робота в групах.

1 група. Серце.

1. У якій частині тіла міститься цей орган?
2. З якими іншими органами він пов'язаний?
3. Яку роль в організмі виконує?

2 група. Легені.

1. Де розташовані?
2. Яку функцію виконують?
3. Значимість органу в житті людини. (Дослід)

3 група. Печінка і шлунок.

1. Який вигляд має?
2. Чому його називають головним відділенням «внутрішньої кухні»?
3. Яка роль шлунку в організмі людини?
4. Який ще орган бере участь у процесі травлення?
5. У чому полягає робота печінки?

Додаткові відомості: печінка накопичує білки, жири, вуглеводи і виділяє їх в кров. Печінка очищає кров від шкідливих речовин. Шлунок у дорослої людини розміром з футбольний м'яч, а у дитини він, зрозуміло менше.

4 група. Кишківник

1. Який вигляд органу?
2. Яка роль кишківника в організмі людини?
3. Який розмір кишківника?

Додаткові відомості: Тягнеться майже на 8 метрів.

5 група. Головний мозок

1. Де розташований головний мозок?
2. Чому головний мозок називають головним «командним пунктом»?
3. Яка роль цього органу в організмі людини?

Додаткові відомості: різні ділянки головного мозку керують різними видами діяльності людини: ходою, мовленням, емоціями. Ліва півкуля контролює праву частину тіла, а права - ліву частину. Звіт груп:

1. Серце.
2. Легені
3. Печінка, шлунок.
4. Кишківник
5. Головний мозок

Наше відкриття: тіло людини - цілісний організм, що складається з різних органів. Усі вони взаємозв'язані між собою. Від злагодженої роботи органів залежить твоє здоров'я.

КОНСПЕКТ УРОКУ

Я досліджую світ. 1 клас

Тема. Харчування і здоров'я. Вітаміни, їх значення для здоров'я.

Практична робота: вибір корисних для здоров'я продуктів.

Мета. Формувати уявлення про корисну їжу. Пояснити значення вітамінів для організму людини. Вчити вибирати корисну для здоров'я їжу. Ознайомити з національними стравами українців. Розвивати пам'ять, увагу, мислення, вміння аналізувати. Виховувати прагнення дотримуватись правильного харчування.

Хід уроку**I. Вступна частина.****1. Знайомство.**

Діти стають в коло, беруться за руки. Кожен учень називає своє ім'я та улюблену страву.

2. Правила. Девіз уроку:

Не просто слухати, а чути.

Не просто дивитись, а бачити.

Не просто відповідати, а міркувати.

Дружно, плідно працювати.

3. Зворотний зв'язок.

Як бути здоровим?

- Давайте разом згадаємо, як треба дбати про своє здоров'я.

4. Очікування.

Діти отримують вирізані яблучка, пишуть на них кожен своє ім'я і який настрій вони очікують на кінець уроку (малюють смайлик). Піднімаються зі своїх місць і закріплюють яблучка навколо кошика з надписом «Здоров'я».



II. Основна частина.

1. Мозковий штурм

Для чого треба їсти?

2. Розповідь вчителя. Їжа – джерело енергії.

I. Складіть речення й дізнайтесь про те, чим є для організму людини їжа (слайд)

I. слайд

тепла, росту, і здоров'я, енергії, людини, Їжа – джерело

II слайд

Їжа – джерело тепла, росту, енергії і здоров'я людини

Роль їжі в збереженні здоров'я дуже велика. Їжа має безпосередній вплив на працездатність, розумовий та фізичний розвиток, тривалість життя людини. Харчування забезпечує життєдіяльність організму та є його найважливішою біологічною потребою. Недарма в народі кажуть: «Млин меле водою, а чоловік живе їдою», «Без їжі і віл не потягне». Усі необхідні організму речовини людина отримує з їжі, яку споживає.

- Але дехто думає, що це означає їсти все, що захочеться і коли захочеться.

(Уривок з мультфільму «Вінні-Пух в гостях у кролика», коли ведмежа застрягло у виході з нори. Закінчується словами кролика: «Це все тому, що хтось дуже багато їсть!»)

- Чому з Вінні-Пухом трапилась така неприємна історія? (Харчувався надміру)

- Давньогрецький філософ Сократ говорив: «Ми живемо не для того, щоб їсти, а їмо, щоб жити». Тому для того, щоб їжа не стала ворогом, харчуватися треба помірно і правильно. А ось іще один наш знайомий схоже нічого не знає про корисну їжу.

(Уривок з мультфільму про Карлсона, коли він з'їдає цілу банку варення)

- Як ви думаєте, чи можна таку їжу вживати кожного дня? Чому?

3. Робота в групах.

- Давайте допоможемо нашим героям розібратись, яка їжа є корисною.
- єднання в групи (4 групи по 7 учнів) – яблуко, груша, абрикос, гриби.

Завдання: вибрати корисну їжу (малюнки) і пояснити свій вибір.

(шоколад, молоко, яйця, зелень, тістечка, сік, чіпси, суп, борщ, каша, хліб, морква, горіхи, морозиво, кока-кола, м'ясо, кефір, мед, риба, капуста).



Руханка

На город підемо працювати, працювати,

Будем овочі збирати,

Вітамінів в них доволі,

Будемо ми усі здорові.

Підемо у сад гуляти,

Будемо фрукти ми збирати,

Вітаміни в них теж є,

Це здоров'ячко моє.

- Недарма ви в своїх роботах визначили такі різні продукти. Для нормального росту і розвитку організму необхідні особливі речовини, які дістали назву вітамінів (від лат. *Vita* – «життя»). Містяться вітаміни в різних продуктах.

1. **«Вітамінний потяг»**

Вагончики з зображенням продуктів з порожніми віконечками. Дитина виходить, розповідає про вітамін і вставляє його назву у відповідне віконечко.



Вітамінки розкажуть самі про себе, а ви, діти, уважно послухайте.

(Заздалегідь підготовані учні розповідають про вітаміни.)

Вітамін А. Якщо ви хочете мати гарну шкіру, рум'яні щічки та добрий зір, звертайтеся до мене. Я товаришую з морквою, помідором, абрикосом, петрушкою, зеленою цибулею та кропом.

Вітамін В. Якщо ви хочете зростати сильними, веселими і мати добрий апетит, я вам допоможу. А товариші мої — це картопля, горошок, буряк, редис, квасоля та зелений салат.

Вітамін С. Якщо ви хочете мати міцне здоров'я, бути завжди бадьорими, я стану вам у пригоді. Мої друзі — лимон, апельсин, порічка та чорна смородина, капуста, зелена цибуля та хрін.

Вітамін D. Я дуже потрібний тим, хто хоче швидко й добре рости, мати гарну статуру та міцні зуби. Хоча мої друзі не ростуть ані в садку, ані на городі, я

також маю для вас корисні подарунки — це молоко, яйця, сир, вершкове масло. До того ж я товаришую із самим сонечком: влітку його промінці разом із засмагою передають вам і вітамін D, тобто мене.

Хвилинка хорошого настрою.

• *А тепер ми теж уявимо себе потягом, що їде у країну здоров'я. Покладем мішечки на голову. Візьмемо один одного за плечі. Поїхали ... Глибоко вдихнули носом, а тепер – як гуде паровоз? Всі разом – ту-у-у-у-у!*

• Якщо ви помітили, то найбільше всього вітамінів міститься в овочах і фруктах.

Вірш Л. Вознюк «Де ховаються вітаміни» (підручник, с. 40)

• Щоб отримувати достатньо вітамінів, з'їдай не менш як п'ять свіжих овочів чи фруктів щодня.

Гра «Хто більше?»

На аркуші паперу написати якомога більше назв овочів і фруктів. По черзі зачитують одну назву (повторюватись не можна).

• **Руханка** «Ходить гарбуз по городу»

1. **Вправа «Комора здоров'я».**

Вчитель.

Із-за гір, з-за океанів,

І у різний, звісно, час,

Овочі найвищих санів

Телеграм наслали нам.

Полюбилась їм нівроку

Українська земляця.

Й поселилися без строку,

Стали жити і плодяться.

Людям нашим підсобляти

І в достатку, і біді,

Навіть стали лікувати –

До них з серцем лиш прийди.

З іншого боку телеграми зображений овоч. Після того, як діти відгадали загадку, картинка показується дітям

Телеграма1.

Кожен знає, ця дівиця

На городі – мов цариця.

Коси довгі, кучеряві,

Та ще й платтячко яскраве.

Я смачна і вітамінна,

І не гірше апельсина.

Той, хто мене поважає,

До ста років доживає. *(Морква).*



Телеграма 3.

Ой, розхвалилася, дивіться!

Ти не схожа на царицю!

Я від тебе красивіший:

Червоніший і товстіший.

Український борщ чудовий

По усіх краях відомий.

У борщі я головний,

Борщ без мене не смачний! *(Буряк).*



Телеграма 5.

Я – смачний, кругленький,
Маю щічки червоненькі.
До смаку я в кожній страві.
Роблять соки і приправи.
Соус, борщик і салат
Люди з радістю їдять. *(Помідор).*



Телеграма 6.

А на мене нарікають,
Що до сліз я допікаю.
Вибачте, та я не винна,
Бо я лікарська рослина.
Соком з медом почастую
І здоров'я подарую. *(Цибуля).*



- Якщо ви помітили, кожен овоч має свій колір. Уявіть кожен себе якимось овочем або фруктом. Який ви вибрали б колір? Чому?
- А тепер скажіть, яку страву можна приготувати з цих овочів?

Борщ — це овочі й приправи.

Ну й корисна для всіх страва!

Тож борщі, ой превідмінні,

Варять здавна в Україні!

Значний вплив на харчування людей в Україні мають народні традиції. Україна здавна славилася своєю багатою національною кухнею. Її традиційні страви вареники, борщ, пампушки, паляниця, галушки, ковбаса, сало, налисники, пиріжки, огірки, напої з фруктів і меду відомі усьому світу. Найрізноманітніші овочі і фрукти, м'ясо, птицю, гриби, ягоди – усі дарунки землі використовує різноманітна і винахідлива українська кухня. На релігійні свята готують обрядові страви: різдвяна кутя, великодня паска, крашанки тощо. Періодично протягом року чимало українців постяться, вживаючи здебільшого рослинну їжу.

Сміхотерапія.

- *Давайте пограємо в гру «Істівне – неїстівне». Тільки сьогодні ми будемо варити борщ. Я кидаю м'яча і називаю продукт. Якщо його треба покласти в борщ – ви ловите м'яча і кажете «Смачно!» якщо продукт для борщу не годиться – «Ні». Думати і відповідати треба швидко.*

Гра «Так чи ні» (Рухлива гра. Так – піднімаємо руки вгору, ні – присідаємо)

Українські страви – це:

борщ	салат
бутерброд	плов
пшоняна каша	паска

пампушки	куліш
галушки	кутя
вареники	узвар
пельмені	піца
гарбузова каша	пирогои

Народна мудрість про раціональне харчування говорить:

«Гадай не гадай - борщу наливай: миску з'їси - здоров'я додаси»

«Як нема борщу – то нема і їжі» (українське прислів'я)

6.«Зустрічаємо гостей»

Групи складають меню для гостей з корисних страв.

Заклучна частина.

1. Завершення тренінгу.

Промовляючи очікування, діти складають яблука у кошик.

2. Прощання.

Всі діти беруться за руки і промовляють: «**Будемо здорові!**»