

Міністерство освіти і науки України
Донецький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти
(ДОППО)
Донбаська державна машинобудівна академія (ДДМА)

Ю. О. Долинний

МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

Навчально-методичний посібник

для студентів спеціальності 227
«Фізична терапія, ерготерапія»
вищих навчальних закладів

Краматорськ
ДДМА
2017

УДК 378.147:796

ББК 74.261

Д 64

Рецензенти:

Грибан Г. П., д-р пед. наук, професор, академік АН ВО України, завідувач кафедри фізичного виховання та рекреації Житомирського державного університету імені Івана Франка;

Джуринський П. Б., д-р пед. наук, професор, зав. кафедри теорії та методики фізичної культури і спортивних дисциплін Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

Холодний О. І., канд. пед. наук, доцент, декан факультету фізичного виховання Донбаського державного педагогічного університету.

Рекомендовано

вченою радою ДОППО (протокол № 6 від 15.12.2016)

і вченою радою ДДМА (протокол № 2 від 08.02.2017).

Долинний, Ю. О.

Д 64 Методика навчання основ здоров'я : навчально-методичний посібник для студентів спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» вищих навчальних закладів / Ю. О. Долинний. – Краматорськ : ДДМА, 2017. – 87 с.

ISBN 978-966-379-785-4.

Посібник складено відповідно до навчальної програми за кредитно-модульною системою згідно з вимогами Болонського процесу.

У навчально-методичному комплексі висвітлено форми організації, принципи та методика навчання основ здоров'я. Розглянуто питання навчання здоров'яощадних технологій, подано конспект лекцій, тестові збірники з навчальної дисципліни «Методика навчання основ здоров'я», методичні рекомендації для виконання практичних, самостійних та індивідуальних робіт.

УДК 378.147:796

ББК 51.204.0

ISBN 978-966-379-785-4

© Ю. О. Долинний, 2017

© ДДМА, 2017

ЗМІСТ

1 Робоча програма.....	4
2 Курс лекцій	11
Лекція 1. Форми організації навчання основ здоров'я.....	11
Лекція 2. Принципи навчання основ здоров'я	23
Лекція 3. Методика навчання здоров'яощадних технологій	43
Лекція 4. Методологія дослідження. Особливості методики викладання основ здоров'я	49
Лекція 5. Методики, застосовувані в процесі реабілітації дітей-інвалідів.....	62
3 Контроль знань	71
4 Практична робота.....	78
5 Самостійна робота.....	80
6 Індивідуальна робота	83

РОБОЧА ПРОГРАМА

1 Загальні положення

1.1 Робоча програма з дисципліни «Методика навчання основ здоров'я» складена на основі робочих навчальних планів спеціальності 6.0102 згідно з проектом типової програми дисципліни «Методика навчання основ здоров'я» для вищих навчальних закладів.

1.2 Мета і завдання дисципліни. Програма дисципліни «Методика навчання основ здоров'я» розрахована на студентів, які навчаються за спеціальностями «Фізична реабілітація та рекреація», «Управління фізкультурою, спортом і туризмом». Мета дисципліни: розкрити зміст і форми організації навчання основ здоров'я; ознайомити студентів з методиками, що застосовуються в процесі реабілітації людей з обмеженими можливостями та дітей-інвалідів; розкрити складові здоров'яощадних технологій; сформувати практичні навички у студентів для майбутньої професійної діяльності.

2 Структура навчальної дисципліни

Таблиця 1 – Опис предмету навчальної дисципліни

Курс – 3-й Підготовка бакалаврів	Напрямок, спеціальність, освітньо- кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів, що відповідають ECTS: 2 Модулів: 1 Змістових модулів: 1 Загальна кількість годин: 60 Тижневих годин: аудиторних – 4 СРС – 4	Шифр та назва напряму: 6.0102 – фізична реабілітація Освітньо- кваліфікаційний рівень – бакалавр	Обов'язкова Рік підготовки: 3-й Семестр: 6-й Лекції (теоретична підготовка): 10 год. Семінари, практичні заняття: 10 год. Самостійна робота: 32 год. Індивідуальна робота: 8 год. Вид контролю: <i>поточне тестування</i>

Таблиця 2 – Структура навчальної дисципліни

Зміст і структура залікового предмета	Модуль 1	Аудиторна робота	Змістові модулі: Змістовий модуль 1 (ЗМ-1): «Методика навчання основ здоров'я»	Лекції
				Практичні (семінарські)
				Консультації
				Контрольні заходи (модульний контроль)
	Індивідуальна робота	Самостійна робота	Змістові модулі: Змістовий модуль 1 (ЗМ-1): «Форми організації навчання основ здоров'я»	Творчі завдання
				Опрацювання додаткової літератури. Робота в Інтернеті

3 Методика викладання, форми та методи навчання

Основними формами (видами) навчальних занять з курсу є:

- лекції (інформативні, проблемного характеру);
- семінари, практичні заняття;
- консультації.

Навчальний процес організовується відповідно до забезпечення репродуктивного, аналітико-прикладного та креативного аспектів засвоєння дисципліни.

Основою методики викладання є модульно-рейтингова система навчання.

4 Навчальна програма курсу

Змістовий модуль 1 (ЗМ-1)

Форми організації навчання основ здоров'я

Тема 1. Форми організації навчання основ здоров'я. Тема є досить важливою, тому що вона служить вступом у курс «Методика навчання основ здоров'я». У темі розглядаються здоров'яощадні технології в школі. Надається характеристика основних форм організації навчання основ здоров'я в початковій школі. Подається сутність і види форм організації навчання основ здоров'я.

Література: [4; 7; 9; 10].

Тема 2. Принципи навчання основ здоров'я. Тема розкриває принципи навчання основ здоров'я та дидактичні правила їх реалізації. Наведено валеологічні принципи організації навчально-виховного процесу, особливості методики проведення уроків з основ здоров'я в школі. Розкрито методику навчання предмета «Основи здоров'я».

Література: [3; 4; 7].

Тема 3. Методика навчання здоров'яощадних технологій. У темі розкриваються принципи навчання, що відповідають цілям здоров'яощадних освітніх технологій. Розглядаються етапи процесу навчання в умовах здоров'яощадної педагогіки. Наведено форми й види роботи здоров'яощадних освітніх технологій.

Література: [2; 4; 8; 9; 11].

Тема 4. Методологія дослідження. Особливості методики викладання основ здоров'я. Розкривається теорія й методологія навчання основ здоров'я. Розглянуто організацію впровадження здоров'яощадних технологій при навчанні дітей з обмеженими можливостями здоров'я.

Література: [2; 4; 5; 7].

Тема 5. Методики, застосовувані в процесі реабілітації дітей-інвалідів. У темі розглядається психологічна реабілітація. Наводяться методи, які використовуються в процесі педагогічної корекції.

Література: [1; 4; 5].

5 Модульне планування

Таблиця 3 – Структура залікового кредиту курсу

Найменування теми	Денна форма навчання				
	Кількість годин				
	Усього го	Лекц.	Прак. (сем.)	Інд. р-та	Сам. р-та
Змістові модулі:					
Змістовий модуль 1 (ЗМ-1)					
«Методика навчання основ здоров'я»					
Тема 1. Форми організації навчання основ здоров'я		2	2	6	2
Тема 2. Принципи навчання основ здоров'я		2	2	6	
Тема 3. Методика навчання здоров'яощадних технологій		2	2	6	2
Тема 4. Методологія дослідження. Особливості методики викладання основ здоров'я		2	2	6	2
Тема 5. Методики, що застосовуються в процесі реабілітації дітей-інвалідів		2		8	2
Атестація з залікового кредиту			2		
Усього годин		10	10	32	8

6 План семінарських і практичних занять

Завдання, які переслідує методика навчання основ здоров'я

Ознайомити студентів з принципами та методами навчання основ здоров'я, зокрема з формою організації та структурою навчання основ здоров'я. Розглянути питання навчання здоров'яощадних технологій, зокрема методик, що застосовуються в процесі реабілітації людей з обмеженими можливостями та дітей-інвалідів.

Студентам необхідно опанувати професійно-педагогічні навички в застосуванні методики навчання основ здоров'я.

7 Самостійна робота студента

7.1 Мета самостійної роботи студента – навчитися користуватися бібліотечними фондами й каталогами, працювати з історичними та літературними джерелами, аналізувати матеріал, порівнювати різні наукові концепції та робити висновки, складати конспекти.

Види самостійної роботи студента:

- опрацювання лекційного матеріалу;
- підготовка до семінарських занять;
- опрацювання тем курсу, які виносяться на самостійне вивчення, за списками літератури, рекомендованими в робочій навчальній програмі дисципліни;
- підготовка до виконання модульної контрольної роботи (тестування);
- відвідування консультацій (згідно з графіком консультацій кафедри);
- підготовка до складання іспиту за контрольними питаннями.

7.2 Мета реферативної роботи – систематизація, узагальнення, закріплення та розширення теоретичних знань.

Тематика реферативних робіт визначається щорічно згідно з календарем історичних і пам'ятних дат і підбирається викладачем для кожного студента окремо відповідно до його уподобань і наявності необхідних джерел і літератури.

7.3 Загальні вимоги до реферативної роботи

Реферативна робота має бути виконана творчо, на належному науковому теоретичному рівні. Виконуючи реферативну роботу, студент повинен показати вміння самостійно аналізувати спеціальну літературу з відповідного питання. Результати дослідження оформлюються у вигляді стислого висновку.

Якщо текст реферативної роботи є простою компіляцією текстів із 1–2 підручників і навчальних посібників, без залучення монографій або журнальних статей, робота до захисту (участі в конкурсі) не допускається.

7.4 Структура і зміст реферативної роботи

Реферативна робота повинна мати обсяг 10–12 сторінок і містити такі розділи: вступ, основна частина, висновки, використана література. Реферат може містити також додатки.

Вступ складається з 1–2 сторінок. У ньому обґрунтовується актуальність теми, формулюються мета і завдання дослідження.

В *основній частині* (8–10 сторінок) подається теоретичний огляд літератури з досліджуваного питання різних авторів, проводиться історичний аналіз питання, висвітлення теоретичних основ досліджуваного питання згідно зі складеним планом.

Висновки (1–2 сторінки) мають бути стислими, добре обґрунтованими, чітко сформульованими й містити основні результати роботи.

Якщо в процесі виконання реферативної роботи використовувалась велика кількість інформаційного й довідкового матеріалу, то його доцільно розмістити в *додатку*.

До *списку літератури* вносять усі джерела, які студент фактично використовував у роботі над темою.

План самостійної роботи студентів

1. Що таке методика навчання, її різновиди?
2. Вплив здоров'яощадних технологій на психофізичний стан людей.
3. Методика навчання основ здоров'я як одна зі складових здорового способу життя.
4. Форми організації навчання основ здоров'я.
5. Принципи та методика навчання основ здоров'я.
6. Застосування навчання основ здоров'я щодо оздоровлення людей.
7. Технології навчання основ здоров'я.

8 Індивідуальна робота студента

Індивідуальна робота студента може полягати у виконанні студентської наукової роботи з метою набуття вмінь і навичок самостійної дослідної роботи, висвітлення актуальної наукової проблеми, більш глибокого засвоєння програмового матеріалу. Робота виконується на підставі «Вимог до студентських наукових робіт з гуманітарних і суспільних наук», затверджених кафедрою, на обрану студентом за погодженням з викладачем тему (приблизний перелік тем студентських наукових робіт розробляється науковим керівником). Виконання студентської наукової роботи незалежно від її теми відноситься до III змістовного модуля.

Види індивідуальної роботи студента:

- виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань (написання рефератів для участі в конкурсі рефератів, розроблення ілюстративних схем, порівняльних таблиць тощо);

- виконання доручень науково-дослідного характеру (підготовка доповіді на студентську або загальноуніверситетську наукову конференцію, написання наукової статті або тез виступу, підготовка й участь у конкурсі студентських наукових робіт).

9 Поточний і підсумковий контроль знань студентів

9.1 Поточний контроль знань студентів здійснюється у таких формах:

- 1) опитування та оцінювання на семінарах;
- 2) модульні контрольні роботи (модульне тестування);
- 3) індивідуальні співбесіди на консультаціях;
- 4) оцінювання виконання студентської наукової роботи.

9.2 Підсумкова оцінка виставляється на підставі індивідуального рейтингу студента згідно з правилами модульно-рейтингової системи оцінювання знань.

У разі необхідності (бажання студента) здається іспит із усього курсу в повному обсязі.

10 Інформаційне забезпечення

Список літератури

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах: експериментальний навчально-методичний посібник для учителів / Бойченко Т., Колотій М. - К. : ДП СМ, УІСД, 2004. - 244 с.

2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.

3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2013. – 260 с.

4. Гонтаровська Н. Оздоровча програма у шкільній системі освіти / Гонтаровська Н. // Директор школи. – 1999. – № 45. – С. 11.

5. Горяна Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяна Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61–63.

8. Кириленко С. В. Уроки здоров'я / Кириленко С. В. – Х. : Скорпіон, 2004. – 88 с.

9. Мікулак Н. М. Здоров'язберігаюча освіта: теорія і технологія створення школи культури здоров'я : навчально-методичний посібник для слухачів курсів інститутів післядипломної педагогічної освіти, науковців, керівників освітніх закладів, педагогів, вихователів / Наталія Михайлівна Мікулак. – Дніпропетровськ : ДОППО, 2013. – 76 с.

10. Мікулак Н. М. Сучасні освітні стратегії здоров'язбереження: основи здоров'я : навчально-методичний посібник / Мікулак Н. М. – Дніпропетровськ : Інновація. 2012. – 116 с.

11. Основи здоров'я : підруч. для 5-го кл. загальноосвіт. навч. закладів / Т. Є. Бойченко [та ін.]. – К. : Генеза, 2013. – 208 с.

12. Отрощенко П. Г. Хочу бути здоровим/Отрощенко П. Г. - К. : Либідь, 1991. - 336 с.

13. Савченко В. А. Тренінг – інтерактивний метод навчання : інструктивно-методичні матеріали щодо проведення тренінгів у навчально-виховному процесі / Савченко В. А. – Дніпропетровськ : Інновація, 2010. – 245 с.

14. Холодова Н. О. Порадник учителю основ здоров'я : методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.

15. Худік В. А. Психологічна діагностика дитячого розвитку / Худік В. А. - К.: Освіта, 1992. - 220 с.

2 КУРС ЛЕКЦІЙ

Лекція 1

Форми організації навчання основ здоров'я

План

1. Здоров'яощадні технології в школі.
2. Сутність і види форм організації навчання основ здоров'я.
3. Характеристика основних форм організації навчання основ здоров'я в початковій школі.

Одним із найголовніших завдань розвитку сучасного суспільства та національної політики нашої держави є формування здорової, інтелектуально розвинутої, готової до захисту держави та трудової діяльності молоді України.

Впровадження такого напрямку державної політики повинно починатися ще в ранньому дитинстві з навчання дітей дошкільного та шкільного віку, а в подальшому і молоді, основ здоров'я та здорового, активного способу життя. Збереження здоров'я дітей і учнівської молоді, здійснення всього комплексу освітніх заходів на основі виховання пріоритету цінності здоров'я та людського життя є актуальною проблемою всього людства [2].

Поглиблення демографічної кризи негативно впливає на соціально-економічний розвиток і науково-технічний прогрес нашого суспільства, невисокий рівень культури здоров'я в суспільстві взагалі, наявність великої кількості ризиків для життєдіяльності дітей і молоді зокрема.

Серед *причин, що визначають низький рівень здоров'я населення України* і, у першу чергу, дітей, підлітків і молоді, це – відсутність пріоритету турботи про своє здоров'я та високого рівня культури здоров'я, несформованість у молодого покоління вмінь і навичок, необхідних для збереження здоров'я, а також низький рівень санітарно-гігієнічного самообслуговування та духовного розвитку [4].

Отже, забезпечення здоров'яощадного процесу в навчальному закладі, виховання свідомого ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я інших людей, формування навичок ведення здорового способу життя, збереження й зміцнення всіх складових здоров'я учнів – це сьогодні стратегічні завдання виховання дітей і молоді України.

Реалізація такого напрямку роботи навчальних закладів, спрямованого на збереження та покращення здоров'я дітей і учнівської молоді, можлива за допомогою предмету «Основи здоров'я».

1 Здоров'яощадні технології в школі

Здоров'я дітей і молоді – одне з основних джерел щастя, радості й повноцінного життя батьків, вчителів, суспільства в цілому. Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є збереження й зміцнення здоров'я дітей і учнівської молоді. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку юного покоління, зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності, особливо дитячої.

Вступаючи до школи, 85 % дітей мають ті чи інші порушення соматичного та психічного характеру, зростає кількість дітей, які мають психоневрологічні захворювання.

Головним завданням у діяльності педагогічних колективів сучасних навчальних закладів є навчання дітей і молоді основ здоров'я людей, збереження й зміцнення здоров'я, формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у вчителів, учнів і їхніх батьків [5].

Мета сучасної школи – підготовка дітей до життя [1]. Кожен учень має отримати під час навчання знання, що знадобляться йому в майбутньому житті. Здійснення означеної мети можливе за умови запровадження технологій здоров'яощадної педагогіки, тобто навчання основ здоров'я.

Вчитель або викладач, володіючи сучасними педагогічними знаннями з основ здоров'я, при постійній взаємодії з учнями, їхніми батьками, медичними працівниками та шкільними психологами, планує й організовує свою діяльність з урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я всіх суб'єктів педагогічного процесу. У своїй роботі він звертається до різноманітних педагогічних технологій.

Технологія – це, перш за все, системний метод створення, застосування знань з урахуванням технологічних і людських ресурсів і їх взаємовпливу, що має на меті оптимізацію форм освіти (ЮНЕСКО) [3].

У класифікації освітніх технологій (управлінської діяльності, організації навчального процесу, виховної роботи та ін.) останнім часом виокремилася нова група – здоров'яощадні технології.

Слід зазначити, що здоров'яощадна педагогіка не може бути представлена як конкретна освітня технологія. Разом з тим поняття «здоров'яощадні технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів, вивчення основ здоров'я [2].

Деякі науковці розглядають це поняття, виходячи з розуміння технології як певного прийому, методу, методики; інші розуміють його як сукупність певних технік, за допомогою яких реалізується освітнє чи інше педагогічне завдання; як опис процесу досягнення запланованих результатів, сукупність яких відображає певні зміни в здоров'ї учасників педагогічної взаємодії.

Вітчизняні та зарубіжні науковці вважають, що під здоров'яощадними освітніми технологіями треба розуміти всі педагогічні технології, які не шкодять здоров'ю учнів. Дослідник цієї проблеми Н. Смирнов зауважує: «Якщо здоров'яощадні технології пов'язати з вирішенням тільки здоров'яохоронного завдання, то до них належатимуть педагогічні проблеми, методи та технології, які не шкодять прямо чи опосередковано здоров'ю учнів і вчителів, забезпечують їм безпечні умови перебування, навчання та роботи в загальноосвітньому закладі» [1].

Усі педагогічні технології, якими користується вчитель на уроці, можуть бути визначені (кількісно чи якісно) за ступенем впливу їх на здоров'я учнів.

Деякі вчені пропонують виокремити поняття «здоров'яформівні виховні технології», розуміючи під ним ті психолого-педагогічні технології, програми, методи, спрямовані на виховання в учнів культури здоров'я, особистісних якостей, що сприяють його збереженню та зміцненню, формування уявлень про здоров'я як цінність, а також мотивацію на здоровий спосіб життя [3].

Інші науковці під здоров'яощадними технологіями пропонують розуміти:

- сприятливі умови навчання дитини в школі (без стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання);
- оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей і гігієнічних вимог);
- необхідний достатній і раціонально організований руховий режим.

Комплексна програма здоров'я, що запроваджується в дитячому колективі, має складатися з таких компонентів:

- валеологічна освіта;
- фізичне виховання;
- шкільна медична служба;
- служба харчування;
- служба здоров'я персоналу школи;
- шкільна психологічна служба;
- соціальні служби;
- участь батьків і громадськості [4].

Усі педагогічні технології, якими користується вчитель на уроці, можуть бути визначені (кількісно чи якісно) за ступенем впливу їх на здоров'я учнів.

Учителі-практики України, які працюють над цією проблемою (учасники проекту «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю»), доповнюють зміст здоров'яощадних технологій поняттям «здоров'яощадні заходи» і реалізують їх через [1]:

- диспансеризацію учнів;
- дні здоров'я та туристичні походи;
- шкільні спортивні свята;
- бесіди про здоров'я з учнями;

- бесіди про здоров'я з батьками;
- вітамінізацію;
- факультативи з проблем здоров'я та здорового способу життя;
- ведення карток здоров'я та стіннівок на оздоровчу тематику тощо [2].

2 Сутність і види форм організації навчання основ здоров'я

Ефективність навчально-виховного процесу з основ здоров'я залежить від вибору вчителем форм організації навчання. Форми навчання мають відповідати меті, змісту, умовам, у яких воно здійснюється (кількість дітей, їхній вік, наявність обладнання, специфіка предмета, тривалість навчання тощо).

Як зазначають Л. Воронін, Ю. Мальований, О. Савченко та інші дослідники, у теорії навчання протягом століть нагромаджувалось знання про те, у якій спосіб можна організувати навчання, як у його формах врахувати, для чого, кого і як треба навчати.

Що ж розуміють під *формами організації навчання*? [4]

У педагогічній науці вживають поняття «форми організації навчання», «організаційні форми навчання», «форми навчальної роботи». Єдиної точки зору щодо трактування цих дидактичних категорій поки що немає.

І. Харламов зазначає, що «на жаль, це поняття не має в дидактиці чіткого визначення» і що «більшість вчених просто обходять це питання й обмежуються буденними уявленнями про сутність цієї категорії».

Ретельний аналіз різних позицій у визначенні цього поняття, вжитий І. Чередовим, свідчить про те, що більшість вчених-педагогів надають цьому поняттю занадто загальне визначення. Приводом до такого висновку послужило трактування цього поняття І. Лернером. Він пише: «Організаційну форму навчання ми визначаємо як взаємодію вчителя й учнів, що регулюється певним, заздалегідь встановленими режимом і порядком» [5].

Поняття «форма» розглядається як з позиції лінгвістичної, так і з філософської. У тлумачному словнику поняття «форма» (від лат. forma – зовнішність, устрій) трактується як «зовнішній вигляд, обрис, тип, структура чогось, зумовлені певним змістом».

Форма – це вид ззовні, це зовнішнє окреслення, певний встановлений порядок. Форма будь-якого предмета, процесу, явища зумовлена його змістом і, у свою чергу, виявляє на нього зворотний вплив.

У «Філософській енциклопедії» поняття «форма» визначається так: «*Форма* є внутрішньою організацією змісту... Це – усякий зовнішній вираз якого-небудь змісту [2].

Форма обіймає систему стійких зв'язків предмета й тим самим виражає внутрішній зв'язок і спосіб організації, взаємодію елементів і процесів явищ як між собою, так і з зовнішніми умовами. Форма має відносну самостійність, що тим більше підсилюється, чим більшу історію має ця форма».

З точки зору педагогів, *форма* – це спеціальна конструкція процесу навчання [2]. Характер цієї конструкції зумовлений змістом процесу навчання, методами, прийомами, засобами, видами діяльності учнів. Ця конструкція навчання являє собою внутрішню організацію змісту, який у реальній педагогічній дійсності виступає як процес взаємодії, спілкування вчителя з учнями при роботі над певним навчальним матеріалом.

М. Махмутов вказує на різницю двох термінів «*форма навчання*» і «*форма організації навчання*». «Форма навчання» означає колективну, фронтальну та індивідуальну роботу учнів на уроці. «Форма організації навчання» передбачає який-небудь вид заняття: урок, предметний гурток, домашня робота [4].

Ю. Мальований розглядає форму навчання через форму навчального заняття (урок, практичне заняття, екскурсія тощо) і через форму навчальної роботи учнів на занятті (індивідуальну, групову або фронтальну) [1].

І. Чередов справедливо констатує, що форма організації навчання зумовлює «упорядкування, налагодження, приведення в систему» взаємодії учителя з учнями при роботі над певним змістом матеріалу. Організація навчання переслідує мету забезпечити оптимальне функціонування процесу керування навчальною діяльністю з боку вчителя.

За визначенням О. Савченко, «організаційні форми навчання передбачають певну взаємодію вчителя і учнів, яка регулюється заздалегідь визначеними режимом та умовами роботи [1].

Вчені-дидакти Ч. Куписевич, І. Лернер, М. Скаткін, І. Онищук та інші вважають, що *організаційні форми навчання можна класифікувати за такими ознаками*: [2].

- кількість і склад учнів;
- місце навчання;
- тривалість навчальної роботи (час може регламентуватися педагогом, батьками, самими учнями).

На цих підставах *форми навчання поділяють відповідно на*: [4].

- індивідуальні, групові, фронтальні;
- класні й позакласні;
- шкільні (клас, майстерня) і позашкільні (екскурсія, робота в бібліотеці), екстернат, домашнє навчання.

Вивчення педагогічної літератури показало, що одні педагоги виокремлюють *загальні* (фронтальна, групова, індивідуальна) та *конкретні* (урок, семінар, екскурсія, практичне заняття тощо) організаційні форми навчання; інші – *форми організації навчання* (урок, домашня робота, семінар тощо) та *форми організації навчальної роботи* (фронтальні, групові та індивідуальні заняття в системі уроку).

У сучасній дидактиці виділяють 4 *форми організації навчальної діяльності* [5]:

- парна (взаємодія учня з учнем або вчителя з учнем);
- групова (вчитель одночасно навчає весь клас);
- кооперативна (колективна – усі учні активні й навчають один одного);
- індивідуальна (самостійна) робота учня.

Аналіз методичних досліджень показав, що основними організаційними формами навчання в початковій школі, на думку Л. Нарочної, Г. Ковальчук та інших є:

- урок;
- пов'язані з уроками обов'язкові екскурсії;
- домашні навчальні завдання;
- позаурочні роботи;
- необов'язкові, мало пов'язані з уроками позакласні види занять.

Т. Байбара, О. Біда виділяють урочну, позакласну та позаурочну роботу школярів як форми навчання.

Найпоширенішою в шкільній практиці є *класно-урочна* система навчання, яка характеризується різноманітністю форм навчальних занять (урок, семінар, практичне заняття, екскурсія тощо). Важливим компонентом системи навчання є навчальне заняття – обмежена в часі, здійснювана в певному місці з певною групою учнів ланка навчального процесу, в межах якої досягається частково завершена дидактична мета. Реалізація конкретних дидактичних цілей відбувається на заняттях за умов різної їх організації. У зв'язку з цим виокремлюють різні форми (способи) організації занять [5].

Кожній формі навчального заняття притаманні пріоритетні види навчально-пізнавальної діяльності учнів або їх поєднання з боку вчителя. Важливими критеріями визначення конкретної форми заняття є рівень самостійності учнів, який вона передбачає, а також специфічність застосування засобів навчання.

Навчальна діяльність учнів на занятті, як і будь-яка інша, передбачає мету, засоби, результат і власне процес діяльності. Сама форма навчальної діяльності передбачає певний характер відношень, взаємодії між учнями в процесі цієї діяльності. Така взаємодія може мати колективний або індивідуальний характер. Відповідно розрізняють колективну та індивідуальну форми навчальної діяльності учнів.

Колективна форма [1] передбачає наявність спільної мети, об'єднання зусиль усіх учнів для її досягнення і як вищий ступінь такого об'єднання – розподіл функцій і обов'язків між учасниками діяльності, співпраця, заснована на взаємоповазі в процесі діяльності, а також відповідальність кожного виконавця за результати роботи перед колективом [1].

Для організації колективної діяльності на уроках використовують такі прийоми: опрацювання тесту підручника; складання плану прочитаного; виконання завдань парами; розв'язування завдань, що містяться в підручнику тощо.

Індивідуальна форма навчання не вимагає спільної мети, кожен її учасник працює незалежно від інших відповідно до своїх навчальних можливостей у властивому йому темпі.

3 Характеристика основних форм організації навчання основ здоров'я в початковій школі

Основною формою організації навчання в початковій школі є урок.

Урок – це логічно завершений цілісний елемент навчально-виховного процесу, в якому в складному взаємозв'язку мають місце певні методи, прийоми й засоби навчання, проявляються особливості учителя і його майстерність, індивідуальні й вікові особливості учнів, здійснюється реалізація цілей і завдань навчання, виховання й розвитку.

У дидактиці під уроком розуміють основну одиницю освітнього процесу, чітко обмежену часовими рамками (45 хвилин), планом роботи та складом учнів (класом). Урок відіграє інтегрувальну роль: відображає та поєднує його компоненти (мету, зміст, методи, засоби навчання, взаємодію вчителя та учнів).

Такими чином, урок – це форма організації навчання з групою учнів одного віку, постійного складу, заняття за твердим розкладом і з єдиною для всіх програмою навчання. У цій формі представлені всі компоненти навчально-виховного процесу: мета, зміст, засоби, методи, діяльність з організації та керування й усі його дидактичні елементи. Сутність і призначення уроку в процесі навчання як цілісної динамічної системи зводиться таким чином до колективно-індивідуальної взаємодії учителя та учнів [3].

На уроках здійснюється вивчення всього програмового матеріалу в логічній послідовності, яка забезпечує системність його викладання, застосовуються навчальні методи (словесні, наочні й практичні), демонструються різні види унаочнення, проводяться досліди, використовуються відповідні методичні прийоми. Це забезпечує вивчення будови об'єктів, виявлення сутності явищ, властивостей речовини тощо. Але уроки обмежені у своїх можливостях. Не все можливо показати на уроках у класі. Тому уроки доповнюються іншими формами навчальної роботи.

Від ефективності уроків залежить ефективність навчального процесу. Кожен урок повинен мати триєдину мету: навчальну, виховну, розвивальну. Мета уроку в сучасній школі повинна відрізнятися конкретністю, із зазначеними засобами її досягнення і її переведенням у конкретні дидактичні завдання. Для того щоб досягти мету уроку, необхідно вирішити три основні дидактичні завдання: актуалізувати попередні знання, вміння й навички, безпосередньо пов'язані з темою уроку; сформулювати в учнів нові поняття й способи дії; організувати використання учнями знань і досвіду діяльності з метою формування в них нових навчальних і пізнавальних умінь і навичок, нового досвіду пізнавальної діяльності [2].

Структура уроку й форми організації навчальної роботи на ньому в значній мірі визначають ефективність навчання, його результативність.

Структура уроку не може бути безлищою, випадковою, вона повинна відображати закономірності процесу навчання як явища дійсності, логіку процесу навчання; закономірності процесу засвоєння, логіку засвоєння

нових знань як внутрішнього психологічного явища; закономірності самостійної розумової діяльності учня як способів його індивідуального пізнання, логіку пізнавальної діяльності людини; логіку викладання; види діяльності учителя й учнів як зовнішні форми прояву сутності педагогічного процесу.

Типології уроків присвячено чимало наукових робіт. Класифікацію уроків за типами відображено в посібниках Б. Єсіпова, М. Данилова, І. Казанцева, В. Оконя, І. Лернера, М. Махмутова, В. Онищука та ін. Існує кілька підходів до класифікації уроків, кожний з яких відрізняється певною ознакою [2].

Уроки класифікують за:

- дидактичною метою;
- метою організації занять;
- змістом і способами проведення уроку;
- основними етапами навчального процесу;
- дидактичними задачами, що вирішуються на уроці;
- методами навчання;
- способами організації навчальної діяльності учнів.

На думку О. Біди, В. Пакулової, уроки повинні відповідати таким вимогам [4]:

1. Постійно здійснювати загальнодидактичний принцип єдності навчання й виховання. Відповідно до змісту матеріалу правильно визначати навчальну та виховну мету уроку; уявляти, які знання, вміння й навички будуть сформовані під час уроку, яка робота буде проведена для досягнення розвивального навчання.

2. Зміст навчального матеріалу повинен бути науковим, але не перевантаженим і доступним для розуміння дітей певного віку.

3. Під час вивчення нового матеріалу слід уникати випадкових хаотичних питань, а використовувати логічні, причинно-наслідкові зв'язки.

4. Для розвитку логічного мислення й пізнавальної самодіяльності учнів на уроці застосовувати різні види робіт.

5. Система методів і прийомів повинна бути такою, яка забезпечила б найбільшу ефективність роботи вчителя й пізнавальної діяльності учнів на кожному етапі уроку.

6. Домашнє самостійне завдання повинно бути логічним продовженням або закінченням класної роботи. Інструктивні вказівки до його виконання мають бути своєчасними. У домашнє завдання варто вводити види робіт, що готують дітей до сприйняття нової інформації.

За основною дидактичною метою в початкових класах виділяють такі типи уроків:

- вивчення нового матеріалу (засвоєння нових знань);
- закріплення й застосування знань, умінь і навичок;
- повторення й узагальнення знань і умінь (узагальнення й систематизації нових знань);
- перевірки й контролю результатів навчання.

У початковій школі перелічені типи уроків у «чистому вигляді» трапляються рідко. Як правило, зазначає О. Савченко, «переважає поєднання різних цілей навчання, а отже, маємо справу з уроком мішаного типу, або, як його називають, комбінованим». На комбінованому уроці рівнозначно розв'язуються кілька дидактичних цілей.

З метою удосконалення побудови уроку як форми організації навчальної діяльності учнів застосовуються *уроки, проведені в нестандартній формі* [2] (урок-казка, урок-драматизація, урок-змагання; інтерактивні уроки; інтегровані уроки). Однак, такі уроки є різновидом одного з раніше зазначених типів, хоча їхня структура має свою специфіку.

Стандартні уроки охоплюють основні етапи навчального процесу: підготовка до вивчення теми, сприймання й осмислення матеріалу, закріплення; перевірка, оцінювання знань, умінь і навичок; узагальнення й систематизація знань. Як свідчить вивчення педагогічної літератури, не всі організаційні форми та методи навчання використовуються в загальноосвітній школі за поданим зразком. Більшість з них застосовуються з певними змінами та доповненнями. «Універсальної, жорсткої структури уроку, що була б придатна для всіх випадків організації навчання, бути не може», зазначає О. Савченко. Структура, тобто послідовність частин, елементів уроку, передусім залежить від мети й змісту. Тому для початкових класів характерною є багатоваріантність структури уроків.

Комбінований урок [3] – це найбільш поширений тип уроку в практиці роботи початкової школи. На цих уроках центральне місце відводиться вивченню нового матеріалу, його осмисленню, запам'ятовуванню, узагальненню та систематизації. На них має місце й повторення раніше вивченого, перевірка домашнього завдання, закріплення нового матеріалу.

Типова структура комбінованого уроку [3]:

1. Організація класу (привітання, перевірка готовності робочих місць).
2. Перевірка домашнього завдання.
3. Актуалізація опорних знань дітей і їхнього життєвого досвіду.
4. Оголошення теми та завдань навчальної діяльності учнів.
5. Ознайомлення з новим матеріалом (сприймання та усвідомлення знань).
6. Закріплення нових знань (осмислення, узагальнення, систематизація знань).
7. Підсумки уроку.
8. Повідомлення домашнього завдання (запис на дошці).

Компоненти структури комбінованого уроку залежно від характеру навчальної ситуації й педагогічної майстерності учителя взаємодіють між собою і часто переходять один в одного, змінюють свою послідовність залежно від організації пізнавального процесу. У таких випадках структура комбінованого уроку стає гнучкою, рухомою. Це дозволяє вчителю уникати у своїй роботі шаблону, формалізму. Так, у досвіді передових учителів застосування нових знань відбувається в процесі виконання самостійної

роботи, а перевірка знань влітається в організацію занять і виступає як показник активності школярів у коментуванні ходу своєї роботи, їх знань [1].

Ефективність і результативність комбінованого уроку залежить від чіткого визначення цільових настанов уроку, від відповіді вчителя на запитання про те, чому він має навчити учнів, як використовувати заняття для розумної організації їхньої діяльності. Отже, питання структури уроків щоразу потребує ретельного обмірковування таких умов: зміст предмета і вік учнів, кількість годин на тему, мета конкретного уроку, його місце в системі уроків на цю тему.

Урок засвоєння нових знань. Метою уроку вивчення нового матеріалу є оволодіння учнями новим матеріалом. Для цього школярі повинні підключатися до вирішення таких дидактичних задач, як засвоєння нових понять і способів дій, самостійна пошукова діяльність, формування системи ціннісних орієнтацій.

Структура уроку засвоєння нових знань [5]:

1. Організація класу.
2. Актуалізація опорних знань дітей і їхнього життєвого досвіду.
3. Ознайомлення з новим матеріалом (сприймання та усвідомлення знань).
4. Оголошення теми та завдань уроку, мотивація навчальної діяльності учнів.
5. Осмислення учнями знань (найважливіших зв'язків і відношень між предметами та явищами).
6. Узагальнення й систематизація знань.
7. Підсумки уроку.
8. Домашнє завдання.

Урок узагальнення й систематизації нових знань. Основні дидактичні завдання, які вирішуються на уроках цього типу в основному зводяться до таких [3]:

- а) систематизація й узагальнення нових знань;
- б) повторення й закріплення раніше засвоєних знань;
- в) застосування знань на практиці для поглиблення й розширення раніше засвоєних знань;
- г) контроль за ходом вивчення навчального матеріалу й удосконалення знань, умінь і навичок [3].

Уроки перевірки знань. На уроках перевірки знань здійснюється поточна або підсумкова перевірка вивченого (самостійна робота, тести). Уроки контролю й корекції знань, умінь і навичок призначені для оцінювання результатів навчання, рівня засвоєння учнями теоретичного матеріалу, системи наукових понять, сформованості умінь і навичок, досвіду навчально-пізнавальної діяльності школярів.

Нестандартні уроки. Стандартні уроки відіграли значну позитивну роль у навчанні школярів. Але вже в середині 70-х років XX століття з'явилася тенденція до зниження інтересу дітей до класних занять. Тому

виникли нестандартні уроки, головною метою яких є пробудження інтересу школярів до навчання.

Нестандартний урок – імпровізоване навчальне заняття, що не має традиційної структури. Учитель не дотримується чітких етапів навчального процесу, традиційних методів, видів роботи.

Особливість нестандартних уроків полягає в такому структуруванні змісту й форми, яке викликало б зацікавлення в учнів, сприяло б їх оптимальному розвитку й вихованню [2].

Нестандартний урок максимально стимулює пізнавальну самостійність, творчу активність та ініціативу школярів. До того ж такі уроки більше подобаються дітям, ніж буденні навчальні заняття. Насамперед, тому що навчальний процес тут має багато спільного з ігровою діяльністю дітей.

Нестандартні уроки руйнують застигли штампи в організації навчально-виховного процесу школярів, спрямовуючи його в русло активізації пізнавальної самостійності й творчої активності.

Урок-вікторина. Вікторина – гра, що являє собою ряд запитань із різних галузей людської діяльності, які потребують відповідей в усній чи письмовій формі.

Проведення уроку-вікторини в початкових класах буде результативним лише за його вмілої підготовки вчителем. Складаючи запитання, вчитель повинен враховувати вік, інтереси, розумовий розвиток, рівень знань учнів класу. Усі питання повинні бути цікавими й нестандартними, поєднувати теоретичні знання й практичні вміння, міжпредметні зв'язки та досвід учнів.

Урок-КВК – своєрідна гра-змагання, що розвертається на уроці. Характерна ознака такого уроку – його насиченість позитивними емоціями. А урок, повний емоцій, надовго збережеться в пам'яті учнів. До того ж він сприяє засвоєнню знань, розвиває активність, спостережливість, дотепність [2].

Урок-конференція. Конференція – це збори, нарада для обговорення та розв'язання певних питань. Урок-конференція – обговорення тих питань і проблем, які ставить перед учнями нова тема.

Урок-подорож – подорож в уяві, за допомогою власної фантазії і за сприяння факторів чи умов, які оточують учня. При уявній подорожі може відбуватися все те, що супроводжує справжню подорож: яскраві враження, позитивні емоції, яскраві зустрічі. Учні сидять у класі й одночасно вони подорожують за допомогою вказівок і порад учителя. Юні мандрівники зустрічаються з новими явищами, спостерігають цікаві природні процеси, знайомляться з різноманітними живими організмами. Учні відчувають себе мандрівниками, першовідкривачами, вченими-науковцями, які вирішують важливу проблему. Вони самі роблять висновки, підсумки-узагальнення.

Інтерактивний урок [1]. Формування особистості та її становлення відбувається в процесі навчання, коли дотримуються певні умови:

- створення позитивного настрою для навчання;
- відчуття рівного серед рівних;

- забезпечення позитивної атмосфери в колективі для досягнення спільних цілей;
- усвідомлення особистістю цінності колективно зроблених умовиводів;
- можливість вільно висловити свою думку й вислухати свого товариша;
- вчитель не є засобом «похвали і покарання», а другом, радником, старшим товаришем.

Інтерактивне навчання – це співнавчання, взаємонавчання (колективне, групове, навчання у співпраці), де учень і вчитель є рівноправними, рівнозначними суб'єктами. Педагог виступає лише в ролі організатора навчального процесу, лідера групи. Він не перебирає на себе розв'язання проблем, а лише допомагає учням повноцінно освоїти матеріал.

Екскурсія – це така форма організації навчання, яка об'єднує навчальний процес у школі з реальним життям і забезпечує учням через їх безпосередні спостереження знайомство з предметами і явищами в їх природному оточенні. Вона має тісний логічний зв'язок з попередніми та наступними уроками. Але екскурсія проводиться в іншій зовнішній та емоційній обстановці, ніж звичайний урок: серед природи, на виробництві, у музеї тощо.

Проведення екскурсій тісно пов'язане з вивченням відповідної теми.

У системі уроків екскурсія виконує ряд важливих дидактичних функцій:

- реалізує принцип наочності навчання;
- підвищує науковість навчання й закріплює його зв'язок із життям, практикою;
- розширює технологічний кругозір учнів; їм надається можливість спостерігати реальне виробництво й знайомитися з використанням наукових знань у промисловому й сільськогосподарському виробництві;
- відіграє значну роль у профорієнтаційній роботі школи [4].

Домашня робота – форма організації навчання, при якій навчальна робота характеризується відсутністю безпосереднього керування вчителя. Домашні завдання тісно пов'язані з уроками.

Домашні завдання можуть бути різними. Крім обов'язкового читання тексту підручника, додаткової літератури, повторення відповідної теми, домашнє завдання повинно мати творчий характер, збуджувати мислення й творчість дітей, включати практичні роботи, елементи спостережень, моделювання, логічні висновки тощо. Наприклад, заповнити таблиці, оформити схеми, зробити замальовки, виконати завдання за зошитом самостійної роботи [4].

Як зазначається в педагогічній літературі, *позакласна робота* – це одна з форм організації навчально-виховного процесу в початковій школі. Її особливістю є те, що вона базується на добровільності, інтересі та бажанні дітей її виконувати, тому необов'язкова для всіх учнів класу. Вона спрямована на розширення й поглиблення знань, умінь і навичок, розвиток самостійності, творчих здібностей, інтересу до вивчення основ здоров'я, сприяє найкращому розвитку індивідуальних здібностей учнів. Зміст цієї роботи виходить за межі програмового матеріалу, доповнюючи й розширюючи його.

Література

Список літератури

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах: експериментальний навчально-методичний посібник для учителів / Бойченко Т., Колотій М. - К. : ДІП СМ, УІСД, 2004. - 244 с.
2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2013. – 260 с.
4. Гонтаровська Н. Оздоровча програма у шкільній системі освіти / Гонтаровська Н. // Директор школи. – 1999. – № 45. – С. 11.
5. Горяня Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяня Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61–63.
6. Кириленко С. В. Уроки здоров'я / Кириленко С. В. – Х. : Скорпіон, 2004. – 88 с.
7. Мікулак Н. М. Здоров'язберігаюча освіта: теорія і технологія створення школи культури здоров'я : навчально-методичний посібник для слухачів курсів інститутів післядипломної педагогічної освіти, науковців, керівників освітніх закладів, педагогів, вихователів / Наталія Михайлівна Мікулак. – Дніпропетровськ : ДОППО, 2013. – 76 с.
8. Мікулак Н. М. Сучасні освітні стратегії здоров'язбереження: основи здоров'я : навчально-методичний посібник / Мікулак Н. М. – Дніпропетровськ : Інновація. 2012. – 116 с.
9. Основи здоров'я : підруч. для 5-го кл. загальноосвіт. навч. закладів / Т. Є. Бойченко [та ін.]. – К. : Генеза, 2013. – 208 с.
10. Отрощенко П. Г. Хочу бути здоровим / Отрощенко П. Г. - К. : Либідь, 1991. - 336 с.
11. Савченко В. А. Тренінг – інтерактивний метод навчання : інструктивно-методичні матеріали щодо проведення тренінгів у навчально-виховному процесі / Савченко В. А. – Дніпропетровськ : Інновація, 2010. – 245 с.
12. Холодова Н. О. Порадник учителю основ здоров'я : методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.
13. Худік В. А. Психологічна діагностика дитячого розвитку / Худік В. А. - К.: Освіта, 1992. - 220 с.

Лекція 2

Принципи навчання основ здоров'я

План

1. Принципи навчання основ здоров'я та дидактичні правила їх реалізації.
2. Валеологічні принципи організації навчально-виховного процесу в школі.
3. Методика навчання предмета «Основи здоров'я».
4. Особливості методики проведення уроків з основ здоров'я в початковій школі

1 Принципи навчання основ здоров'я та дидактичні правила їх реалізації

Закономірності навчання є лише теоретичною основою для розроблення й удосконалення уроку. Практичні настанови закріплені в принципах навчання, а реалізуються через дидактичні правила.

Слово *«принцип»* латинського походження, означає *«опора»*, *«основа»*, *«керівництво»* [3]. Принципи навчання – керівні ідеї, головна вимога до діяльності, поведінки. Принципи – вихідні керівні положення, філософськи і психологічно обґрунтовані й перевірені практикою. У принципах

зафіксовано тисячорічний досвід організації та реалізації навчання й виховання, скоригований науковими дослідженнями й передовим педагогічним досвідом. Кожен учитель повинен усвідомити, що будувати навчальний процес ефективно – це значить цілісно й у взаємозв'язку застосовувати педагогічні закономірності, принципи й дидактичні правила, які виправдали себе на практиці, творчо використовувати їх під час розв'язання нових завдань у сучасних умовах.

У принципах відбиваються нормативні основи навчально-виховного процесу, тому вони є обов'язковими і втілювати їх слід комплексно, тобто не послідовно один за одним, а одночасно, органічно, нерозривно.

За допомогою дидактичних правил реалізації принципів навчання теорія поєднується з практикою, правила безпосередньо впливають із принципів, вони часто відбивають новий досвід. Педагогічні дослідження свідчать, що молоді вчителі часто не вміють практично втілювати вимоги принципів, тому нижче не лише розкривається суть принципів, а й наводяться правила їх реалізації.

Якщо порахувати, скільки принципів запропонували, обґрунтували, відкрили вчені й педагоги-практики за всю історію педагогіки, то їх буде понад 300 [4], певний час їх ділили на принципи навчання й принципи виховання. Учителю, готуючись до уроку, потрібно орієнтуватися на класичні дидактичні принципи навчання основ здоров'я, тобто на ті, що визнаються всіма дослідниками й обґрунтовані у всіх теоретичних системах. До них, зокрема, належать: *свідомість, наочність, систематичність, міцність знань, доступність, науковість навчання, а також зв'язок теорії з практикою* [3].

1. Принцип свідомості [3]

Він вимагає, щоб учні отримували не лише міцні знання, а й переконання, навички навчальної діяльності. Перед учителями стоїть завдання – перетворити учня з пасивного об'єкта навчання й виховання на його активного суб'єкта, активізувати учнів у процесі навчання.

Важливим показником свідомості в навчальному процесі є прагнення учнів відповідати на запитання, виправляти помилки товаришів, швидше й ретельніше виконувати проблемні завдання, алгоритми, шукати джерела для рефератів, своєчасно здавати довгострокові завдання.

Дидактичні правила реалізації принципу свідомості [3]:

1. Навчайте так, щоб учень розумів, що, чому і як треба робити, і ніколи механічно не виконував вказівок учителя.

2. Навчаючи, застосовуйте всі види й форми пізнавальної діяльності, поєднуйте аналіз із синтезом, індукцію з дедукцією, зіставлення з протиставленням, частіше застосовуйте аналогію. Чим молодші за віком учні, тим частіше застосовуйте індукцію.

3. Намагайтеся, щоб учні розуміли суть і зміст кожного слова, речення, для цього розкривайте поняття, пояснюйте незрозумілі слова, спираючись на знання й досвід учнів, аргументуйте свої пояснення.

4. Те, що учням невідомо, логічно пов'язуйте з вивченим. Де немає логічного зв'язку між засвоєним і засвоюваним, там немає усвідомленого навчання.

5. Не забувайте, що головне – не знання предмета, а особистість, яка формується. Навчайте й виховуйте так, щоб учень не був «додатком» до навчального предмета, а навпаки – суб'єктом його активного освоєння. Пам'ятайте, що не предмет формує особистість, а вчитель своєю діяльністю.

6. Навчайте знаходити й виділяти головне й другорядне в тому, що вивчається, домагайтеся розуміння головного. Застосовуйте оптимальну кількість прикладів, але так, щоб вони не затьмарили суті головного.

7. Однією з основних підойм активності учнів є практична робота. Не забувайте влаштовувати її на кожному уроці, упроваджуйте нові форми організації пошукової праці. Допмагайте учням оволодівати найбільш продуктивними методами пізнавальної діяльності, навчайте вчитися.

8. Застосовуйте диференційований підхід до навчання в умовах колективної праці: виділяйте тимчасові диференційовані підгрупи учнів, використовуйте адаптовані до їхніх можливостей навчальні матеріали, впроваджуйте принцип вільного вибору варіантів завдань, що відповідають можливостям і підготовленості учнів.

9. Частіше використовуйте запитання «чому», щоб навчити учнів мислити причинно-наслідково.

10. Не навчайте, спираючись на авторитет. Застосовуйте докази, що ґрунтуються на логічних міркуваннях. Усе аргументуйте.

11. Пам'ятайте, що знає не той учень, який переказує, а той, що на практиці застосовує свої знання.

12. Постійно вивчайте й використовуйте індивідуальні інтереси своїх учнів, розвивайте їх і спрямовуйте так, щоб вони узгоджувалися з об'єктивними суспільними потребами.

13. Ширше застосовуйте у навчально-виховному процесі практичні ситуації, домагайтеся від учнів самостійного аналізу, розуміння й осмислення, а подекуди й критичного оцінювання негативних явищ; виховуючи мислення, звертайте увагу на наукове обґрунтування явищ навколишньої дійсності.

14. Навчайте так, щоб знання набули сили переконань і керівництва до дії.

15. Привчайте учнів мислити й діяти самостійно. Не допускайте підказування й копіювання.

16. Пам'ятайте, що майстерність ставити запитання й вислуховувати відповіді – одна з найважливіших умов виклику й підтримки активності.

17. Зрозуміле й доступне пояснення вчителя не досягне мети, доки воно не стане предметом уваги учнів: користуйтеся всіма засобами, щоб викликати й утримати увагу учнів, збагнути їхні запити й інтереси, уникайте шаблонів, не захоплюйтеся командуванням.

18. Використовуйте найновіші здобутки технології навчання: опорні конспекти, алгоритмічні схеми, пізнавальні ігри, навчально-виховні ситуації тощо [3].

2. Принцип наочності [5]

Це найбільш відомий і зрозумілий принцип навчання, який використовується з найдавніших часів. *В основі цього принципу лежить наукова закономірність про те, що ефективність засвоєння знань залежить від залучення до процесу пізнання різних органів чуття.* Відомо, що органи зору «пропускають» у мозок майже в п'ять разів більше інформації, ніж органи слуху, і майже в 10 – порівняно з органами дотику. Краще один раз побачити, ніж сто разів почути.

Принцип наочності обґрунтували: Я. А. Коменський (йому належить «золоте правило дидактики», яке вимагає залучення до навчання всіх органів чуття); Й. Г. Песталоцці (наочність потрібно поєднувати з мисленням); К. Д. Ушинський (наочні відчуття мають велике значення для розвитку мови); Л. В. Занков (вивчав різні варіанти поєднання слова з наочністю).

У навчальному процесі використовуються ілюстрації, демонстрації, лабораторно-практичні роботи, діафільми, діапозитиви, кодоскопи, схеми, навчальні плакати, таблиці, карти, набори. Для цього існує «Орієнтовний перелік навчально-наочних посібників і навчального обладнання для початкової, 9-річної та середньої школи», затверджений Міністерством освіти і науки України.

Правила реалізації принципу наочності [5]:

1. Використовуйте у навчанні той факт, що запам'ятовування предметів у натурі, на картинах або моделях відбувається краще й швидше, ніж запам'ятовування поданого словесно, усно або письмово.

2. Пам'ятайте, що дитина мислить формами, фарбами, звуками, образами взагалі. Звідси доцільність наочного навчання, яке будується на конкретних образах.

3. Золоте правило: що тільки можна, діти мають сприймати відчуттями (зором, слухом, нюхом тощо). Це стосується передусім процесу початкового навчання.

4. Ніколи не обмежуйтеся наочністю. Наочність – не мета, а лише засіб досягнення поставленої мети.

5. Навчаючи й виховуючи, не забувайте, що поняття доходять до свідомості учнів легше, коли вони підкріплені конкретними фактами, прикладами та образами. Для розкриття їх необхідно застосовувати всі види наочності.

6. Використовуйте наочність як самостійне джерело інформації для створення проблемних ситуацій. Сучасна наочність дає змогу організувати колективну пошукову та дослідну роботу учнів.

7. Стежте, щоб спостереження учнів були систематизованими й перебували у співвідношенні причини й наслідку незалежно від часу їх набуття.

8. Застосовуючи наочні засоби, розглядайте їх з учнями спочатку загалом, потім – головне й другорядне, наостанку – знову загалом.

9. Не захоплюйтеся надмірною кількістю наочних посібників: це розсіює увагу учнів і заважає досягнути головного.

10. Використовуючи наочність, актуалізуйте чуттєвий досвід учнів: уявлення, які вже склалися в дітей, конкретизуйте та ілюструйте ті поняття, які ви в них формуєте.

11. Намагайтеся виготовляти наочні посібники разом зі своїми учнями.

12. Старанно готуйте наочність до уроку. Особливо уважними будьте під час добору й використання наочності, вирішуючи виховні завдання.

13. Науково обґрунтовано застосовуйте сучасні засоби наочності: полієкранну проекцію, навчальне телебачення, відеозапис, кодослайди тощо; досконало володійте технічними засобами, методикою їх використання.

14. Пам'ятайте, що в умовах кабінетної системи навчання можливості застосування наочності кращі, це вимагає ретельного планування й дозування наочності.

15. З віком учнів предметна наочність повинна дедалі більше поступатися місцем символічній. Особливу увагу вчитель має приділяти адекватності розуміння суті явищ і наочного їх подання.

16. Через надмірне захоплення наочністю створюються штучні перепони на шляху до глибокого оволодіння знаннями: вона стає гальмом розвитку абстрактного мислення, розуміння суті загальних закономірностей.

3. Принципи послідовності і систематичності [4]

Цей принцип спирається на закономірності психологічної науки про те, що під час дотримання логічних зв'язків навчальний матеріал запам'ятовується в більшому обсязі і більш міцно. Для авторів програм і підручників цей принцип став нормою. Навчальний матеріал з більшості предметів у школі вивчається двічі: у початковій школі – у вигляді пристосованих до дітей правил і оповідань, у середній школі – у системному, предметному вигляді. У підручниках і посібниках навчальний матеріал подається послідовно, системно, відповідно до вікових особливостей учнів: від простого – до складного, від нижчого – до вищого, від попереднього – до наступного. Недотримання системи в навчанні та вихованні спричиняє сповільнення процесу розвитку учнів.

Найважливіші *правила реалізації принципу послідовності і систематичності* [3]:

1. Застосовуйте плани, схеми для ефективного засвоєння учнями системи знань. Розділяйте зміст навчання на логічно завершені частини, послідовно їх реалізуйте, привчайте до цього учнів.

2. Не ставте на уроці запитань, не заносьте до плану пункти, ґрунтовне розкриття й розгляд яких не плануєте.

3. Не допускайте порушення системи як у змісті, так і в способах навчання. Коли система порушена, негайно ліквідуйте прогалини, щоб запобігти неуспішності.

4. Навчальний предмет – зменшена копія науки. Поясніть учням її систему, формуйте поняття про предмет як про відбиток науки, реальної дійсності, життя. Постійно застосовуйте міжпредметні зв'язки.

5. Не забувайте, що розуміння системи вимагає логіки, а формування її – також почуттів і емоцій. Навчайте й виховуйте, використовуючи

яскраві факти з життя, літератури, кіно, телебачення, бо поняття прояснюються, а образи спонукають.

6. Застосовуйте найновіші надбання методики навчання: складайте зі своїми учнями опорні конспекти, структурно-логічні схеми, алгоритми, комп'ютерні програми тощо, які полегшують і прискорюють засвоєння знань.

7. Частіше повторюйте і вдосконалюйте те, що вивчалось раніше, вводьте його в нові системи зв'язків.

8. Нічим не перевантажуйте пояснення нового матеріалу, додавайте лише те, що легко, просто, природно вступає в асоціативні зв'язки. Ідеї, штучно вплетені в тему і зміст уроку (освітні, виховні, розвивальні), знижують його цінність. Зважаючи на це, плануйте засвоєння найголовніших ідей на весь період навчально-виховного процесу відповідно до змісту навчання й можливостей учнів.

9. Повторюйте і систематизуйте вивчене не лише на початку (для перевірки засвоєного) і в кінці уроку (для закріплення набутих знань), а також після завершення кожної логічно закінченої частини навчального матеріалу. Практикуйте кількаразове повторення головних ідей протягом заняття.

10. Постійно й терпляче привчайте своїх учнів до самостійної роботи, прогресивно ускладнюючи її та створюючи можливості для самостійного розв'язання дедалі складніших завдань.

11. Не збуджуйте діяльність стомлених учнів штучно, не зловживайте інтересом до нової діяльності. Дотримуйтеся фізіологічних норм розумової активності учнів, плануйте й передбачайте її спади й підйоми.

12. Не зловживайте актуалізацією чуттєвого досвіду та опорних знань учнів. Вдавайтеся до них, щоб тільки ввести учнів у новий матеріал. Не робіть проблему з тривіальних речей.

13. Пам'ятайте, що найглибші істини перетворюються на банальні фрази, коли засвоюються поверхово. Якісний навчально-виховний процес той, у якому є думка, мораль, почуття.

14. Терпляче й доброзичливо виправляйте помилки своїх учнів, яких вони припускаються в усних відповідях і письмових роботах; привчайте учнів до систематичного аналізу помилок.

15. Не прагніть за допомогою надмірно «хитрих» засобів досягти за один урок того, що в умовах природного засвоєння учні можуть збагнути впродовж кількох занять.

16. Пам'ятайте, що сформована система знань – найважливіший засіб запобігти забуванню: забуті знання швидко відновлюються в системі, без неї – з великими труднощами.

17. Не забувайте поради Я. А. Коменського: все повинно здійснюватися в нерозривній послідовності так, щоб сьогоднішнє закріплювало вчорашнє й прокладало дорогу для завтрашнього.

18. Не продукуйте силоміць того, що з'явиться само собою як результат систематичної й послідовної діяльності: дисциплінованість, стиль роботи, ставлення до справи тощо. Лише результати навчально-виховного

процесу характеризують вашу систему; з урахуванням їх робіть правильні висновки.

4. Принцип міцності [2]

Міцність знань, умінь, навичок виявляється насамперед у довготривалій пам'яті учнів, вона залежить від змісту і структури навчального матеріалу, від ставлення самих учнів до навчального матеріалу, навчання вчителя; від організації навчально-виховного процесу, застосування різних форм і методів; від частоти застосування знань; від емоційного впливу на учнів під час пояснення. Процес міцного опанування дійових знань і навичок дуже складний.

Додамо до традиційних правил реалізації цього принципу деякі нові поради [2]:

1. Не дозволяйте учням пропускати заняття або байдикувати на них – це неминуче спричинює зниження міцності знань, умінь.

2. Пам'ятайте, що забування вивченого найбільш інтенсивно відбувається відразу після навчання, а тому строки й частота повторень повинні узгоджуватися із психологічними закономірностями розвитку дітей того чи іншого віку.

3. Важливою формою зміцнення знань є самостійне повторення навчального матеріалу учнями. Організуйте його й заохочуйте, ширше застосовуйте, уміло скеровуйте процеси взаємонавчання. Часто якості, яких не може тривалий час сформулювати вчитель, легко й просто засвоюються під час взаємонавчання.

4. Контролюйте внутрішні фактори (неуважність, побічні думки, заняття сторонніми справами тощо) й зовнішні (запізнення, порушення дисципліни тощо), які відволікають увагу учнів.

5. Заощаджуйте сили учнів. Перевіряйте домашні самостійні роботи, правильно визначаєте їх обсяг, погоджуйте свої дії з іншими вчителями-предметниками.

6. Привчайте кожного учня працювати згідно з його здібностями й можливостями й водночас на повну силу. Боріться з лінощами, формуйте оптимальний темпоритм діяльності..

7. Не допускайте закріплення в пам'яті учнів хибно сприйнятої інформації.

8. Не розпочинайте вивчати нове, попередньо не виробивши в учнів двох найважливіших якостей: інтересу та позитивного ставлення до нього.

9. Стежте за логікою подання навчального матеріалу. Знання й переконання, які логічно пов'язані між собою, засвоюються міцніше, ніж розділені.

10. Навчайте й виховуйте так, щоб учні на всіх етапах не тільки активно сприймали, а й не менш активно діяли; діяльність – основа розвитку.

11. Перед виправленням чітко повідомляйте, що і як треба виконувати, які вимоги висуватимуться до наслідків роботи; якщо потрібно, проведіть пробні вправи.

12. Систематично контролюйте критерії оцінювання роботи учнів: це позитивно впливає на міцність і дійовість знань, умінь.

13. Привчайте виконувати завдання продумано, акуратно, швидко.

14. Коли виявили, що темпи навчання знизилися, негайно з'ясуйте причину. Найпоширеніші з причин: втрата (спад) інтересу до навчальної праці та втома. Намагайтеся знайти засоби їх відновлення. Не інтенсифікуйте темпи вивчення штучно.

15. Стежте за станом здоров'я своїх учнів, цікавтеся режимом їхньої праці та відпочинку, застосовуйте фізкультхвилинки на уроках.

16. Не пропонуйте учням легкі й одноманітні види роботи: вони мало розвивають і швидко стомлюють.

17. Не намагайтеся відтворювати знання, якщо вони глибоко не засвоєні. Якщо знання поверхові, то помилки, що неминуче виникають під час їх відтворення, можуть міцно пов'язуватися з елементами знань і закріплюватися в пам'яті.

18. Навчайте школярів правильно засвоювати знання. Під час вивчення нового матеріалу необхідно збагнути його загальну ідею, виділити основні інформаційні (структурні) елементи, запам'ятати найважливіші положення.

19. Навчаючи, плануйте оптимальну для кожного конкретного випадку кількість вправ і повторень.

20. Не зловживайте довільною увагою, без потреби не перевантажуйте її, не захоплюйтеся прямими завданнями і вказівками. Привчайте учнів прислухатися до своїх слів. Про найцікавіші для них речі повідомляйте стримано. Практикуйте на уроці цікаві «відхилення», «домашні заготовки», експромти. Замість «чергової нотації» – притча, легенда, байка або жарт, і учні вас зрозуміють.

21. Повторення й закріплення вивченого проводьте так, щоб активізувати не тільки пам'ять, а й мислення і почуття школярів.

22. Не проводьте повторення матеріалу за тією схемою, що й вивчення: дайте учням можливість розглянути його в нових зв'язках, з різних боків.

23. Розвивайте пам'ять учнів, навчайте їх користуватися мнемотехнічними прийомами для полегшення запам'ятовування.

5. Принцип доступності викладання [2]

Цей принцип є наріжним каменем учительської діяльності, він заснований на дидактиці Я. А. Коменського, який вимагав, щоб педагог застосовував точну мову, рухи, жести, викликав зачарування в дітей, викладав яскраво, емоційно, щоб учні розуміли вчителя. Цей принцип спирається на закономірність психології про необхідність урахування реальних пізнавальних можливостей школярів певного віку. Не повинно бути перевантажень, але також і спрощення матеріалу. Видатний учений Л. В. Занков обґрунтував один із принципів розвивального навчання – навчання на високому рівні труднощів: навчання повинно бути доступним, вимагати певних зусиль, сприяти розвитку особистості; зміст завдань повинен

перебувати в зоні ближнього розвитку, тобто вимагати роздумів, мислення, що можна здійснити під керівництвом учителя і за його допомогою.

Теорією і практикою сучасного навчання розроблено такі *правила реалізації принципу доступності* [2]:

1. Не забувайте настанови Я. А. Коменського: усе, що підлягає вивченню, повинно бути розподілено відповідно до віку так, щоб пропонувалося для вивчення лише те, що доступне для сприймання.

2. Зміст і способи навчання повинні дещо випереджати розвиток учнів. Вивчайте і враховуйте досвід своїх вихованців, їхні інтереси, запити, спирайтеся на них у своїй роботі.

3. У процесі навчання обов'язково враховуйте індивідуальну навчуваність учнів, темпи просування кожного вперед, об'єднуйте в диференційовані підгрупи учнів з близькими характеристиками цих якостей, досягайте мети, поступово нарощуючи вимоги.

4. Стежте за тим, щоб усі причини, що гальмують навчально-виховний процес, вчасно виявлялися, усувалися або зводилися до мінімуму.

5. Навчання передбачає певну напруженість. Коли її немає, учні звикають працювати не на повну силу. Темпи навчання, що встановлюються учням, як правило, набагато нижчі за доступні для них. Відповідно до конкретних умов встановлюйте оптимальні темпи, за потреби змінюйте їх.

6. Застосовуйте найновіші досягнення теорії: конкретні завдання розв'язуйте за допомогою «маленьких кроків» навчання, узагальнені прийоми мислення формуйте за допомогою «збільшених кроків».

7. Ширше застосовуйте аналогію, порівняння, зіставлення, протиставлення, давайте поштовх дитячій думці, доведіть, що навіть найскладніші знання доступні для розуміння в шкільному віці.

8. Вивчаючи новий і складний матеріал, залучайте до роботи передусім сильних учнів, а закріплюючи й перевіряючи – середніх і слабких.

9. Поспішайте повільно! Не форсуйте без потреби навчально-виховний процес, не прагніть швидкого успіху. Педагогічні можливості зниження бар'єра доступності не безмежні.

10. Не сприймайте миттєвий проблиск думки учня за справжній акт пізнання, використовуйте його як початок навчальної роботи.

11. Доступність залежить від мови вчителя: уникайте монотонності, навчайте образно, застосовуйте яскраві факти, приклади з життя, літератури.

12. Розповідайте учням. Не змушуйте їх пристосовуватися до себе, а, навпаки, самі максимально пристосовуйтеся до них.

13. Не збільшуйте тривалість монологів: відчувайте, що треба пояснити, а що учні спроможні збагнути самі, не пояснюйте те, що може пояснити будь-який учень у класі.

14. На першому етапі навчання звертайте увагу на головне, щоб учні ґрунтовно засвоїли основні думки й провідні ідеї; під час закріплення домагайтеся засвоєння конкретних фактів, понять, наводьте нові приклади, що доповнюють і уточнюють набуті знання.

15. Реалізуючи принцип доступності, головну увагу приділяйте керуванню пізнавальною діяльністю учнів: пересічний учитель повідомляє істину, гарний – учить її відкривати.

16. Матеріал, який необхідно запам'ятати, формуйте в короткі ряди, виключаючи те, що учні самі можуть легко додати.

6. Принцип науковості дуже важливий, він вимагає зв'язку між наукою й навчальним предметом [2], щоб учні засвоювали лише глибоко обґрунтовані наукою знання, щоб науковими методами формувалися глибокі ідейні переконання, забезпечувалася єдність діяльності й свідомості. Науковість забезпечують програми й підручники, вона залежить від соціального й науково-технічного прогресу, від реалізації змісту навчання вчителем, від того, наскільки набуті знання підкріплюються практикою.

Практика сучасної школи виробила низку *правил успішної реалізації вимог цього принципу* [4]:

1. Прагніть до нового як у змісті, так і в методах навчання.
2. Систематично інформуйте учнів про нові досягнення в науці, культурі, виробництві, суспільному житті, пов'язуйте їх з набутими знаннями, зміцнюйте систему знань новими зв'язками.
3. Не зводьте ознайомлення з новими ідеями, сприйняття нового до ізолюваного акту: розглядайте кожне явище в нових зв'язках і опосередкуваннях (відношеннях).
4. Ознайомлюйте учнів з біографіями видатних учених, їх внеском у розвиток науки. Висвітлюйте послідовну боротьбу вчених за мирне використання результатів наукових відкриттів.
5. Розкривайте учням методи наукового дослідження, а також залежність результатів дослідження від методів.
6. Застосовуйте найновішу наукову термінологію, будьте в курсі останніх досягнень педагогіки, психології, методики та свого навчального предмета.
7. Розкривайте генезис наукового знання, «ембріологію істини», послідовно реалізуйте вимогу історизму щодо висвітлення явищ.
8. Пам'ятайте, що методи викладення мають відображати методи наукового пізнання.
9. Головну увагу приділяйте ключовим проблемам наукової інформації, розкривайте перед учнями головні ідеї наукових досягнень, привчайте учнів постійно стежити за науковою інформацією.
10. У старших класах не обминайте увагою суперечливі наукові проблеми, спірні етико-моральні питання. У доступній формі розкривайте їхні суть і зміст, перспективні шляхи розв'язання, організовуйте дискусії.
11. Заохочуйте дослідну діяльність школярів. Ознайомлюйте їх з технікою експериментальної та дослідної роботи, алгоритмами розв'язання творчих завдань.
12. Формуйте науковий світогляд, діалектико-матеріалістичний підхід до пізнання навколишньої дійсності.

13. Домагайтеся, щоб учні засвоювали нові поняття в єдності з науковими теоріями, законами.

14. Остерігайтеся правдоподібних, неоднозначних і фальшивих фраз, які можуть стати причиною нездорової уяви дітей. У школі, особливо початковій, учитель не повинен допускати довільного, хибного трактування сказаного ним. Це, звичайно, не означає, що не треба розвивати дитячу ю, гостроту думки, образність сприйняття. Проте серйозні речі мають сприйматися серйозно.

7. Принцип зв'язку навчання з життям [4] спирається на гносеологічні, соціологічні, загально-педагогічні й психологічні закономірності, а саме: практика – критерій істини, джерело пізнавальної діяльності; навчальна й трудова діяльність дітей – універсальний і ефективний засіб формування особистості. Зв'язок теорії з практикою здійснюється через зміст навчання, організацію навчально-виховного процесу. Форми й методи навчання залежать від вікових та індивідуальних можливостей учнів, уміло організованого політехнічного виховання школярів.

Передові педагогічні колективи вчителів виробили низку *правил практичної реалізації принципу зв'язку навчання з життям* [4]:

1. Навчайте й виховуйте так, щоб учень відчув, зрозумів і переконався, що стати освіченим і вихованим – найважливіша життєва необхідність людини.

2. Навчайте й виховуйте, ідучи від життя до знань або від знань до життя: зв'язок знання з життям — обов'язковий.

3. Навчаючи, завжди враховуйте запас знань і життєвий досвід учнів. Пам'ятайте, що суспільство, сучасне виробництво розвиваються стрімко, зростає інформованість, і те, чого не знали колишні ваші вихованці, може бути відомим їхнім нинішнім ровесникам.

4. Постійно формуйте думку, що наука розвивається під впливом практичних потреб суспільства, наводьте конкретні приклади.

5. Розповідайте учням про нові технології, прогресивні форми й методи роботи, сучасні виробничі відносини, ознайомлюйте їх з основами НОП.

6. Наполегливо привчайте учнів застосовувати набуті знання, уміння, навички в життєвих ситуаціях, коригувати теорію практикою й практику теорією.

7. Навчаючи, повсякчас звертайтеся до довкілля, виробництва, повсякденної практики як джерела знань, а також галузі застосування цих знань.

8. Складайте й розв'язуйте з учнями задачі та приклади на виробничу тематику, використовуйте для цього досягнення передовиків праці свого села або міста, району, області, залучайте до їх аналізу та перевірки виробників, батьків.

9. Проблемно-пошукові, евристичні та дослідні завдання — кращий засіб вироблення зв'язків теорії з практикою: широко застосовуйте їх у різноманітних поєднаннях.

10. У навчально-виховному процесі поєднуйте розумову діяльність з практичною, у процесі якої засвоюється 85 % знань.

11. У навчанні та вихованні користуйтеся принципами суспільно корисної й виробничої діяльності самих учнів, спирайтеся на факти, здобуті в процесі самостійних досліджень.

12. Упроваджуйте НОП у навчально-виховний процес. Допмагайте учням оволодівати теорією і практикою наукової організації навчальної роботи, учить їх застосовувати найбільш продуктивні методи праці, аналізувати, програмувати й прогнозувати свою діяльність.

13. Розвивайте, закріплюйте й переносьте успіхи учня в одному виді діяльності на інші: від епізодичного успіху – до постійних високих досягнень.

14. Принципова критика, відвертість перед самим собою, вимогливість до себе, прискіпливий аналіз своїх вчинків – шлях до самовдосконалення. Коли вчитель каже: «Сьогодні весь клас працював погано», – він повинен обов'язково додати: «І я також».

15. У діяльності, спільній праці формуйте почуття колективізму.

Як бачимо, правил, які об'єднують принципи і впливають з принципів, досить багато. Вони залежать здебільшого від конкретних методик викладання, подання матеріалу, а їх використання – від компетентності, порядності та ерудиції вчителя, рівнів розумового та емоційного розвитку учнів, використовуваних засобів навчання.

2 Валеологічні принципи організації навчально-виховного процесу в школі

В охороні психічного здоров'я юного покоління важливе місце належить додержанню валеологічних принципів організації навчально-виховного процесу в школі. Діти в загальноосвітній школі навчаються протягом 12 років, і навчальна діяльність є провідною. До основних завдань реалізації валеологічних принципів організації навчально-виховного процесу в школі належать [3]:

- створення в учнів свідомої мотивації на здоровий спосіб життя шляхом надбання певних теоретичних і практичних знань і формування валеологічного світогляду для гармонійного психічного розвитку дітей;

- забезпечення навчального навантаження з урахуванням вікових особливостей дітей;

- урахування біоритмів працездатності при організації навчального процесу з метою запобігання втоми і перевтоми учнів;

- правильна організація праці та відпочинку школярів;

- попередження психотравмувальних ситуацій у школі;

- запровадження валеологічних технологій у навчально-виховну роботу закладів освіти, що забезпечують виникнення позитивних емоцій у процесі навчання.

Суттєвим елементом валеологічного принципу організації навчально-виховного процесу в школі є врахування індивідуальних особливостей кожного школяра, які зумовлені різними факторами: (39) віком, статтю, станом здоров'я, здібностями, працездатністю, рівнем підготовки. Експерти Всесвітньої організації охорони здоров'я рекомендують орієнтуватися на віковий розвиток дитини, оскільки навчальними програмами враховується лише паспортний вік, а не біологічний, тобто фактично досягнутий рівень розвитку, в тому числі й психічний.

Таким чином, якщо враховувати основи валеології, перед педагогами та шкільними психологами стоїть завдання охорони психічного здоров'я дітей як у напрямку профілактики неврозів, так і в забезпеченні оптимального рівня нервово-психічних функцій.

Оптимальний функціональний стан організму значною мірою залежить від правильної організації навчального процесу, дотримання гігієнічних норм навчальної діяльності.

В основі навчальної діяльності лежить розумова працездатність. Це вимагає від педагога знань особливостей розумової праці та забезпечення комфортних умов для її організації [5].

На сучасному етапі бурхливого розвитку науки та техніки в умовах реформи освіти виникла необхідність засвоєння великого обсягу інформації в процесі навчання, що висуває підвищені вимоги до психофізіологічних можливостей організму учня. У зв'язку зі збільшенням обсягу інформації, введенням інноваційних технологій в учнів виникає нервово-психічне перевантаження, яке призводить до асенізації нервової системи, розвитку різноманітних психосоматичних захворювань і, відповідно, до погіршення стану здоров'я учнів. Тому поряд з удосконаленням педагогічних і психологічних засобів оптимізації навчання все більш актуальним стає розроблення психогігієнічних основ навчальної діяльності, глибоке вивчення працездатності учнів. З метою попередження втоми і, відповідно, підвищення розумової працездатності важливе значення має дотримання гігієнічних вимог щодо робочого місця, його освітлення, зручної пози при роботі.

Важливе значення для поліпшення розумової працездатності має відпочинок. Основними видами відпочинку є щорічний, щотижневий, щоденний, а також короткочасний протягом дня. Для здоров'я й працездатності учнів небезпечно нехтувати щоденним, і особливо щотижневим, відпочинком від навчальної діяльності, адже він є фізіологічною потребою організму. Кращими його формами є перебування на свіжому повітрі, прогулянки, заняття фізкультурою і спортом [2].

Одним із найбільш важливих елементів гігієни розумової праці є раціональне харчування. Воно повинно відповідати загальним гігієнічним принципам з урахуванням особливостей обмінних процесів при розумовій роботі, тому головну увагу потрібно приділяти забезпеченню якісного повноцінного харчування, що зводиться до необхідності компенсувати енергетичні затрати організму й наявності в раціоні всіх необхідних харчових речовин. Енергетичні затрати при розумовій роботі невеликі.

Таким чином, фізіологічно обґрунтований режим праці й відпочинку, оптимальні гігієнічні умови під час навчання в школі та вдома, раціональне харчування, фізкультура і спорт – важливі елементи гігієни розумової праці, дотримання яких є необхідним для збереження здоров'я й високої працездатності.

Збереження високої працездатності, попередження втоми й перевтоми учнів можливе тільки при правильній організації їх праці та відпочинку. Для цього треба брати до уваги вісім компонентів шкільного життя: тривалість уроку, тривалість навчального дня й тижня, організація власне уроку, розклад уроків, перерви, іспити, суспільно-корисна праця й канікули. Основним видом діяльності школяра є навчання. Тому важливе значення має гігієнічне нормування навчального навантаження. Основним критерієм психолого-гігієнічної оцінки навчального навантаження є його відповідність функціональним можливостям організму дитини на кожному віковому етапі. Педагогічний процес має бути організований таким чином, щоб при відповідності навантаження віковим можливостям дітей забезпечувати правильний гармонійний розвиток [2].

Основною формою навчально-виховного процесу є урок, тому велике значення має його тривалість, яка згідно із «Законом про середню освіту» в загальноосвітніх навчальних закладах становить у перших класах 35 хв, у 2–4-х класах 40 хв, у 5–12-х класах – 45 хв.

На функціональний стан організму школярів великий вплив має структура уроку. Тому важливе значення мають правила побудови уроку, що включають оптимальне чергування різних видів діяльності неоднакових за тривалістю, складністю і втомлюваністю.

Правильна організація уроку перш за все передбачає врахування динаміки працездатності школярів. Під час фази «впрацювання» перші 3–5 хв навантаження повинно бути відносно невеликим, що дає можливість школярам поступового «входження» в роботу. У період оптимальної стійкої працездатності (у початковій школі цей період триває 15–20 хв, а в середніх і старших класах – 20–25 хв) навантаження має бути максимальним. Потім його необхідно знизити, тому що починає розвиватися втома [4].

Важлива роль у збереженні високої працездатності на уроці належить фізкультхвилинкам (фізкультпаузам, вправи яких повинні бути спрямовані на активізацію м'язів, пози тіла (нахили тулуба, повороти голови), м'язів нижніх кінцівок (присідання, розгинання і згинання стоп). Для профілактики перевтоми очей і розвитку короткозорості рекомендуються вправи на зміцнення м'язів очей. Це можуть бути кругові рухи очима в один та інший напрямок (повторити 4–6 разів), повільне переведення погляду спочатку з підлоги на стелю і навпаки, потім – справа наліво і навпаки (повторити 10–12 разів). Позитивний вплив має також сильне зажмурювання (на 5–10 сек), швидке кліпання, легкі натискування на повіки закритих очей протягом 1–2 секунд.

Для зниження втоми від розумової діяльності рекомендується легкий самомасаж усіма пальцями волоссяної частини голови, стимуляція розташованих на обличчі і шиї біологічно активних точок, дихальні вправи [2].

Зберегти високу працездатність на уроці допомагає не тільки правильна регламентація тривалості уроку, а й раціональне чергування різних видів діяльності. Чим одноманітніший, монотонніший урок, тим швидше розвивається втома. Особливо це стосується учнів початкових класів у зв'язку зі швидким розвитком позамежового гальмування. Окрім того, у початковій школі навчання повинно базуватися на чуттєвому сприйнятті, на використанні першої сигнальної системи, що переважає над другою. Найкращим способом для цього є наочний метод навчання.

3 Методика навчання предмета «Основи здоров'я»

Початок ХХІ сторіччя, ознаменований розвитком технічних засобів, супроводжується ризиками для життя сучасної людини: понаднормовістю інформаційного навантаження, погіршенням екологічних умов існування, частим прийомом медичних препаратів тощо. Це призводить до того, що шестирічні діти, які йдуть до першого класу навчального закладу, вже вміють працювати на комп'ютері, але не мають жодного уявлення про нормативи часу цього заняття та наслідки їх порушення. Здебільшого, не маючи відповідної фізичної добової активності, учні мають синдром дефіциту уваги та збільшену рухову активність. Це свідчить про емоційність, яка властива віку початкової школи, але додає певні труднощі при викладанні предметів навчальної програми та зниження можливостей їх засвоєння. Тому на зміну застарілим методам навчання мають прийти методики, які б ураховували всі зазначені вище ризики в навчальному процесі.

Традиційно *методика навчання в початковій школі* складається з таких *компонентів навчальної діяльності* [1]: *пробудження мотивації* (інтересу до навчання), *вивчення матеріалу навчальної програми* (уроку), *повторення вивчених тем і перевірка отриманих знань* (кількісна та якісна характеристика). На відміну від методик для середньої та старшої школи, будь-яка методика навчання предметів у початковій школі має багато наочного матеріалу, що дозволяє швидко засвоїти нові теми, а також значну кількість ігрових форм діяльності учнів, спонукати до проявів їх творчої активності.

Уроки «Основи здоров'я» мають подвійну мету: формування загальнонавчального вміння учнів структурувати свою діяльність згідно з вимогами шкільної програми та формування навичок здорового способу життя.

Процес передавання знань у початковій школі має певні закономірності. Враховуючи вікові особливості школярів, ми не можемо давати довготривалих одноманітних вправ або завдань. Саме тому перевагу слід віддати застосуванню п'яти–семи різних видів роботи протягом одного уроку [3].

В основній частині експериментального уроку пояснюється новий матеріал 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 (у модифікованому варіанті використання методики).

У підсумковій частині уроку учні узагальнюють матеріал, заповнюють картки з тестуванням, повторюють за вчителем пальчикову гімнастику, а також вірш з 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 початкової школи з курсу «Основи здоров'я», а також інших навчальних предметів початкової школи, тому що, з одного боку, воно дозволяє ефективніше викладати навчальний матеріал, а з іншого – є методикою відновлення сил протягом навчального дня, являючи собою важливу частину навчально-виховного процесу [1].

Особливість методики проведення уроків у початковій школі полягає в тому, що оволодіння здоров'яощадними компетенціями потребує багаторазового вправляння, насамперед у процесі групової взаємодії. Тому необхідна організація практичної, ігрової, індивідуальної та колективної діяльності учнів, що базується на суб'єкт-суб'єктній взаємодії вчителя з учнями й учнів між собою. Такий підхід отримав назву «Освіта на основі набуття життєвих навичок» (ООЖН) і характеризується застосуванням інтерактивних методів навчання, що забезпечує ефективне засвоєння учнями навчального матеріалу й відпрацювання ними поведінкових навичок.

Особливістю структури уроків з основ здоров'я має бути гнучкість, органічне поєднання навчально-пізнавальної та оздоровчо-рухової діяльності учнів, включення різних видів діалогу, групової співпраці. Особливого значення для формування в учнів здорового способу життя та безпечної поведінки має емоційність і доступність навчального матеріалу, його унаочнення. Практичні роботи, зазначені в програмі, виконуються учнями в практично-дієвій формі під час опрацювання відповідної теми для досягнення мети уроку або вдома з батьками.

Узагальненим результатом навчання основ здоров'я в початковій школі є відповідний до віку рівень здоров'яощадної компетентності учнів. Деталізовані результати навчання в початковій школі наведено у вигляді державних вимог щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів.

4 Особливості методики проведення уроків з основ здоров'я в початковій школі

Аналіз Державного стандарту початкової освіти показав, що галузь «Фізична культура і основи здоров'я» в початковій школі може бути реалізована двома шляхами: суцільним інтегрованим курсом «Основи здоров'я і фізична культура» (3 години) або інтегрованим курсом, який складається з двох частин: курс «Основи здоров'я» (1 година) і предмет «Фізична культура» (2 години).

Щоб з'ясувати особливості проведення уроків з основ здоров'я, ми здійснили аналіз програми курсу. Програма інтегрованого навчального курсу «Основи здоров'я» для 1-го класу розроблена відповідно до чинного Державного стандарту освітньої галузі «Фізична культура і основи здоров'я». Інтегрований навчальний предмет «Основи здоров'я» охоплює два компоненти: валеологічний і безпеку життєдіяльності учнів. Вони мають єдину кінцеву мету – збереження життя й зміцнення здоров'я, але різними засобами, тому цілком природною є їх інтеграція в єдиний курс [2].

Мета курсу – «формування в учнів свідомого ставлення до свого здоров'я, оволодіння життєвими навичками здорового способу життя та безпечної для здоров'я поведінки» [3].

Завданнями цього курсу в початковій школі є:

- формування в учнів активної мотивації щодо дбайливого ставлення до власного здоров'я, удосконалення й творення фізичної, соціальної, психічної та духовної складових здоров'я;
- формування уявлень і понять про фізичний розвиток людини, взаємозв'язки людського організму з природним і соціальним оточенням;
- формування уявлень і понять про духовну та психічну складові здоров'я та їх вияви через загальнолюдські цінності (милосердя, співчуття, взаємодопомогу), оволодіння уміннями й навичками морально-етичної поведінки;
- засвоєння учнями знань, умінь і навичок особистої гігієни, профілактики захворювань і травматизму в класі, вдома, на вулиці та в інших місцях;
- ознайомлення з впливом рухової активності та загартування організму, раціонального харчування, режиму дня на здоров'я та розвиток дитини;
- запобігання порушенням постави учнів, плоскостопості, розладів органів чуття;
- формування знань, умінь і навичок безпеки життєдіяльності вдома, у школі, на вулиці, у транспорті, у громадських місцях, на вулиці.

Відповідно до цих завдань *зміст курсу структурується* таким чином: 1) людина та її здоров'я; 2) фізична складова здоров'я; 3) соціальна складова здоров'я; 4) психічна та духовна складові здоров'я; 5) безпека життєдіяльності учнів вдома, у школі, на вулиці, у громадських місцях, на відпочинку [2].

Головним предметом пізнання в початкових класах стають правила догляду за своїм тілом, особливості харчування, значення руху й загартування для здоров'я; права дитини, правила безпечного поведінки в школі,

на вулиці, вдома; правила спілкування, вправи ранкової гімнастики, вправи для фізичного розвитку та виправлення постави. Саме в процесі вивчення їх відбувається інтегрування валеологічних і соціокультурних знань, у результаті якого учні мають отримати цілісне багатовимірне уявлення про своє здоров'я та усвідомити необхідність його збереження й зміцнення.

Навчаючи учнів початкових класів курсу «Основи здоров'я», слід дотримуватись *певних дидактичних особливостей проведення уроку*. Найвиразніше ці особливості виявляються в способах організації навчальної діяльності й у структурі:

- на уроках широко представлено ігрові форми навчання,
- обов'язково проводяться динамічні паузи,
- немає домашніх завдань,
- є розгорнуте повторення,
- по-іншому оцінюються результати навчальної праці.

Процес засвоєння нових знань відбувається в такій послідовності:

- сприймання деяких фактів (ознак, властивостей предметів, явищ, об'єктів);
- спостереження, аналіз і виділення з допомогою вчителя істотних, повторюваних ознак, їх усвідомлення через різноманітні вправи;
- первинне елементарне узагальнення, яке може бути у формі уявлення, поняття, зразка висловлювання, міркування, способу дії.

Відповідно й у *структурі уроку* основні його *етапи*:

- повторення;
- підготовка до засвоєння нового матеріалу;
- робота над новим матеріалом;
- первинне закріплення;
- висновок з уроку.

Етап повторення триває 4–5 хв. Коротко повторюється попередній матеріал і проводиться цілеспрямована підготовка до вивчення нового. Чим більше уроків з певної теми пройшло, тим частіше слід включати в поточний урок короточасне пригадування (приблизно 2–3 хв.) саме тих знань, умінь і навичок, які винесено для контролю на кінець теми. З цією метою варто пропонувати дітям завдання з опорою на наочність, наприклад роботи з моделями слів, таблицями складів, схемами складу числа, серією малюнків. Повторення вивченого з орієнтацією на кінцевий результат навчання потрібне, тому що відсутність домашніх завдань і бального оцінювання може послабити увагу вчителя до міцності засвоєного.

Робота над новим матеріалом – центральний етап уроку. Його тривалість – 18–20 хв. Цей етап характеризується різноманітністю видів сприймання. У зв'язку з цим пояснення вчителя слід поєднувати з вправами для учнів. Важливо вчасно переходити від слів до практичних дій, вводити на етапі ознайомлення з новим матеріалом короточасні (2–3 хв.) самостійні роботи практичного характеру з наданням можливості звертатися до зразка, наочності. На цьому ж етапі учні обов'язково працюють з підручником, який є основним матеріалом для організації навчання в першому класі, у них формуються елементарні уміння працювати з навчальною книгою.

У структурі уроку місце гри, її тривалість визначаються завданнями уроку та змістом самої гри. Протягом уроку вчитель може ввести дві-три короткочасні ігрові ситуації різної тривалості, а може і весь урок побудувати у вигляді сюжетно-рольової гри.

До системи *дидактичних ігор* доцільно включати такі:

- на формування розумових операцій (аналіз, порівняння, класифікація, узагальнення);
- на відновлення, доповнення цілого;
- на виключення «зайвого»;
- драматизації;
- ігри-конструювання;
- рольові ігри з елементами сюжету.

Для участі в рольовій грі учні повинні мати уявлення про ті особливості діяльності, які можна відтворити ігровими засобами (мовні ситуації, жести, міміка, практичні дії, ігровий реквізит).

Навчальні дидактичні ігри, що застосовуються в навчальному процесі під керівництвом класовода (настільні, рухливі, загадки, ребуси, кросворди тощо), використовуються для перевірки знань, розвитку кмітливості, формування творчого мислення.

Для підвищення результативності уроку важливо вчасно чергувати завдання, що потребують різних видів сприймання. Зокрема, слухову роботу доцільно змінювати практичними діями з різними рухами. Важливо урізноманітнити й форми завдань. Так, діти можуть працювати індивідуально, разом з учителем.

На кожному уроці слід обов'язково приділяти час на виконання *самостійних завдань*, переважно практичного характеру. Їх обсяг і тривалість, на думку В. Пакулової, необхідно визначати з урахуванням того, що дуже короткочасна робота не ефективна, оскільки малюнки не відразу починають працювати (кілька разів перекладають зошит, змінюють позу, заглядають до сусіда, чекають від учителя особистого звернення). У першому класі, як правило, доцільна самостійна робота тривалістю 4–5 хв з опорою на різні форми сприймання й пам'яті [2].

На уроках можна проводити такі види самостійної роботи:

- складання за малюнком оповідання;
- створення малюнків, аплікацій;
- розфарбовування предметів;
- розглядання наочності;
- розв'язання пізнавальних завдань тощо.

Досягти високих показників у навчанні можна лише за умови врахування індивідуально-психологічних особливостей молодших школярів. На уроці необхідно здійснювати індивідуальний і диференційований підходи до учнів. Учитель повинен використовувати потенційні можливості кожного школяра, передбачати труднощі, які можуть виникнути у дітей під час засвоєння навчального матеріалу, розробляти шляхи їх подолання.

Завершує структуру уроку етап підбиття підсумків, який є обов'язковим. Учням при цьому доцільно пригадати, що робили, які завдання виконували, чого навчилися, яке завдання сподобалося найбільше, чия відповідь запам'яталася. Це потрібно і для виділення того, що треба запам'ятати. Бажано завершити урок грою. Це знімає втому й залишає радісне враження від уроку [4].

Аналіз програми з «Основ здоров'я» дає змогу виявити *особливості методики проведення уроків у початковій школі*:

- Засвоєння інформації та формування життєвих навичок у першокласників потребують багаторазового вправляння. У зв'язку з цим у процесі навчання учнів першого класу доцільна практична, ігрова індивідуальна та групова діяльність учнів.

- Обов'язковим є зв'язок з життєвим досвідом дітей, урахування умов, у яких діти перебувають удома.

- На уроках доцільне широке використання фольклору: вивчення народних звичаїв, обрядів, застосування творчих завдань тощо.

- Структура уроку має бути гнучкою, органічно поєднувати навчально-пізнавальну та оздоровчо-рухову діяльність, включати різні види діалогу, групової співпраці тощо.

- Особливого значення для формування в учнів здорового способу життя та безпечної поведінки має емоційність, наступність навчального матеріалу, його унаочнення (з цією метою доцільно широко використовувати навчальні екскурсії, відеофільми, кінофільми, слайди тощо).

- Одним із важливих факторів ефективності реалізації місту предмета є особистість учителя, його спосіб життя, ставлення до власного здоров'я, особистий приклад.

О. Савченко вважає, що організація навчально-виховного процесу з курсу «Основи здоров'я» ґрунтується на таких засадах:

- Перевага практичних дій і вправлянь учнів у засвоєнні навчального матеріалу; зв'язок теоретичних відомостей з можливостями практичного їх застосування.

- Спирання на особистий досвід дітей або його розширення, збагачення шляхом розповідей, ілюстрацій; тісний зв'язок з конкретним життям дітей класу.

- Різноманітність поєднання форм організації навчальної діяльності: спостереження, слухання, розповідь, практичні дії, дослідні завдання, ігрові ситуації, діалоги, інсценізації, парна і групова робота.

- Емоційність і гнучкість змісту та структури уроків; використання несподіваного за формою початку уроків (римування, девіз уроку, реквізит), запрошення цікавих людей (батьків, лікарів, пожежників, представників поліції), залучення віршованих текстів, інсценізація казок тощо.

- Постійне мотивування дітей до уважного ставлення до свого здоров'я, заохочення успіхів дітей в опануванні умінь і навичок здорового способу життя й безпеки життєдіяльності.

- Неперервність впливу на формування в учнів основних практичних результатів засвоєння навчального матеріалу. Зміст побудовано переважно за лінійним принципом. Але, щоб сформувати навичку, потрібно досить часто до неї звертатися, тому безвідносно до нової теми (а краще у зв'язку з нею) необхідно пригадувати попередній матеріал, заохочувати дітей, перевіряти виконання правил і порад, спілкуватися щодо цього з батьками [1].

Література

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах: експериментальний навчально-методичний посібник для учителів / Бойченко Т., Колотій М. - К. : ДІП СМ, УІСД, 2004. - 244 с.
2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2013. – 260 с.
4. Гонтаровська Н. Оздоровча програма у шкільній системі освіти / Гонтаровська Н. // Директор школи. – 1999. – № 45. – С. 11.
5. Горяня Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяня Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61–63.
6. Кириленко С. В. Уроки здоров'я / Кириленко С. В. – Х. : Скорпіон, 2004. – 88 с.
7. Мікулак Н. М. Здоров'язберігаюча освіта: теорія і технологія створення школи культури здоров'я : навчально-методичний посібник для слухачів курсів інститутів післядипломної педагогічної освіти, науковців, керівників освітніх закладів, педагогів, вихователів / Наталія Михайлівна Мікулак. – Дніпропетровськ : ДОППО, 2013. – 76 с.
8. Мікулак Н. М. Сучасні освітні стратегії здоров'язбереження: основи здоров'я : навчально-методичний посібник / Мікулак Н. М. – Дніпропетровськ : Інновація. 2012. – 116 с.
9. Основи здоров'я : підруч. для 5-го кл. загальноосвіт. навч. закладів / Т. Є. Бойченко [та ін.]. – К. : Генеза, 2013. – 208 с.
10. Отрощенко П. Г. Хочу бути здоровим / Отрощенко П. Г. - К. : Либідь, 1991. - 336 с.
11. Савченко В. А. Тренінг – інтерактивний метод навчання : інструктивно-методичні матеріали щодо проведення тренінгів у навчально-виховному процесі / Савченко В. А. – Дніпропетровськ : Інновація, 2010. – 245 с.
12. Холодова Н. О. Порадник учителю основ здоров'я : методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.
13. Худік В. А. Психологічна діагностика дитячого розвитку / Худік В. А. - К.: Освіта, 1992. - 220 с.

Лекція 3

Методика навчання здоров'яощадних технологій

План

1. Типи технологій у галузі збереження та зміцнення здоров'я.
2. Принципи навчання, що відповідають цілям здоров'яощадних освітніх технологій.
3. Методи навчання здоров'яощадного впливу.
4. Етапи процесу навчання в умовах здоров'яощадної педагогіки.
5. Форми і види роботи здоров'яощадних освітніх технологій.

1 Типи технологій у галузі збереження та зміцнення здоров'я

Аналіз існуючих здоров'яощадних технологій дає можливість виокремити такі типи технологій у сфері збереження та зміцнення здоров'я.

Здоров'яощадні технології – такі технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі, та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей і гігієнічних вимог), відповідності навчального та фізичного навантаження можливостям дитини. До конкретних *методів* належать:

- диспансеризація учнів;
- профілактичні щеплення;
- забезпечення рухової активності;
- вітамінізація, організація здорового харчування (включаючи дієтичне);
- заходи санітарно-гігієнічного характеру, пов'язані з респіраторно-вірусними інфекціями, зокрема грипом.

Оздоровчі технології – технології, спрямовані на зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: *фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музикотерапія.*

Деякі методи (наприклад, фітотерапія та гімнастика) залежно від характеру впливу та способів застосування і категорій учнів можуть використовуватись як у межах здоров'яощадних, так і в межах оздоровчих технологій.

Технології навчання здоров'я – 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 дисциплін загальнонавчального циклу, введенню до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти.

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

Ці технології можуть бути подані за *ієрархічною структурою* з урахуванням того, яким чином кожен учень залучений до навчального процесу:

- *позасуб'єктні*: технології раціональної організації навчального процесу, формування здоров'яощадного виховного середовища, форми організації здорового харчування (включаючи дієтичне);

- ті, що відзначаються *пасивною участю учнів*: фітотерапія, офтальмотренажери тощо;

- ті, що здійснюються за *активної позиції учнів*: різні види гімнастики, технології навчання здорового способу життя, виховання культури здоров'я.

2 Принципи навчання, що відповідають цілям здоров'яощадних освітніх технологій

Принципи навчання, що віддзеркалюють найважливіші та нагальні потреби суспільства, відповідають цілям здоров'яощадних освітніх технологій.

Загальнометодичні та специфічні принципи існують в органічній єдності, створюючи систему. Вони розкривають закономірності оздоровчої педагогіки.

Загальнометодичні принципи – це основні положення, що визначають зміст, організаційні форми та методи навчального процесу відповідно до загальних цілей здоров'яощадних освітніх технологій.

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

Для досягнення мети здоров'яощадних освітніх технологій застосовуються такі групи засобів:

- рухової спрямованості (фізичні вправи, фізкультхвилинки, динамічні перерви, лікувальна фізкультура, рухливі ігри тощо);
- оздоровчі сили природи (сонячні та повітряні ванни, водні процедури, фітотерапія, інгаляції, вітамінотерапія тощо);
- гігієнічні (виконання санітарно-гігієнічних вимог, особиста та загальна гігієна, дотримання режиму дня та режиму рухової активності, режиму харчування та сну тощо).

3 Методика навчання здоров'яощадного впливу

Систематичний вплив на організм і психіку учнів може бути успішним лише за умови доцільного використання **методів здоров'яощадного впливу**.

Метод навчання – це впорядкована діяльність педагога, спрямована на досягнення мети навчання. Під методами навчання часто розуміють сукупність шляхів, засобів досягнення мети, вирішення завдань (І. Підласий), а, відповідно, завдання педагогіки оздоровлення вирішуються шляхом застосування методів здоров'яощадних освітніх технологій.

У здоров'яощадних освітніх технологіях застосовуються дві групи методів: *специфічні* (притаманні тільки процесу педагогіки) та *загальнопедагогічні* (застосовуються в усіх випадках навчання та виховання).

Серед специфічних методів сучасної педагогічної практики можна виокремити такі: оповідання, дидактичне оповідання, лекція, демонстрація, ілюстрація, відеометод, вправи, практичний, ситуативний, ігровий, активні методи навчання тощо.

У структурі методу виокремлюють певні прийоми як його складові та окремі етапи під час реалізації [1].

Прийоми можна класифікувати так:

- профілактично-захисні (особиста гігієна та гігієна навчання);
- компенсаторно-нейтралізувальні (фізкультхвилинки, оздоровча, пальчикова, дихальна, коригувальна гімнастики; масаж, психогімнастика тощо);
- стимулівні (елементи загартування, фізичні навантаження, прийоми психотерапії та фітотерапії);
- інформаційно-навчальні (листи, що адресуються батькам, учням, педагогам).

Використання методів і прийомів залежить від професійних здібностей учителя, його особистої зацікавленості; від регіональних і місцевих умов. Тільки об'єднавши всі окремі підходи в єдине ціле, можна створити оздоровчий освітній простір, де будуть реалізовані ідеї здоров'яощадної педагогіки.

Мета всіх здоров'яощадних освітніх технологій – сформувати в учнів необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати отримані знання в повсякденному житті [4].

4 Етапи процесу навчання в умовах здоров'яощадної педагогіки

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

Етап ***початкового ознайомлення з основними поняттями та уявленнями***

Мета – сформувати в учнів елементарні уявлення про основні поняття здорового способу життя.

Основні завдання: сформувати уявлення про елементарні правила збереження здоров'я; досягти виконання елементарних правил здоров'язбереження (на рівні первісного вміння); створити мотивацію на ведення здорового способу життя [4].

Етап ***поглибленого вивчення***

Мета – сформувати повноцінне розуміння основ здорового способу життя.

Основні завдання: уточнити уявлення про елементарні правила здоров'язбереження; досягти свідомого виконання елементарних правил збереження та зміцнення здоров'я; сформувати практичні знання, уміння й навички, необхідні в повсякденному житті.

Етап *закріплення знань, умінь і навичок* збереження та зміцнення здоров'я та їх подальшого вдосконалення

Мета – сформувати навички збереження здоров'я у повсякденному житті [5].

Основні *завдання*: досягти стабільності та автоматизму при дотриманні правил збереження здоров'я; досягти виконання цих правил відповідно до вимог практичною їх 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 навчальному закладі *найбільш доцільними є технології*, які:

- мають за основу комплексний характер збереження здоров'я;
- беруть до уваги більшість факторів, що впливають на здоров'я;
- враховують вікові та індивідуальні особливості учнів;
- забезпечують запровадження цілей і змісту політики освітнього закладу зі зміцнення здоров'я учнів і формування здорового способу життя;
- контролюють виконання настанов, зміст яких має здоров'яощадний і профілактичний характер;
- постійно покращують санітарно-гігієнічні умови навчального закладу, матеріально-технічну та навчальну базу, соціально-психологічний клімат у колективі відповідно до сучасних вимог;
- заохочують учнів до участі в плануванні оздоровчої діяльності навчального закладу та до аналізу виконаної роботи;
- формують позитивне ставлення учнів до навчального закладу, взаємоповагу та взаєморозуміння між учителями й учнями та учнів між собою;
- обґрунтовують умови послідовності в реалізації технології;
- здійснюють періодичне оцінювання ефективності технології;
- 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'яощадного навчального процесу, формування в них активної позиції щодо зміцнення й збереження власного здоров'я.

5 Форми і види роботи здоров'яощадних освітніх технологій

Аналіз здоров'яощадної діяльності загальноосвітніх закладів України дозволив виділити *складові* моделі цієї діяльності.

Вона має поєднувати такі *форми й види роботи*:

- корекцію порушень соматичного здоров'я з використанням комплексу оздоровчих і медичних заходів без відриву від навчального процесу;

- різноманітні форми організації навчально-виховного процесу з урахуванням їх психологічного та фізіологічного впливу на учнів;
- контроль за виконанням санітарно-гігієнічних норм організації навчально-виховного процесу; нормування навчального навантаження та профілактику перевтоми учнів;
- медико-психолого-педагогічний моніторинг стану здоров'я, фізичного й психічного розвитку учнів;
- розроблення та реалізацію навчальних програм із формування в учнів навичок ведення здорового способу життя та профілактики шкідливих звичок;
- діяльність служби психологічної допомоги вчителям і учням у подоланні стресів, стану тривоги; сприяння гуманному ставленню до кожного учня; формування доброзичливих взаємовідносин у колективі вчителів;
- організацію та контроль за дотриманням збалансованого харчування всіх учнів школи;
- заходи, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я вчителів та учнів, створення умов для їхнього гармонійного розвитку.

Звичайно, вирішення проблеми збереження здоров'я дітей і підлітків потребує пильної 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'яощадним. І в цьому разі мова йде вже не просто про стан здоров'я сучасних школярів, а про майбутнє України.

Література

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах : експериментальний навчально-методичний посібник для вчителів / Бойченко Т., Колотій Н. – К. : ДП СМ, УІСД, 2004. – 244 с.
2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я: книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : вправи для учнів / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2005. – 160 с.
4. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2005. – 175 с.
5. Горяня Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяня Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61–63.
6. Холодова Н. О. Порадник учителю з основ здоров'я : методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.

Лекція 4
Методологія дослідження.
Особливості методики викладання основ здоров'я

План

1. Методологія дослідження.
2. Організація дослідження дитини з обмеженими можливостями здоров'я.
3. Методика викладання основ здоров'я.
4. Дидактичні принципи методики викладання основ здоров'я

1 Методологія дослідження

Методологія – це система принципів і засобів пізнання [2], організації та побудови теоретичної й практичної діяльності відповідно до властивостей і законів об'єктивної дійсності.

Методологію за традицією поділяють на загальну й часткову.

Загальна методологія – це сукупність необхідних і достатніх принципів [2] для розгляду досліджуваного громадського або психічного явища.

Часткова методологія визначає специфіку застосування загальних принципів дослідження [3] при вивченні конкретної проблеми, зокрема психології.

До найважливіших методологічних принципів вивчення соціально-психологічних і психологічних особливостей особистості дитини з обмеженими можливостями здоров'я можуть бути віднесені нижчезазначені.

Принцип гуманізму й педагогічного оптимізму передбачає віру в дитину, в її потенційні можливості реалізувати себе як особистість, її краще майбутнє. Будь-яке дослідження має допомогти розвитку дитини, безболісному входженні її в соціальне життя. Цей принцип припускає, що результати дослідження (діагноз) повинні свідчити не тільки про досягнутий рівень розвитку, але й виявляти резерви, визначати не тільки негативні моменти в розвитку особистості дитини, але й позитивні властивості, на які можна спиратися в процесі її соціальної реабілітації.

Принцип об'єктивності та науковості акцентує увагу на те, щоб при вивченні розвитку особистості дитини, яка має життєві обмеження, зрозуміти не тільки загальні закони її розвитку, але й специфічні особливості, пов'язані з впливом на неї як первинних, так і вторинних дефектів.

Принцип детермінізму означає, що будь-яке соціально-психологічне явище зумовлено цілим комплексом об'єктивних і суб'єктивних причин. Щоб отримати об'єктивну інформацію про особливості розвитку дитини з відхиленнями в розвитку, потрібно встановити причинно-наслідкові

зв'язки в розвитку та формуванні тих чи інших особистісних властивостей дитини, виявити основні фактори й умови, що негативно або позитивно вплинули на цей процес.

Принцип розвитку передбачає, що всі психічні й особистісні особливості дитини перебувають у становленні, й основною умовою розвитку їх є та чи інша діяльність. Процес становлення особистості дитини може бути правильно зрозумілий, якщо він розглядається в безперервному русі, з урахуванням постійних кількісних і якісних змін як процес і результат діяльності.

Принцип єдності свідомості й діяльності впливає з діяльнісного підходу до проблеми розвитку психіки й особистості дитини, запропонованого С. Л. Рубінштейном, А. Н. Леонтьєвим та ін. Він означає обумовленість розвитку свідомості діяльністю людини. Свідомість керує діяльністю, але в діяльності вона й формується. Вивчати свідомість можна опосередковано через діяльність дитини.

Принцип систематичності, комплексності та системності. Його суть полягає в тому, що вивчення дитини повинно проводитися регулярно, через певні проміжки часу, досліджуватися не окремі параметри, а всі сторони розвитку особистості. Для отримання повної інформації про розвиток дитини з обмеженими можливостями потрібно також використовувати результати клінічних досліджень порушених функцій і дані про особливості розвитку вторинних порушень.

Принцип індивідуального й особистісного підходу означає, що кожна людина унікальна й загальні закони розвитку проявляються в кожній дитині своєрідно й неповторно.

Принцип ефективності пропонуваніх рекомендацій передбачає, що рекомендації обов'язково повинні бути корисними для тієї людини, якій вони призначені.

Основним способом реалізації теоретичних уявлень, методологічних принципів і підходів на практиці є метод дослідження.

Метод дослідження – загальний шлях наукового пізнання, спосіб, за допомогою якого дослідник одержує необхідну наукову інформацію.

Конкретне втілення методу на практиці відповідно до мети дослідження називається методикою. Тобто, *методика* – це цілеспрямоване використання методу стосовно предмета дослідження.

У вітчизняній психології виділяють **чотири групи загальнонаукових методів** (за Б. Р. Ананьєвим), які дозволяють отримувати необхідну інформацію про розвиток особистості дитини з тими чи іншими життєвими обмеженнями.

До **першої групи** відносять *організаційні методи*. За їх допомогою вирішуються питання, пов'язані з визначенням об'єкта, специфіки, повноти, тривалості й інших організаційних аспектів проведення дослідження. До них належать:

1. *Порівняльний метод*. При визначенні об'єкта дослідження зіставляються різні групи дітей за віком, станом здоров'я, специфікою захворювань, первинних і вторинних порушень тощо. У соціально-реабілітаційній

практиці порівняльний метод використовується у вигляді методу вікових або поперечних зрізів. Цей метод застосовується з метою виявлення динаміки психічного або особистісного розвитку дитини шляхом зіставлення отриманих у той самий час результатів у групах дітей різного віку.

2. *Лонгітюдний метод*. Його суть полягає в багаторазовому вивченні тих самих дітей упродовж тривалого періоду.

3. *Комплексний метод*. При організації вивчення однієї дитини можуть бути підключені фахівці різних профілів: лікарі, соціальні працівники, психологи, корекційні педагоги й інші. Дослідження такого роду дозволяють встановити більш повну картину психічного, соматичного й особистісного розвитку дитини.

До *другої групи* відносять *емпіричні методи*. За їх допомогою отримують необхідну інформацію про психічний і особистісний розвиток конкретної дитини або досліджуване явище. До них належать:

- *методи спостереження та самоспостереження*;
- *експериментальні методи* (лабораторний, природний, констатувальний, навчальний, розвивальний експерименти);
- *психодіагностичні методи* (тести, опитувальники, анкети, соціометрія, бесіда);
- *аналіз продуктів діяльності дитини*;
- *біографічні методи* (аналіз життєвого шляху дитини, вивчення медичної документації про неї тощо).

Третя група – методи оброблення даних. До них належать:

- *кількісний* (статистичний) метод;
- *якісний* (аналіз матеріалу, диференціація його за групами тощо).

Четверта група – *інтерпретаційні методи*. До них належать:

- *генетичний метод* (аналізується отримана інформація в плані розвитку з виділенням окремих фаз, стадій, критичних моментів тощо);
- *структурний метод* (встановлюються структурні зв'язки, причинно-наслідкові відносини між всіма характеристиками особистості).

У процесі вивчення особистісного розвитку дитини з обмеженими можливостями слід також виходити з того, що процес соціальної реабілітації та вивчення дитини повинен спиратися не на розрізнені принципи психолого-педагогічного впливу, а на цілісне уявлення про системні взаємозв'язки особистісних властивостей, у яких фіксується ефект відображення дійсності психічними процесами. Тобто вивчати дитину й реалізовувати на практиці отримані дані досліджень необхідно на основі системного підходу.

У фокусі реабілітаційної діяльності має бути дитина як особистість, яка розвивається, зі своїми запитами, інтересами, проблемами, а процеси навчання, виховання та соціальної реабілітації слід спрямовувати на всебічний розвиток задатків і здібностей, що не зазнали травмування, на формування дитини як особистості.

Таким чином, щоб отримати об'єктивні дані про вивчення якоїсь проблеми, треба мати на увазі, що одним із найважливіших моментів дослідження є питання про єдність методології, методів і методик.

2 Організація дослідження дитини з обмеженими можливостями здоров'я

Отримання інформації про стан і розвиток дитини з обмеженими можливостями може переслідувати вирішення двох завдань: *науково-дослідного* та *практичного*.

У процесі реалізації науково-дослідних завдань результати досліджень використовуються в таких *цілях*:

- виявлення й обґрунтування загальних закономірностей і особливостей розвитку особистості дитини в умовах організованого соціально-реабілітаційного процесу;
- визначення умов, що забезпечують найбільший ефект розвитку психіки й особистості дитини;
- виявлення можливостей урахування дефекту розвитку, індивідуальних і вікових особливостей у практиці соціальної реабілітації;
- пошуку найбільш оптимальних взаємин між фахівцем з соціальної реабілітації і дитиною, а також між дітьми в системі міжособистісних відносин;
- визначення соціально-психологічних особливостей соціально-реабілітаційної діяльності й особистості фахівця з соціальної реабілітації тощо.

Вирішення практичних завдань вивчення дитини тісно пов'язане із завданнями *психологічної діагностики*. У процесі її реалізації передбачається отримання своєчасної об'єктивної інформації з *метою*:

- встановлення зворотного зв'язку та контролю за розвитком особистості дитини;
- визначення рівня психічного й особистісного розвитку;
- оцінювання результативності вжитих виховних і соціально-реабілітаційних впливів;
- передбачення (прогнозування) особливостей розвитку дитини на найближчу й далеку перспективу;
- розроблення програми соціалізації, розвитку й корекції особистісних якостей з урахуванням даних соціально-психологічного обстеження дитини.

Вивчення дитини передбачає надання їй конкретної допомоги [3]. Тому діагностична робота найтісніше пов'язана з розвивальною та корекційною роботою. Вона є основою, на базі якої будується взаємодія з дитиною в різних напрямках життєдіяльності.

Для того щоб діагностична інформація про дитину, яка має обмежені можливості, була достатньо повною та надійною, у практиці вивчення дітей використовуються такі *типи даних*:

1. *Життєві показники*. Їх отримують шляхом вивчення результатів медичного обстеження дитини, реєстрації тих чи інших психічних і поведінкових реакцій і проявів у реальному житті в різних видах діяльності та спілкування. Якщо це школяр, то аналізуються також показники

навчальної діяльності. Важливе місце у збиранні такого типу інформації має експертне оцінювання тих осіб, які добре знають дитину: вчителів, вихователів, батьків тощо.

2. *Показники, отримані за допомогою методів, побудованих на основі самооцінювання.* Ці дані можна зібрати в процесі бесіди з дитиною і при проведенні опитування за допомогою анкет і опитувальників. Отримана таким чином інформація може мати певні викривлення через низький рівень розвитку дитини, а також смисловий бар'єр, який може виникнути протягом бесіди, особливостей її мотиваційної сфери як у бік соціальної бажаності, так і у бік підкреслення дитиною своїх дефектів. Щоб врахувати або усунути ці недоліки, рекомендується під час бесіди використовувати дублювальні питання, а для додання більшої надійності анкет можуть бути передбачені шкали брехні та корекції.

3. *Дані, отримані за допомогою об'єктивних тестів і тестових завдань,* які проводяться в строго контрольованих умовах, коли досліджувана дитина або підліток не знає, на оцінювання якої характеристики спрямована діагностична процедура. Об'єктивність результату досягається, по-перше, шляхом введення обмежень на можливі спотворення тестових оцінок і, по-друге, з допомогою використання об'єктивного способу отримання оцінок реакцій досліджуваних дітей.

За наявності перерахованих типів даних створюється реальна передумова зробити кваліфікований висновок про рівень особистісного та психічного розвитку дитини, грамотно сформулювати психологічний діагноз. Треба мати на увазі, що названий діагноз можна поставити тільки в межах компетенції того фахівця, який вивчає дитину, і на тому рівні, на якому може здійснюватися конкретна психолого-педагогічна корекція й інша соціально-психологічна допомога [2].

Формулювання діагнозу обов'язково повинне містити не тільки висновок про рівень розвитку тих або інших якостей чи особистості в цілому, але й обґрунтоване передбачення шляху й характеру подальшого розвитку дитини. Рекомендації мають бути конкретними, зрозумілими та викладені доступною для користувача мовою.

Разом з тим у соціально-реабілітаційній практиці роботи з дітьми, і насамперед на ранніх етапах розвитку, не можливо отримати необхідну інформацію всіх трьох типів, про які йшла мова. Вивчення дітей раннього віку має спиратися на об'єктивні показники й лише в дуже малій мірі на самооцінку.

Найбільшу цінність в цьому віці має інформація, отримана в результаті експертного оцінювання зовні спостережуваних дій і реакцій дитини. Тому основним засобом збирання інформації про розвиток дітей у цьому віці є *спостереження*, а головним діагностичним методом – *природний експеримент*. Отримані за їх допомогою дані про розвиток дитини порівнюють з нормативними показниками й на такій основі робляться відповідні висновки.

Одна з найважливіших особливостей організації та проведення діагностичного вивчення особистісного розвитку дитини з обмеженими можливостями полягає в тому, що дослідник, взаємодіючи з нею, повинен не формально реєструвати отриману при цьому інформацію, а зіставляти її в кожному конкретному випадку з тими загальними тенденціями в розвитку, які характерні для кожного вікового періоду. До таких *орієнтирів* можуть належати, наприклад:

- поява «комплексу поживавлення»;
- збільшуване усвідомлення дитиною власного «Я»;
- прояв інтересу до світу дорослих, їх діяльності та взаємин;
- перехід від спілкування тільки з матір'ю до спілкування з однолітками й дорослими;
- поява у дитини провідної діяльності;
- виникнення продуктивних видів діяльності: малювання, конструювання, ліплення;
- виникнення символічної гри;
- розвиток мовлення, уваги, пам'яті та багатьох інших функцій.

У міру того, як дорослішає дитина, змінюються в якісному відношенні багато властивостей її психіки й особистості. Так, незважаючи на те, що у значної частини дітей у віці від 3–4 до 6–7 років домінують мимовільні пізнавальні процеси, на які спирається дитина, пізнаючи світ, у них вже є елементи довільності й керування ними. Тому при вивченні дитини цього віку програма дослідження має бути подвійно спрямована: з одного боку, на вивчення мимовільних пізнавальних процесів, з іншого – на своєчасне виявлення й точне описування довільних розумових дій і реакцій.

Вважається, що дітям, які не мають відхилень у розумовому розвитку, можна пропонувати особистісні та поведінкові опитувальники, що спираються на адекватну самооцінку. У той же час для них не придатні особистісні опитувальники, що містять прямі судження самооцінного типу, призначені для оцінювання особистісних якостей, що недостатньо усвідомлені.

Достовірні результати при вивченні дітей дошкільного віку можна отримати лише тоді, коли методики, використовувані для отримання соціально-психологічної інформації про дитину, будуть для них привабливими, щоб підтримувати в них інтерес протягом усієї дослідної процедури. Як тільки безпосередній інтерес дитини до виконуваних завдань втрачається, вона перестає проявляти ті здібності й задатки, які реально має [4].

Крім того, необхідно враховувати й особливості дитячої психіки, такі як мінливість мимовільної уваги та підвищену стомлюваність. Оптимальним для дітей дошкільного віку вважається час виконання тестових завдань, що знаходиться в межах від однієї до п'яти хвилин, причому чим менший вік дитини, тим коротшим має бути тест.

При вивченні дітей середнього і старшого дошкільного віку потрібно також враховувати таку особливість, як виникнення нового виду соціальної активності, що веде за собою психічний і особистісний розвиток дитини – міжособистісного спілкування. Діти вперше починають ставитися

до своїх однолітків як до особистостей і включатися з ними в спільні ігри. Отже, і методики вивчення дітей треба використовувати такі, що дозволяли б вести за ними спостереження не тільки в індивідуальній предметній діяльності, але й у колективних іграх сюжетно-рольового плану.

У старшому дошкільному віці виникають нові види діяльності. Це ігри [5], обумовлені правилами, у яких виявляються елементарні рефлексивні здібності дітей. Діти вже можуть керуватись у своїй поведінці не тільки нормами міжособистісної взаємодії, але й аналізувати як власну поведінку, так і поведінку інших. У зв'язку з появою названих змін у психічному й особистісному розвитку дитини можна певною мірою спиратися на дані самооцінювання, використовувати ті методичні прийоми, які зазвичай застосовуються при вивченні підлітків.

Щоб результати вивчення особливостей розвитку дитини як особистості мали менше уточнень, потрібно до зустрічі з дитиною ретельно готуватися й виконувати при цьому певні **умови та вимоги**. У зв'язку з цим необхідно мати на увазі таке:

- якщо вивчається дитина у віці до 4 років, то важливо подбати про те, щоб створити сприятливі умови для організації за нею спостереження і включення її в природний експеримент. Для цього слід заздалегідь познайомитися з дитиною, привернути її до себе й лише після встановлення довірливих відносин починати вирішення поставлених завдань;

- при організації вивчення дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку дослідний підхід дещо змінюється. Розширюється методична база. Поряд з такими методами, як спостереження, природний експеримент, з'являється можливість використовувати й інші методи: *анкетування, метод бесіди, метод вивчення продуктів діяльності* тощо [5].

Під час вивчення дитини дослідник повинен говорити з нею лагідно, використовуючи для цього посмішку, жести, міміку. Не можна підкреслювати незвичність ситуації, у якій перебуває дитина.

Неприпустимо вживати такі вирази [3]: «Я хочу перевірити, чи можеш ти запам'ятати» або «Я подивлюся, чи можна тебе прийняти до школи» й подібне.

Доцільно [5] надати спілкуванню доброзичливу спрямованість за допомогою фраз: «Я хочу з тобою пограти», «Подивися, яка гарна книжка» тощо, причому матеріали методик використовувати для встановлення контактів не можна. Якщо дитина відмовляється виконувати запропоновані завдання, примусово змушувати її не слід.

На успіхи та невдачі дитини під час випробування необхідно реагувати стримано, не загострювати увагу на помилках. Краще за все, якщо дитина про них не знає. Хвалити також потрібно стримано, але не за результати, а за старання. Пов'язано це з тим, що оцінки дорослого можуть неадекватно вплинути на ставлення дитини до виконання завдань.

Якщо дослідження проводиться в присутності одного з батьків, то його слід розташувати трохи віддалік від столу екзаменатора з тим,

щоб не пригнічувати активність дитини. Дитину треба посадити поруч з собою в зручній для неї позі.

Темп проведення дослідження повинен відповідати індивідуально-психологічним особливостям дитини. Повільних дітей квапити не слід. Дітям, які мають порушення функцій опорно-рухового апарату, потрібно надати допомогу, щоб вони розташувалися для виконання завдань у зручній позі. Проте згадувати про дефект у присутності дитини не рекомендується. При вивченні особливостей розвитку особистісних якостей потрібно ставити всім дітям, незалежно від наявності того чи іншого дефекту, однакові вимоги. Екзаменатор повинен володіти педагогічною пильністю та інтуїцією, вчасно помічати зміну настрою дитини під час обстеження, визначати необхідний темп роботи, відчувати, у яких випадках його треба підвищити, у яких – уповільнити.

Отже, особистість дитини з обмеженими можливостями, як і здорової дитини, знаходиться в постійному становленні та розвитку. Щоб оптимізувати цей процес, своєчасно попереджати небажані відхилення та визначати програму виховної і соціально-реабілітаційної роботи, потрібні об'єктивні відомості про зміни особистісних властивостей дитини. Такий контроль може бути забезпечений шляхом регулярного вивчення розвитку дитини за допомогою психодіагностичних засобів. Вивчення дитини, тим більше з обмеженими можливостями, вимагає особливого підходу та дотримання певних вимог і умов. Ігнорування цих правил може призвести до отримання недостатньо об'єктивної інформації, що може позначитися на виробленні неадекватної тактики виховання та соціальної реабілітації.

У зв'язку з тим, що особистісні якості, які відповідають загальнолюдським нормам, повинні мати всі люди, здатні розвиватися як особистості, вимоги до якісних характеристик їх особистісних властивостей у процесі дослідження мають бути єдиними, незалежно від дефектів, якими вони страждають. У той же час не слід забувати й про те, що в кожному конкретному випадку діагностичної взаємодії з дитиною необхідно враховувати її вікові й індивідуальні особливості, однак це не повинно позначитися на якісних характеристиках одержуваної інформації, а лише на організації процедури дослідження.

3 Методика викладання основ здоров'я

Основоположником науки про здоров'я в сучасному її розумінні вважається Ізраїль Іцкович Брехман. У 1980 році в монографії «Ліки для здорових» він уперше використав термін «валеологія», взявши за основу давньогрецьке слово «valeo», яке означає «бути здоровим».

Але головне навіть не в назві нової науки, яку започаткував учений, а в тому, що вперше було запропоновано виділити в якості предмета дослідження індивідуальне здоров'я. На сьогодні валеологія активно

розвивається в рамках педагогічних наук, залучаючи дітей і молодь до процесу формування, збереження й зміцнення власного здоров'я. Основна мета валеологічної освіти педагогічних працівників – формування валеологічної культури вчителя як передумови його адаптації до нової педагогічної парадигми – гуманістичної спрямованості навчального процесу.

Методика навчання основ здоров'я – це наука про систему валеологічної освіти й виховання молоді, яка спрямована на формування, збереження й зміцнення здоров'я в процесі навчальної та трудової діяльності [1].

Основне концептуальне положення: людина є архітектором і будівничим власного здоров'я та життя.

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

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

Об'єкт-методики навчання основам здоров'я є навчально-виховний процес, у центрі якого – людина та збереження її здоров'я.

Предмет навчання основ здоров'я є валеологічні технології оздоровлення людини [3].

Валеологічна освіта включає впровадження способів і методів навчання індивідуальними засобами збереження та зміцнення здоров'я, соціальну адаптацію за складних умов, виховання валеологічних навичок і знань, 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.

4 Дидактичні принципи методики викладання основ здоров'я

Методика навчання основ здоров'я базується на дидактичних принципах, репрезентуючи специфічні її особливості.

Головні *принципи* валеологічної освіти:

- *принцип гуманізації*, за яким у центрі навчально-виховного процесу перебуває особистість суб'єкта, його індивідуальність, розвиток, забезпечення умов для збереження та зміцнення здоров'я;
- *принцип демократизації*, який передбачає встановлення суб'єкт-суб'єктних стосунків між педагогом і студентом, що сприяє духовному зростанню та встановленню психологічно комфортної обстановки;

- *принцип діяльнісного підходу* розглядає людину як таку, що змінюється залежно від умов діяльності, характеру, зусиль, включення психофізіологічних механізмів. Перетворення людини передбачається в характері діяльності, яку вона здійснює. Активна участь у системі безперервного валеологічного виховання та реалізація навчальних оздоровчих програм сприяють формуванню валеологічного світогляду, зміцнюють фізичне, психічне та духовне здоров'я;

- *принцип науковості* визначає створення валеологічної освіти на засадах вивчення сучасних наукових досягнень у біології, екології, фізіології, психології, фізичній культурі та медицині. Їх інтеграція стає базою для створення нових технологій вивчення людини, її життя, здоров'я та встановлення норм здорового способу життя;

- *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 інтегративності* полягає в здійсненні наскрізних ліній засад валеологічної освіти, починаючи з дитячого садка й на всіх вікових етапах життя людини;

- *принцип біоетики*. Термін «біоетика» був запропонований Ранселером Поттером у 1969 році для визначення комплексного знання про живе [5].

Методика навчання основ здоров'я як цілісної системи має закономірну упорядкованість. Основу структури становлять поняття, навколо яких групуються вивчені факти, утворюючи певну систему. Розглянемо *структурні елементи*, які є характерними для методики:

1. Методика викладання валеології та ОБЖД – це педагогічна наука.
2. Історія розвитку основних проблем методики викладання валеології та ОБЖД у наш час започатковується та стає відправним пунктом для подальшого розвитку.
3. Місце валеологічної освіти та її значення.
4. Валеологічне виховання як основа формування світогляду, морального обличчя людини, її взаємовідносин із навколишнім світом і суспільством.
5. Зміст курсів «Валеологія», «ОБЖД».
6. Розвиток понять валеології та БЖД.
7. Методи навчання.
8. Форми навчання.

Одним із головних засобів реалізації змісту освіти є *навчальний предмет*.

Мета предмета – формування здоров'яощадної компетентності учнів на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я та безпеку, практичними

навичками здорового способу життя й безпечної поведінки, виховання ціннісного ставлення до життя і здоров'я, сприяння всебічному розвитку дітей. Відповідно до навчального плану на вивчення предмета відводиться 1 година на тиждень.

Головними завданнями предмета є:

- 1) формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, взаємозв'язок організму людини з природним, техногенним і соціальним оточенням;
- 2) розвиток в учнів мотивації дбайливого ставлення до власного здоров'я, удосконалення фізичних, соціальних, психічних і духовних його чинників;
- 3) виховання в учнів потреби в здоров'ї, що є важливою життєвою цінністю, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя;
- 4) розвиток умінь самостійно ухвалювати рішення щодо власних вчинків;
- 5) набуття учнями власного досвіду зі збереження здоров'я з урахуванням фізичного стану;
- 6) розгортання у повсякденному житті практичної діяльності задля збереження власного здоров'я та здоров'я інших людей.

Реалізація мети і завдань предмета буде ефективною за **умов:**

- 1) постійного мотивування учнів до здорового способу життя й безпечної життєдіяльності;
- 2) застосування інтерактивних методів навчання, що забезпечують індивідуалізацію сприйняття, активну участь кожного учня й групову взаємодію;
- 3) урізноманітнення типів уроків (урок-тренінг, урок-екскурсія, урок-зустріч тощо);
- 4) переважання практичних дій і вправлянь у засвоєнні навчального матеріалу;
- 5) забезпечення зв'язку між теоретичними відомостями й можливостями їх практичного застосування;
- 6) забезпечення змістових і мотиваційних зв'язків предмета з навчальним матеріалом інших предметів початкової школи (фізична культура, природознавство, «Я у світі», читання тощо);
- 7) наявності навчально-методичного забезпечення для всіх учасників навчально-виховного процесу;
- 8) наявності підготовленого педагога й відповідного освітнього середовища (зокрема, тренінгового кабінету);
- 9) співпраці вчителя з батьками, батьків із дітьми;
- 10) ціннісного ставлення вчителя до свого здоров'я, особистого прикладу дотримання правил здорового й безпечного способу життя;
- 11) здійснення моніторингу за відповідністю процесу навчання критеріям його ефективності.

Змістову основу предмета становлять такі *базові поняття*:

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.

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

Безпечна поведінка – поведінка людини, яка не загрожує її життю й 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 й формування здоров'я.

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

Структурування змісту програми здійснено відповідно до вимог Державного стандарту загальної початкової освіти: у ній є розділи «Здоров'я людини», «Фізична складова здоров'я», «Соціальна складова здоров'я», «Психічна і духовна складові здоров'я».

Програмою передбачено можливості змін відповідно до авторського викладу, робочого плану школи, необхідності реагування на конкретні умови перебігу навчально-виховного процесу, застосування інтерактивних педагогічних технологій, що передбачає практичне спрямування уроків, на яких відбувається відпрацювання учнями конкретних здоров'яощадних навичок і умінь, належних поведінкових навичок, їх мотивація на здоровий і безпечний спосіб життя, розв'язання конкретних навчальних і життєвих ситуацій, що сприятиме ціннісному спрямуванню школярів щодо життя і здоров'я власного та інших людей. Саме тому в структурі уроків з основ здоров'я слід передбачити навчально-пізнавальну та оздоровчо-рухову діяльність учнів. Програма містить достатню кількість практичних робіт, які діти можуть виконувати не лише на уроках, а й, що заохочується, переважно вдома з батьками.

Узагальненим результатом навчання основ здоров'я в початковій школі є *відповідний до віку рівень здоров'яощадної компетентності учнів*. Деталізовані результати навчання в початковій школі наведено у вигляді державних вимог щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів.

Програма побудована за концентричним способом, коли матеріал кожного ступеня навчання вивчається на наступних. Тому зазначені змістові лінії – наскрізні для всієї початкової школи, але в кожному класі зміст і обсяг пропонованої учням інформації, організація її засвоєння змінюються відповідно до збільшуваних пізнавальних і психологічних особливостей

учнів. Послідовність і кількість годин на ці складові можуть змінюватися відповідно до робочого плану школи, необхідності своєчасного реагування на конкретні умови, у яких відбувається навчальний процес (наближення епідемій, стихійне лихо, інфекційні хвороби тощо).

Література

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах: експериментальний навчально-методичний посібник для учителів / Бойченко Т., Колотій М. - К. : ДІП СМ, УІСД, 2004. - 244 с.
2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2013. – 260 с.
4. Гонтаровська Н. Оздоровча програма у шкільній системі освіти / Гонтаровська Н. // Директор школи. – 1999. – № 45. – С. 11.
5. Горяня Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяня Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61–63.
6. Кириленко С. В. Уроки здоров'я / Кириленко С. В. – Х. : Скорпіон, 2004. – 88 с.
7. Мікулак Н. М. Здоров'язберігаюча освіта: теорія і технологія створення школи культури здоров'я : навчально-методичний посібник для слухачів курсів інститутів післядипломної педагогічної освіти, науковців, керівників освітніх закладів, педагогів, вихователів / Наталія Михайлівна Мікулак. – Дніпропетровськ : ДОППО, 2013. – 76 с.
8. Мікулак Н. М. Сучасні освітні стратегії здоров'язбереження: основи здоров'я : навчально-методичний посібник / Мікулак Н. М. – Дніпропетровськ : Інновація. 2012. – 116 с.
9. Основи здоров'я : підруч. для 5-го кл. загальноосвіт. навч. закладів / Т. Є. Бойченко [та ін.]. – К. : Генеза, 2013. – 208 с.
10. Отрощенко П. Г. Хочу бути здоровим/Отрощенко П. Г. - К. : Либідь, 1991. - 336 с.
11. Савченко В. А. Тренінг – інтерактивний метод навчання : інструктивно-методичні матеріали щодо проведення тренінгів у навчально-виховному процесі / Савченко В. А. – Дніпропетровськ : Інновація, 2010. – 245 с.
12. Холодова Н. О. Порадник учителю основ здоров'я : методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.
13. Худік В. А. Психологічна діагностика дитячого розвитку / Худік В. А. - К.: Освіта, 1992. - 220 с.

Лекція 5

Методики, застосовувані в процесі реабілітації дітей-інвалідів

План

1. Психологічна реабілітація.
2. Методи, використовувані в процесі педагогічної корекції.

1 Психологічна реабілітація

Психологічна реабілітація дітей з органічним ураженням нервової системи передусім базується на методиках **психокорекції** («виправлення» окремих властивостей особистості й характеру (мотивів, інтересів, установок, ціннісних орієнтацій, рівня претензій) з метою засвоєння оптимальних способів різних видів діяльності (ігрової, комунікативної, навчальної, професійної тощо) для можливої успішної й ефективної самореалізації й соціальної інтеграції) та **психотерапії** (комплексне лікування психічних, нервових і психосоматичних розладів, яке вирішує завдання щодо пом'якшення чи ліквідації наявної симптоматики (клінічно орієнтовна психотерапія)).

У реабілітації дітей з органічним ураженням нервової системи застосовуються переважно **психокорекційні методики** (елементи методики Цветкової, методики розвитку окремих психічних функцій) і **методики поведінкової і тілесно-орієнтованої психотерапії**. До методик поведінкової терапії відноситься холдинг-терапія (фестхальтерапія) та її модифікації. У дітей з переважанням розладів у руховій сфері застосовується метод тілесно-орієнтованої терапії Фельденкрайза («усвідомлення через рух»).

Серед інших психотерапевтичних методик при роботі з дітьми широко застосовується **ігрова терапія**. Використовуються розвивальні та навчальні комп'ютерні ігри, що сприяють відновленню психічних функцій,

розвивають маніпулятивну активність і дрібну моторику, стимулюють функцію мовлення. Окреме місце серед комп'ютерних ігор займають «соціальні» комп'ютерні ігри, де моделюються різні побутові ситуації, що дозволяє дитині з обмеженими можливостями здоров'я адаптуватись до тієї чи іншої невідомої життєвої ситуації.

До допоміжних психотерапевтичних методик відносяться **арттерапія** (ліплення, малювання, розпис тощо), естетотерапія, музична терапія, танцювально-рухова терапія, казкотерапія, лялькотерапія, глибинно орієнтовані методики (транзактний аналіз, кататимне переживання образів), бібліотерапія, зоотерапія.

Призначення методик **сенсорної корекції і сенсорної інтеграції** вирішується групою спеціалістів, серед яких є психолог, дефектолог, логопед, а також лікарський персонал. Сенсорний розвиток відіграє важливу роль у психологічному та соціальному становленні особистості, передусім, з позиції констанції провідного значення в нашому сприйнятті слухової, зорової та тактильної модальності. У цьому аспекті використовується спеціально обладнана сенсорна кімната, де проводиться корекція сенсорно-перцептивної діяльності, стимулюється акустичне та зорове сприйняття, що обумовлює можливість подальшого когнітивного й мовленнєвого розвитку.

Сенсорна інтеграція як терапевтичний інструмент базується на теорії сенсорного інтегрування, розробленої Джин Айрес. Ця методика має на меті застосування контрольованого сенсорного сигналу для створення середовища, що допомагає дитині оволодіти адаптивною реакцією на сигнали навколишнього середовища. Сенсорна інтеграція широко використовується у дітей з органічними ураженнями нервової системи з метою поліпшення та розвитку перцептивної сфери, практичних навичок, корекції порушень емоційної сфери та поведінки.

2 Методи, використовувані в процесі педагогічної корекції

2.1 Арт-терапія (реабілітація шляхом творчості) – це зменшення або виправлення вад за допомогою залучення дитини-інваліда до мистецтв.

При цьому дитина навчається спілкуватись з навколишнім світом на рівні екосистеми, використовуючи образотворчі, рухові та звукові засоби. Вона має змогу самостійно висловлювати свої почуття, потреби та мотивацію своєї поведінки, діяльності й спілкування, необхідні для її повноцінного розвитку та пристосування до навколишнього середовища.

Арт-терапія пов'язана з візуальним мистецтвом і має на увазі можливість актуалізації психічних резервних можливостей, формування на їх основі адекватної поведінки за рахунок творчої образотворчої діяльності. Головне, щоб дитина-інвалід крізь малюнок могла відобразити внутрішній стан, відчуття, переживання.

У процесі розвитку дитини-інваліда й у корекційному процесі особлива роль належить образотворчій діяльності (малюванню). Кожна дитина, починаючи з 2–3 років, малює із захопленням. До початку підліткового періоду це захоплення в більшості випадків минає. Підлітки починають соромитися своїх малюнків і припиняють займатися образотворчою діяльністю, якщо не мають особливих здібностей.

Поясненням цього факту є та обставина, що образотворча діяльність має великий біологічний зміст: малювання відіграє роль одного з механізмів виконання програми удосконалення організму, його психіки. У перші роки життя дитини воно сприяє розвитку сенсорно-моторної координації, формує зорові образи, допомагає оволодінню формами, сприяє розвитку міжпівкульної взаємодії, тому що в процесі малювання координується конкретно-образне мислення, яке пов'язане з роботою правої півкулі, та абстрактно-логічне, за яке відповідає ліва півкуля, особливо важливим є зв'язок малювання з мисленням і мовою. Дитина в малюнках оформлює свої знання про предметний і соціальний світ, незважаючи на нестачу слів, тому дитяче малювання називають графічною мовою.

Будучи пов'язаним із найважливішими психічними функціями (зоровим сприйняттям, моторною координацією, мовою, мисленням), малювання не просто сприяє розвитку кожної функції, але пов'язує їх між собою, допомагає дитині-інваліду впорядкувати засвоєвані знання, оформити та зафіксувати модель уяви про навколишнє середовище. До підліткового віку малювання, в основному, вичерпує свої біологічні функції, його адаптивна роль знижується, дитина припиняє малювати.

Накопичений досвід свідчить, що у розумово відсталих дітей образотворча діяльність не виникає та не розвивається без спеціальних занять і навчання. Разом з тим спеціальне навчання малюванню таких дітей часто має позитивний результат. Деякі розумово відсталі діти можуть оволодіти вмінням передавати в малюнках розгорнутий графічний образ у самому ранньому віці. У цілому розумово відстала дитина в малюнках тривалий час залишається прив'язаною до стереотипного зображення, запозиченого з графічного зразка. Характерні особливості, притаманні малюнкам нормальних дітей і дітей-інвалідів, дозволяють використовувати дитячий малюнок у якості діагностичного інструмента для оцінювання розумового розвитку.

Однак цінність образотворчої діяльності цим не обмежується. Індивідуальні особливості дитячого малюнка є відображенням індивідуально-психологічних властивостей дитини, її світосприйняття, характеру, самооцінки та інших властивостей особистості. У малюнках дитина несвідомо пропонує той варіант, який відповідає особливостям її персонального складу. З цих позицій дитячий малюнок розглядається як діагностична проективна техніка для дослідження особистості дитини, її внутрішнього світу. Проективні методики під час роботи з дітьми показали себе більш інформативними в порівнянні з опитувальниками.

Основна увага при проведенні корекційної арт-терапії приділяється ставленню дитини-інваліда до своєї діяльності, до театралізації нових образів, своїх малюнків, гри на музичних інструментах тощо.

Арт-терапію доцільно використовувати в комплексі функціонально-системної медико-соціальної реабілітації дітей з обмеженими можливостями здоров'я. Застосування арт-терапії підвищує пізнавальну активність дітей, сприяє сенсорному та руховому розвитку, концентрує увагу. Крім того, вона дозволяє здійснювати більш ефективний вплив на формування емоційної сфери, спонукає до подальшого розвитку компенсаторних властивостей збережених функціональних систем.

Педагогічна корекція за допомогою арт-терапії в дітей з обмеженими можливостями здоров'я має свої особливості й визначає доцільність врахування загальних та індивідуальних напрямів і умов роботи, а саме:

- віку дитини;
- ступеня зрілості всіх функціональних систем, індивідуальних властивостей її особистості.

Загальні напрями та умови проведення арт-терапії схожі на інші методики педагогічної корекції, які використовуються в реабілітації дітей з органічним ураженням нервової системи.

Педагог зобов'язаний:

- усвідомлювати й пам'ятати про труднощі дитини-інваліда в реалізації можливостей своїх функціональних систем;
- встановити напрямки й завдання корекційної роботи з арт-терапії;
- підібрати ті види арт-терапії, які конкретна дитина-інвалід спроможна вибрати як завдання;
- дати можливість дитині-інваліду самостійно вибрати завдання;
- встановити з нею доброзичливий двобічний контакт;
- регламентувати роботу дитини, що дає змогу підвищити зосередження уваги.

Такі правила проведення корекційної арт-терапії стимулюють пізнавальну активність дитини, організують її поведінку, підвищують самооцінку.

2.2 Методика Марії Монтессорі. Заснована на спостереженні за дитиною в природних умовах і прийнятті її такою, якою вона є. У групах Монтессорі дитина навчається самостійно за допомогою спеціально розробленого навколишнього середовища – Монтессорі-матеріалів, де є можливість самоконтролю; дитина сама вбачає свої помилки, дорослому не потрібно вказувати на них. Роль учителя полягає у здійсненні керування самостійною діяльністю дитини, а не в її навчанні.

Ефективність методу досягається при дотриманні таких *правил* [1]:

- поєднання гігієни фізичного виховання та вільного руху, що передбачає вільне пересування дітей у приміщенні;
- особливий підхід до естетичного оформлення приміщення, який включає в себе «художню обстановку» і допомагає прищепити почуття прекрасного, витончений смак;

- забезпечення свободи вибору, що передбачає виховання дисциплінованості в дитини та сприяє природним проявам особистості;
- використання дидактичного матеріалу, що допомагає упорядкувати розуміння дитини про навколишній світ, засвоїти навчальний матеріал;
- створення доброзичливої атмосфери незалежності від дорослих, що сприяє розвитку самостійності, впевненості у собі.

2.3 Музикотерапія. Впливаючи на психоемоційний стан людини, музика викликає певні гормональні й біохімічні зміни в організмі, позитивно впливає на інтенсивність обмінних процесів. Позитивні емоції, що виникають під час звучання музики, стимулюють інтелектуальну діяльність дитини.

Дітям, які мають рухові порушення й часто ізольовані від суспільства, музикотерапія допомагає збагатити знання про навколишній світ, прищепити любов до музики, навчити слухати й розуміти, як і про що розповідає музика. Для того щоб музикотерапія позитивно вплинула на розвиток і виховання дітей, зокрема із церебральним паралічем, необхідно враховувати їхні особливості. При цьому захворюванні найважче страждають великі півкулі головного мозку, які регулюють довільні рухи, мову та інші коркові функції. Провідними в клінічній картині дитячого церебрального паралічу є рухові порушення, які часто поєднуються з психічними та мовними розладами, порушеннями функцій інших аналізаторних систем (зір, слух).

Рухові порушення, будучи провідним дефектом, без відповідної корекції впливають на формування психічних функцій і мови. Тут відзначається залежність від ступеня важкості порушення функції рук: чим значніше уражені верхні кінцівки, тим більше виражене в дітей порушення артикуляційної моторики. Таким дітям на заняттях з музикотерапії пропонується ігровий матеріал для розвитку тактильного сприйняття (м'які іграшки, гумові іграшки за методикою М. Монтессорі).

У віці від 1 до 3 років у дітей починають проявлятися музичні здібності: емоційна чуйність, музичний слух, відчуття ритму. На другому році життя діти можуть слухати невеликі музичні твори й не просто радіти, а й виражати свій емоційний стан – бадьорий, спокійний, доброзичливий. У процесі формування музичного сприйняття стоїть завдання привчати дітей прислухатися до мелодії, слів пісні й упізнавати її при повторному прослуховуванні. Особливо важливою ланкою музикотерапії є формування музично-сенсорних здібностей у дітей раннього й молодшого дошкільного віку. Музичне переживання, власне кажучи, завжди є сенсорним, оскільки музика – і найпростіші співзвуччя, і складні образи – насамперед сприймається чуттєво. Тому сенсорні процеси є показниками цілісного сприйняття, розрізнення виразних почуттів, а також проявів, пов'язаних зі сприйняттям окремих властивостей музичних звуків, що особливо важливо для дітей молодшого віку. В основі розвитку їх музично-сенсорних здібностей лежить вслуховування, розрізнення, відтворення чотирьох основних властивостей звуку (висоти, тривалості, тембру, сили).

Розвиваючи музичний слух дитини, до програми з музикотерапії включені музично-дидактичні ігри з певним змістом і правилами. В основі їх лежать навчальні завдання, спрямовані на освоєння різних властивостей музичного звуку.

Вправи розвиваються залежно від поставленого дидактичного завдання й від психофізичних можливостей кожної дитини. Нерідко для дітей

із церебральним паралічем характерні розлади емоційно-вольової збудливості, дратівливості, рухового розгальмування, в інших випадках – загальмованості, сором'язливості. Тому завдання підбираються індивідуально.

Музикотерапія також сприяє активізації пізнавальної й розумової діяльності. Діти багато про що дізнаються, уважно слухаючи музику, але найголовніше – це «школа почуттів», що формується завдяки особливій властивості музики – викликати співпереживання слухачів.

Засоби музикотерапії сприяють загальному розвитку особистості дитини із церебральним паралічем. Емоційна чуйність і розвинений музичний слух дозволяють дітям з руховими порушеннями в доступній формі відгукнутися на добрі почуття й вчинки, допомагають активізувати розумову діяльність, постійно вдосконалюючи рух до загального оздоровлення всього організму в цілому.

2.4 Ігротерапія. Головне значення гри полягає в тому, що завдяки особливим ігровим прийомам дитина моделює взаємодію з навколишнім світом і людські стосунки. Це надає засвоєним раніше предметним діям певного сенсу. Отже, під час гри дитина засвоює мотиви людської діяльності. На основі цього формується прагнення до суспільно важливої діяльності, що стає основним моментом готовності до шкільного навчання та включення до трудової діяльності.

Дидактична гра є особливим видом ігрової діяльності. Вона спеціально створена дорослими з навчальною метою. Структуру дидактичної гри утворюють такі компоненти: основні (дидактична та ігрова задача, ігрові дії, правила, дидактичний матеріал, результат) і додаткові (сюжет і роль). Обов'язковою умовою є дотримання правил, які спрямовують гру в заданому напрямку, визначають послідовність ігрових дій, регулюють взаємодію учасників, дозволяють педагогу керувати грою.

Вимоги до підбору *ігор*:

1. Психолого-педагогічний задум гри повинен бути узгоджений з віковими, типологічними та індивідуальними особливостями дітей, спрямований на подолання вад дітей-інвалідів.

2. Слід оцінити відповідність загального задуму гри її правилам, які її нормують, і безпосередньому змісту.

3. З позицій безпеки й доцільності проаналізувати обстановку й обладнання, необхідні для проведення гри, її тривалість, ступінь участі дорослого.

4. Потрібна продуманість способів введення дітей у ситуацію гри й виходу з неї.

5. Необхідно проаналізувати хід гри в цілому та її етапи, ступінь педагогічного впливу на ігровий стан і поведінку дітей, співвідношення в процесі гри їхнього інтелектуального й фізичного навантаження й способи його регулювання.

6. Повинні бути продумані способи оцінювання результатів гри й визначення переможця (переможців).

Перед включенням гри в корекційну або розвивальну програму необхідно провести її **експертизу**, тобто встановити її психолого-педагогічний ресурс, знайти адекватні способи та прийоми включення в роботу з дітьми, визначити можливості її модифікації. Процедура експертизи включає такі **етапи**:

1. Доігровий

Оцінюється педагогічний задум гри, її розвивальні, навчальні та виховні можливості, просторово-часова організація.

Гру необхідно розкласти на складові (елементи), зрозуміти відношення між ними, що дозволяє, по-перше, з'ясувати її задачі, зміст, умови й правила проведення, а по-друге, встановити певні методичні орієнтири, тактику проведення, оптимальну тривалість. Слід також розглянути можливі негативні варіанти розгортання гри й продумати відповідні способи їх попередження та усунення.

2. Ігровий

3. Післяігровий

Передбачає узагальнений аналіз гри, під час якого слід:

- встановити ступінь відповідності запланованого та реального результату гри, за необхідності визначити причини невідповідності;
- провести поетапний аналіз гри з виділенням найбільш складних або надмірно легких для дітей завдань, правил;
- дати докладний аналіз ігрового стану та поведінки дітей, їх активності й зацікавленості грою та її результатами;
- визначити адекватність обраної педагогом лінії ігрової поведінки;
- зробити висновок щодо перспектив використання гри (доцільність, необхідність модифікації).

Для дітей дошкільного віку з відхиленнями в розвитку пропонується така схема *вивчення можливостей ігрової діяльності*:

1. Особливості загальної та дрібної моторики (чи заважають вони грі).
2. Наявність інтересу до іграшок і дій з ними, вибірковість цього інтересу.

3. Стійкість інтересу.

4. Адекватність використання іграшок.

5. Характер ігрових дій:

- маніпуляції (не є власне ігровими діями, це дії, під час яких пізнаються властивості предметів), можуть бути специфічними, що спрямовані на дослідження предмета (рухає машинку вперед-назад, крутить її колеса) чи неспецифічними (кидання, постукування);

- процесуальні (не спрямовані на кінцевий результат, дитині цікавий процес);

- сюжетні (дії, пов'язані логікою сюжету).

6. Чи користується дитина зображувальними діями з уявними предметами.

7. Чи використовує предмети-заступники, чи розуміє їхню роль.

8. Як дитина супроводжує гру мовленням, якими видами мовлення користується: фіксувальним, регульованим, планувальним.

9. Тривалість гри.

10. Особливості емоційно-вольової сфери: активна чи пасивна дитина, збуджена чи млява, грає із задоволенням чи тільки підкоряється пропозиції.

11. З ким вступає в контакт під час гри: з дорослими, дітьми.

У процесі гри **позиція педагога** може бути різною:

1. *Поза ігровим полем:*

а) організує гру, не беручи на себе певної ролі або повноважень;

б) керує грою через інших дорослих або дітей, які виконують командні ролі.

2. *Усередині ігрового поля:*

а) виступає в якості судді, посередника, консультанта;

б) виконує роль командного характеру;

в) є рядовим гравцем.

Для успішного керування грою педагог повинен сполучати такі якості:

- спокійність і достатню жвавість темпераменту;

- доброзичливість і розумну суворість;

- м'якість і наполегливість;

- впевненість у собі;

- неупередженість і тактовність при підведенні підсумків.

2.5 Казкотерапія – це система передання життєвого досвіду, розвитку соціальної чутливості, інтуїції та творчих здібностей.

Казкотерапія використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, вдосконалення взаємодії з навколишнім світом.

Привабливість казки як засобу педагогічного впливу для дитини обумовлена її властивостями :

- відсутність прямих повчань, напучувань; події казкової історії логічні, природно витікають одна з одної, що дозволяє дитині засвоювати причинно-наслідкові зв'язки і спиратись на них;

- через образи казок дитина знайомиться з досвідом багатьох поколінь. У казкових сюжетах зустрічаються ситуації і проблеми, які переживає кожна людина (відділення від батьків, життєвий вибір, взаємодопомога, кохання, боротьба добра і зла). Перемога добра забезпечує дитині відчуття психологічної захищеності. Дитина засвоює, що випробування сприяють внутрішньому зростанню людини;

- відсутність фіксації імені головного героя та місця подій; головний герой – це збірний образ, з яким дитина може ідентифікувати себе;
- цікавий сюжет, наповнений загадками, чарами, неочікуваними перетвореннями героїв забезпечує активне сприйняття й засвоєння інформації.

Корекційні функції казки :

- психологічна підготовка до напружених емоційних ситуацій;
- символічне реагування на фізіологічні та емоційні стреси;
- усвідомлення і прийняття змісту власної активності.

Види роботи з казкою:

1. Використання казки як метафори. Казкові образи й сюжети асоціюються з життєвим досвідом дитини. Ці асоціації можна обговорити.
2. Малювання за мотивами казки. Вільні асоціації проявляються в малюнках, які аналізують і обговорюють.
3. Обговорення поведінки і мотивів вчинків персонажів є приводом для розмови про моральні цінності, систему оцінювання себе та оточуючих.
4. Програвання епізодів казки.
5. Використання казки як притчі-повчання. Підказка варіанту вирішення ситуації на прикладі казкового сюжету.
6. Творча робота за мотивами казки (дописування, переписування, робота з казкою).

Література

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах : експериментальний навчально-методичний посібник для вчителів / Бойченко Т., Колотій Н. – К. : ДІП СМ, УІСД, 2004. – 244 с.
2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я: книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : вправи для учнів / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2005. – 160 с.
4. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2005. – 175 с.
5. Горяна Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяна Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61–63.
6. Холодова Н. О. Порадник учителю з основ здоров'я : методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.

З КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

І рівень

Контрольні питання

1. Основна причина низького рівня здоров'я дітей, підлітків і молоді України.
2. Головне завдання діяльності педагогічних колективів у сучасних навчальних закладах.
3. У чому полягає мета сучасної школи.
4. Розкрити зміст поняття «педагогічна технологія».
5. Що об'єднує в собі поняття «здоров'яощадні технології»?
6. Реалізація здоров'яощадних технологій через здоров'яощадні заходи.
7. Що розуміють під формами організації навчання ?
8. Визначення поняття «форма» у «Філософській енциклопедії».
9. Поняття «форма» з точки зору педагогів.
10. У чому полягає відмінність понять «форма навчання» і «форма організації навчання»?
11. За якими ознаками можна класифікувати форми навчання?
12. Як поділяють форми навчання ?
13. Сформулювати 4 форми організації навчальної діяльності в сучасній дидактиці.
14. Що таке колективна форма навчальної діяльності учнів?
15. Що таке індивідуальна форма навчальної діяльності учнів?
16. Розкрити поняття «Уроки, проведені в нестандартній формі».
17. Що таке комбінований урок?
18. Навести типову структуру комбінованого уроку.
19. Структура уроку засвоєння нових знань.
20. Розкрити основні дидактичні завдання, які вирішуються на уроках узагальнення і систематизації нових знань.
21. Навести визначення й етимологію поняття «принцип».
22. Навести основні принципи, які запропонували, обґрунтували, відкрили вчені й педагоги-практики за всю історію педагогіки.
23. Розкрити зміст дидактичного принципу навчання основ здоров'я.
24. Розкрити зміст принципу свідомості.
25. Які існують дидактичні правила реалізації принципу свідомості?
26. У чому полягає принцип наочності?
27. Навести правила реалізації принципу наочності.
28. Пояснити принцип послідовності і систематичності.
29. Навести правила реалізації принципу послідовності і систематичності.
30. Що означає принцип міцності?
31. Навести традиційні правила реалізації принципу міцності.

- 32. Як ви розумієте принцип доступності викладання?
- 33. Навести правила реалізації принципу доступності.
- 34. Що означає принцип ,науковості?
- 35. Навести правила успішної реалізації вимог принципу науковості.
- 36. Що означає принцип зв'язку навчання з життям?
- 37. Навести правила практичної реалізації принципу зв'язку навчання з життям.
- 38. Розкрийте завдання валеологічних принципів організації навчально-виховного процесу в школі.
- 39. Якими факторами зумовлені індивідуальні особливості школяра?
- 40. Навести компоненти навчальної діяльності.

II рівень

Тестові завдання

- 41. Предмет «Основи здоров'я» охоплює такі компоненти:
 - а) валеологічний;
 - б) безпеку життєдіяльності учнів;
 - в) валеологічний і безпеку життєдіяльності учнів.
- 42. Мета курсу «Основи здоров'я»:
 - а) формування в учнів свідомого ставлення до фізичного розвитку;
 - б) формування в учнів свідомого ставлення до свого здоров'я;
 - в) формування в учнів свідомого ставлення до здоров'я своїх близьких.
- 43. Оздоровчі технології – це технології, спрямовані на...
 - а) зміцнення фізичного здоров'я учнів;
 - б) зміцнення психічного здоров'я учнів;
 - в) зміцнення психофізичного здоров'я учнів.
- 44. Загальнометодичні принципи – це основні положення, що визначають...
 - а) методи навчального процесу відповідно до загальних цілей здоров'яощадних освітніх технологій;
 - б) зміст і методи навчального процесу відповідно до загальних цілей здоров'яощадних освітніх технологій;
 - в) зміст, організаційні форми й методи навчального процесу відповідно до загальних цілей здоров'яощадних освітніх технологій.
- 45. Мета всіх здоров'яощадних освітніх технологій:
 - а) сформувати в учнів необхідні знання, вміння та навички освітніх технологій;
 - б) сформувати в учнів необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя;
 - в) сформувати в учнів необхідні навички способу життя.

46. Мета етапу початкового ознайомлення з матеріалом в умовах здоров'яощадної педагогіки:
- а) сформувати в учнів елементарні уявлення про основні поняття здорового способу життя;
 - б) сформувати в учнів повноцінне розуміння основ здорового способу життя;
 - в) сформувати в учнів навички збереження здоров'я в повсякденному житті.
47. Мета етапу поглибленого вивчення з матеріалом в умовах здоров'яощадної педагогіки:
- а) сформувати в учнів навички збереження здоров'я в повсякденному житті;
 - б) сформувати в учнів елементарні уявлення про основні поняття здорового способу життя;
 - в) сформувати в учнів повноцінне розуміння основ здорового способу життя.
48. Мета етапу закріплення знань, умінь і навичок в умовах здоров'яощадної педагогіки:
- а) сформувати в учнів елементарні уявлення про основні поняття здорового способу життя;
 - б)) сформувати в учнів навички збереження здоров'я в повсякденному житті;
 - в) сформувати в учнів повноцінне розуміння основ здорового способу життя.
49. Методологія – це ...
- а) система методів і засобів пізнання;
 - б) система засобів пізнання;
 - в) система принципів і засобів пізнання.
50. Загальна методологія – це ...
- а) сукупність необхідних і достатніх принципів;
 - б) сукупність основних і достатніх принципів;
 - в) сукупність необхідних і головних принципів.
51. Часткова методологія визначає ...
- а) специфіку застосування провідних принципів методології;
 - б) специфіку застосування загальних принципів дослідження;
 - в) специфіку загальних принципів методики.
52. Що передбачає принцип гуманізму й педагогічного оптимізму?
- а) загальні закони розвитку дитини і її специфічні особливості;
 - б) вплив на дитину як первинних, так і вторинних дефектів;
 - в) віру в дитину, в її потенційні можливості.

53. Що означає принцип об'єктивності та науковості?
- а) зрозуміти не тільки загальні закони розвитку дитини, але й специфічні особливості;
 - б) встановити причинно-наслідкові зв'язки;
 - в) зрозуміти не тільки психічні й особистісні особливості дитини, але й специфічні особливості.
54. Що означає принцип детермінізму?
- а) будь-яке педагогічне явище зумовлене комплексом особистісних властивостей дитини;
 - б) будь-яке соціально-психологічне явище зумовлене комплексом об'єктивних і суб'єктивних причин;
 - в) будь-яке психологічне явище зумовлене комплексом специфічних особливостей.
55. Що означає принцип розвитку?
- а) основною умовою розвитку психічних і особистісних особливостей дитини є та чи інша діяльність;
 - б) основною умовою розвитку дитини є вплив оточення;
 - в) основною умовою розвитку психічних особливостей дитини є стосунки в родині.
56. Що означає принцип єдності свідомості й діяльності?
- а) обумовленість розвитку свідомості людини;
 - б) обумовленість розвитку діяльності людини;
 - в) обумовленість розвитку психофізичних якостей людини.
57. Суть принципу систематичності, комплексності та системності:
- а) вивчення дитини повинно проводитися періодично;
 - б) вивчення дитини повинно проводитися регулярно;
 - в) вивчення дитини повинно проводитися інколи.
58. Що означає принцип індивідуального й особистісного підходу?
- а) кожна людина унікальна;
 - б) кожна людина – особистість;
 - в) кожна людина розвинена.
59. Що передбачає принцип ефективності?
- а) діяльність обов'язково повинна бути корисною;
 - б) рекомендації обов'язково повинні бути корисними;
 - в) рекомендації обов'язково повинні бути здійснені.
60. Метод дослідження – це ...
- а) загальний шлях отримання необхідної наукової інформації;
 - б) загальний шлях реалізації теоретичних уявлень;
 - в) загальний шлях наукового пізнання.
61. Організаційні методи:
- а) порівняльний, експериментальний, комплексний;
 - б) порівняльний, лонгітюдний, комплексний;
 - в) порівняльний, лонгітюдний, метод спостереження.

62. Емпіричні методи:
- а) методи спостереження та самоспостереження, експериментальні, психодіагностичні, аналіз продуктів діяльності дитини, біографічні;
 - б) методи спостереження, лонгітюдний, психодіагностичні, аналіз продуктів діяльності дитини, експериментальний;
 - в) методи спостереження та самоспостереження, експериментальні, психодіагностичні, порівняльний, комплексний, біографічні.
63. До методів оброблення даних відносять:
- а) кількісний і комплексний;
 - б) порівняльний і якісний;
 - в) кількісний і якісний.
64. До інтерпретаційних методів належать:
- а) інтерпретаційний і структурний;
 - б) генетичний і структурний;
 - в) генетичний та інтерпретаційний.
65. Вивчення дитини передбачає ...
- а) надання дитині конкретної допомоги;
 - б) надання дитині медичної допомоги;
 - в) надання дитині психолого-педагогічної допомоги.
66. Основний засіб збирання інформації про розвиток дітей:
- а) експериментальна робота;
 - б) анкетування;
 - в) спостереження.
67. Головний діагностичний метод збирання інформації про розвиток дітей:
- а) природний експеримент;
 - б) формівний експеримент;
 - в) констатувальний експеримент.
68. Які пізнавальні процеси домінують у дитини у віці від 3–4 до 6–7 років?
- а) мимовільні;
 - б) мислення;
 - в) уяви.
69. Оптимальний час виконання тестових завдань для дітей дошкільного віку:
- а) від однієї до чотирьох хвилин;
 - б) від двох до шести хвилин;
 - в) від однієї до п'яти хвилин.
70. Які нові види діяльності виникають у дітей у старшому дошкільному віці?
- а) розумова;
 - б) інтелектуальна;
 - в) ігри.

71. При організації вивчення дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку дослідний підхід розширюється і з'являється можливість використовувати й інші методи:

- а) спостереження, природний експеримент;
- б) анкетування, метод бесіди, метод вивчення продуктів діяльності;
- в) метод вивчення продуктів діяльності, спостереження, природний експеримент.

72. Під час вивчення дитини неприпустимо вживати такі вирази:

- а) «Я хочу перевірити, чи можеш ти запам'ятати» або «Я подивлюся, чи можна тебе прийняти до школи»;
- б) «Я хочу перевірити...» або «Я подивлюся...»;
- в) «Я хочу перевірити, чи можеш ти» або «Я подивлюся, чи можна...».

73. Під час вивчення дитини доцільно ...

- а) надати спілкуванню доброзичливу спрямованість;
- б) надати спілкуванню ігрову спрямованість;
- в) надати спілкуванню навчальну спрямованість.

74. Методика навчання основ здоров'я – це ...

- а) наука про систему освіти й виховання молоді;
- б) наука про систему здоров'я й виховання молоді;
- в) наука про систему валеологічної освіти й виховання молоді.

75. Об'єктом методики навчання основ здоров'я є ...

- а) навчально-виховний процес;
- б) педагогічний процес;
- в) процес фізичного виховання.

76. Предметом навчання основ здоров'я є ...

- а) технології оздоровлення людини;
- б) оздоровлення людини;
- в) валеологічні технології оздоровлення людини.

77. Валеологічне виховання передбачає ...

- а) ознайомлення з теорією з основ здоров'я;
- б) оволодіння змістом основ здоров'я і впровадження здорового способу життя;
- в) виконання порад щодо збереження здоров'я.

78. Мета предмета «Основи здоров'я»:

- а) формування в учнів здорового способу життя на основі позашкільної роботи;
- б) формування здоров'я учнів на основі занять з фізичної культури та секційних занять;
- в) формування здоров'яощадної компетентності учнів на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я та безпеку.

79. Поняття «здоров'я» означає ...
- а) брак хвороб і фізичних вад;
 - б) стан загального фізичного, психологічного та соціального благополуччя;
 - в) процес формування, збереження, зміцнення, відновлення фізичної, соціальної, психічної та духовної його складових.
80. Поняття «здоровий спосіб життя» означає ...
- а) формування фізичного та психічного здоров'я людини у повсякденному житті;
 - б) спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування здоров'я;
 - в) спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я.

III рівень

Теми для розгорнутих доповідей

81. Які можливості передбачені програмою предмета «Основи здоров'я»?
82. Суть і зміст психологічної реабілітації.
83. Методи, які використовуються в процесі педагогічної корекції
84. Що таке арт-терапія?
85. Зміст методики Марії Монтессорі.
86. Правила ефективності методу Марії Монтессорі.
87. Музикотерапія.
88. Ігротерапія.
89. Вимоги до підбору ігор.
90. Схема вивчення можливостей ігрової діяльності.
91. Розкрити суть і зміст казкотерапії.
92. Привабливість казки як засобу педагогічного впливу.
93. Корекційні функції та види роботи з казкою.
94. Розкрити суть понять «комплексна реабілітація», «соціальна реабілітація».
95. Що є джерелом і руховою силою психічного й особистого розвитку дитини?
96. Розкрийте суть теорії первинного дефекту й вторинних відхилень, а також механізми виникнення вторинних порушень у розвитку особистості дитини.
97. Чому Л. С. Виготський назвав вторинні порушення «соціальним вивихом»?
98. Що таке вищі психічні функції?
99. Назвіть основні типи даних, використовуваних у психологічному діагнозі.
100. Завдання валеологічних принципів організації навчально-виховного процесу в школі.

4 Практична робота

Вступ

Мета дисципліни «**Методика навчання основ здоров'я**» – ознайомлення студентів з формами організації, принципами та методикою навчання основ здоров'я.

1 План семінарських занять

№ з/п	Тема семінарського заняття	Номер практ. роботи	Основні питання семінарського заняття
1	Форми організації навчання основ здоров'я	1.1	Здоров'яощадні технології в школі
		1.2	Сутність і види форм організації навчання основ здоров'я.
		1.3	Характеристика основних форм організації навчання основ здоров'я в початковій школі
2	Принципи навчання основ здоров'я	2.1	Принципи навчання основ здоров'я та дидактичні правила їх реалізації
		2.2	Валеологічні принципи організації навчально-виховного процесу в школі
		2.3	Методика навчання предмета «Основи здоров'я»
3	Методика навчання здоров'яощадних технологій	3.1	Принципи навчання, що відповідають цілям здоров'яощадних освітніх технологій
		3.2	Методи навчання здоров'яощадного впливу
		3.3	Етапи процесу навчання в умовах здоров'яощадної педагогіки
4	Методика навчання основ здоров'я	4.1	Методологія дослідження
		4.2	Організація дослідження дитини з обмеженими можливостями здоров'я
		4.3	Методика навчання основ здоров'я
5	Методики, застосовувані в процесі реабілітації дітей-інвалідів	5.1	Психологічна реабілітація
		5.2	Методи, використовувані в процесі педагогічної корекції
		5.3	Форми й види роботи здоров'яощадних освітніх технологій

Список рекомендованої літератури

.

5 САМОСТІЙНА РОБОТА

1 Загальні відомості

Самостійна робота над курсом «Методика навчання основ здоров'я» полягає в написанні рефератів, у яких розкриваються окремі аспекти здоров'яощадних технологій, методики навчання предмета «Основи здоров'я», форм, методів навчання здоров'яощадного впливу організації навчання з основ здоров'я, методології дослідження. Усі реферати повинні бути виконані за тиждень до тестування з відповідного курсу. Об'єм рефератів повинен складати 8–10 машинописних аркушів. Повнота й задовільність розкриття теми визначається викладачем. У разі негативної оцінки реферат може бути повернений для доопрацювання. Студент самостійно вибирає будь-яку тему самостійної роботи за кожною з тем курсу. Успішний захист реферату є необхідною умовою допуску до контрольного тестування.

2 Перелік тем для самостійної роботи

№№ з/п	Тема семінарського заняття	Номер самост. роботи	Основні питання семінарського заняття
1	Форми організації навчання основ здоров'я	1.1	Здоров'яощадні технології
		1.2	Форми організації навчання
		1.3	Принципи навчання основ здоров'я
2	Принципи навчання основ здоров'я	2.1	Валеологічні принципи організації навчально-виховного процесу
		2.2	Методика навчання предмета «Основи здоров'я»
		2.3	Технологій у сфері збереження здоров'я
3	Методика навчання здоров'яощадних технологій	3.1	Принципи навчання, що відповідають цілям здоров'яощадних освітніх технологій
		3.2	Методи навчання здоров'яощадного впливу
		3.3	Етапи процесу навчання в умовах здоров'яощадної педагогіки
4	Методика навчання основ здоров'я	4.1	Організація дослідження
		4.2	Методологія дослідження
		4.3	Методика навчання основам здоров'я
5	Методики, що застосовуються в процесі реабілітації дітей-інвалідів	5.1	Види роботи здоров'яощадних освітніх технологій
		5.2	Зміст здоров'яощадних освітніх технологій
		5.3	Методи, які використовуються в процесі педагогічної корекції

3 Методичні вказівки до виконання реферату

Самостійна робота повинна відображати індивідуальне розуміння студентом обговорюваних питань щодо форм організації, принципів і методик навчання основ здоров'я. Тому критеріями оцінювання рефератів є:

1. Повнота й точність викладених фактів з освітлюваної теми й теоретичного їх осмислення.
2. Уміння студента пов'язати аналізовані теоретичні положення з власним досвідом.

Реферати повинні мати таку структуру:

1. Вступ.
2. Виклад основного матеріалу.
3. Висновки.
4. Перспективи подальшого дослідження проблеми.

Таким чином, реферат повинен відображати як знання студента з певного питання, так і його власні погляди. У зв'язку з цим студент повинен врахувати такі вимоги до роботи з рекомендованою літературою:

1. Слід звернути увагу, в контексті якого дослідного або практичного завдання була поставлена ця проблема.
2. Необхідно відзначити, у яких емпіричних ситуаціях вони виявляються й знайти аналогії з буденними життєвими обставинами.
3. Важливо ясно уявити, що саме в цій проблемі потребує пояснення і, пов'язуючи це з попередніми пунктами, спробувати з'ясувати, чому.
4. Сформулювати теоретичні положення, якими дослідник пояснив проблему, і відтворити їх модель.
5. Намагатися визначити, чи задовольняє ця модель вимогам, що висуваються до дослідницьких завдань щодо цієї моделі.

Організована таким чином робота з літературою дозволить студенту задовільно впоратися з написанням реферату.

Список рекомендованої літератури

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах: експериментальний навчально-методичний посібник для учителів / Бойченко Т., Колотій М. - К. : ДП СМ, УІСД, 2004. - 244 с.
2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2013. – 260 с.
4. Гонтаровська Н. Оздоровча програма у шкільній системі освіти / Гонтаровська Н. // Директор школи. – 1999. – № 45. – С. 11.
5. Горяна Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяна Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. –

- № 1. – С. 61–63.
6. Кириленко С. В. Уроки здоров'я / Кириленко С. В. – Х. : Скорпіон, 2004. – 88 с.
 7. Мікулак Н. М. Здоров'язберігаюча освіта: теорія і технологія створення школи культури здоров'я : навчально-методичний посібник для слухачів курсів інститутів післядипломної педагогічної освіти, науковців, керівників освітніх закладів, педагогів, вихователів / Наталія Михайлівна Мікулак. – Дніпропетровськ : ДОШПО, 2013. – 76 с.
 8. Мікулак Н. М. Сучасні освітні стратегії здоров'язбереження: ос- нови здоров'я : навчально-методичний посібник / Мікулак Н. М. – Дніпро- петровськ : Інновація. 2012. – 116 с.
 9. Основи здоров'я : підруч. для 5-го кл. загальноосвіт. навч. закла- дів / Т. Є. Бойченко [та ін.]. – К. : Генеза, 2013. – 208 с.
 10. Отрощенко П. Г. Хочу бути здоровим/Отрощенко П. Г. - К. : Либідь, 1991. - 336 с.
 11. Савченко В. А. Тренінг – інтерактивний метод навчання : інструкти- вно- методичні матеріали щодо проведення тренінгів у навчально-виховному процесі / Савченко В. А. – Дніпропетровськ : Інновація, 2010. – 245 с.
 12. Холодова Н. О. Порадник учителю основ здоров'я : методичні ре- комендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.
 13. Худік В. А. Психологічна діагностика дитячого розвитку / Худік В. А. - К.: Освіта, 1992. - 220 с

6 ІНДИВІДУАЛЬНА РОБОТА

1 Індивідуальна робота та індивідуальне навчальне завдання

Індивідуальне завдання виконується студентами самостійно із забезпеченням необхідних консультацій щодо окремих питань з боку викладача.

Видом індивідуальних завдань з курсу слід вважати підготовку рефератів, доповідей, наукових статей. Деякі питання вимагають від студентів більш глибокого опанування теоретичного матеріалу та засвоєння програмового матеріалу.

Зміст, структура, порядок захисту, критерії оцінювання розробляються викладачем і доводяться до відома студентів до початку виконання завдання. Контроль виконання індивідуального завдання здійснюється на консультаціях, графік яких розробляється кафедрою.

2 Індивідуальні завдання

1. Розкрийте зміст поняття «педагогічна технологія» як засобу оволодіння основами здоров'я?
2. Дослідіть здоров'яощадні технології у вітчизняній і зарубіжній літературі.
3. Охарактеризуйте зміст здоров'яощадних заходів як заходів з реалізації здоров'яощадних технологій.
4. Розкрийте структуру та зміст навчання основ здоров'я.
5. Дайте тлумачення поняття «форма навчання» з лінгвістичної та філософської позицій.
6. Визначте принципи навчання.
7. Розкрийте зміст принципу свідомості.
8. Визначте дидактичні правила реалізації принципу свідомості.
9. Розкрийте зміст принципу наочності.
10. Дайте тлумачення правил реалізації принципу наочності.
11. Розкрийте зміст принципу послідовності і систематичності.
12. Визначте правила реалізації принципу послідовності і систематичності.
13. Розкрийте значення принципу міцності.
14. Надайте поради дотримання традиційних правил реалізації принципу міцності.
15. Розкрийте значення принципу доступності викладання.
16. Наведіть правила реалізації принципу доступності.
17. Розкрийте зміст принципу науковості.
18. Визначте правила успішної реалізації вимог принципу науковості.

19. Розкрийте значення принципу зв'язку навчання з життям.
20. Наведіть правила практичної реалізації принципу зв'язку навчання з життям.
21. Визначте валеологічні принципи організації навчально-виховного процесу в школі.
22. Розкрийте завдання курсу «Основи здоров'я» в початковій школі.
23. Визначте структуру курсу «Основи здоров'я».
24. Визначте дидактичні особливості проведення уроку «Основи здоров'я».
25. Наведіть послідовність засвоєння нових знань на уроках «Основи здоров'я».
26. Визначте основні етапи структури уроку.
27. Визначте основні етапи уроку повторення.
28. Як відбувається підготовка до засвоєння нового матеріалу?
29. Як здійснюється робота над новим матеріалом?
30. Що таке первинне закріплення матеріалу?
31. Як проаналізувати проведений урок?
32. Що доцільно включати в систему дидактичних ігор?
33. Визначте особливості методики проведення уроків у початковій школі.
34. Наведіть програмові вимоги з навчальної дисципліни «Методика навчання основ здоров'я в початковій школі».
35. Визначте методи здоров'яощадних технологій.
36. Визначте оздоровчі технології.
37. Розкрийте зміст поняття «потенціал здоров'я».
38. Дослідіть в науковій літературі технології навчання здоров'ю.
39. Що собою являє виховання культури здоров'я?
40. Визначте принципи навчання, що віддзеркалюють найважливіші та нагальні потреби суспільства, відповідають цілям здоров'яощадних освітніх технологій.
41. Розкрийте зміст специфічних принципів навчання.
42. Визначте методи здоров'яощадного впливу.
43. Визначте етапи процесу навчання в умовах здоров'яощадної педагогіки.
44. Що означає поняття «методологія дослідження»?
45. Наведіть основоположні вимоги Концепції валеологічної освіти.
46. Визначте, що включає в себе валеологічна освіта.
47. Визначте, що передбачає валеологічне виховання?
48. Наведіть дидактичні принципи методики навчання основ здоров'я.
49. Дайте характеристику загальної та часткової методології.
50. Наведіть найважливіші методологічні принципи вивчення соціально-психологічних і психологічних особливостей особистості дитини з обмеженими можливостями.
51. Визначте чотири групи загальнонаукових методів (за Б. Р. Ананьєвим).

52. Охарактеризуйте організаційні методи.
53. Дайте характеристику емпіричних методів.
54. Визначте та дайте характеристику методів оброблення даних.
55. Поняття та структура інтерпретаційних методів дослідження.
56. Розкрийте сутність організації дослідження.
57. Визначте цілі результатів досліджень.
58. Визначте мету психологічної діагностики.
59. Визначте типи даних, які використовуються для отримання діагностичної інформації про дитину.
60. Розкрийте зміст поняття життєві показники.
61. Дайте характеристику показників, отриманих за допомогою методів, побудованих на основі самооцінювання.
62. Визначте дані, отримані за допомогою об'єктивних тестів і тестових завдань.
63. Визначте елементарні рефлексивні здібності дітей у молодшому віці.
64. Дослідіть особливості дитячої психіки в молодшому віці.
65. Розкрийте елементарні рефлексивні здібності дітей середнього дошкільного віку.
66. Розгляньте особливості дитячої психіки в середньому дошкільному віці.
67. Визначте елементарні рефлексивні здібності дітей старшого дошкільного віку.
68. Дайте характеристику особливостей дитячої психіки старшого дошкільного віку.
69. Що потрібно, щоб результати вивчення особливостей розвитку дитини як особистості мали менш уточнень ?
70. Які умови та вимоги необхідно ретельно готувати та виконувати при підготовки до зустрічі з дитиною ?
71. Розгляньте методику навчання основ здоров'я.
72. Визначте основоположні вимоги, які містить концепція валеологічної освіти в навчальних закладах усіх типів ?
73. Дайте характеристику принципів валеологічної освіти.
74. Наведіть структурні елементи, які є характерними для методики.
75. Розгляньте головні завдання предмета «Основи здоров'я».
76. Визначте, за яких умов буде ефективною реалізація мети й завдань предмета «Основи здоров'я».
77. Дайте характеристику основних базових понять, які складають основу предмета «Основи здоров'я».
78. Розкрийте сутність і зміст психологічної реабілітації.
79. Визначте та розгляньте методи педагогічної корекції.
80. Дайте тлумачення арт-терапії, розгляньте її зміст.
81. Розгляньте методику Марії Монтессорі.
82. Розкрийте сутність методу музикотерапії.
83. Ігротерапія як метод педагогічної корекції.

84. Розгляньте вимоги до підбору ігор.
85. Зміст і сутність методу казкотерапії.
86. Визначте предмет, завдання та структуру курсу «Методика навчання основ здоров'я в початковій школі».
87. Розкрийте зміст понять «валеологічна освіта» та «валеологічне виховання».
88. Охарактеризуйте зміст, мету та структуру інтегрованого курсу «Основи здоров'я в початковій школі».
89. Розгляньте освітню галузь «Здоров'я і фізична культура» у структурі Державного стандарту загальної середньої освіти.
90. Розкрийте зміст, мету і завдання валеологічної освіти.
91. Проаналізуйте нормативно-правову базу, яка окреслює напрями діяльності й заходи щодо формування здорового способу життя й безпечної поведінки у дітей та підлітків через систему загальної середньої освіти.
92. Охарактеризуйте методи регуляції життєдіяльності в групі валеологічних методів навчання.
93. Розгляньте та охарактеризуйте вербальні й практичні методи в групі валеологічних методів навчання.
94. Визначте сутність валеологічних понять і методику формування їх у молодших школярів.
95. Проаналізуйте особливості проведення уроків з основ здоров'я в початковій школі.
96. Розгляньте типи й структуру уроків з основ здоров'я в початковій школі.
97. Розкрийте особливості оцінювання навчальних досягнень учнів початкових класів з основ здоров'я.
98. Визначте основні форми позакласної роботи з валеології в початковій школі та вимоги до їх організації.
99. Розкрийте сутність превентивного характеру навчання при вивченні основ здоров'я в початковій школі.
100. Охарактеризуйте напрямки методичної роботи вчителя початкових класів щодо впровадження традицій здорового способу життя.

Список рекомендованої літератури

1. Бойченко Т. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загальноосвітніх навчальних закладах : експериментальний навчально-методичний посібник для вчителів / Бойченко Т., Колотій Н. – К. : ДП СМ, УІСД, 2004. – 244 с.
2. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : книга для вчителя / Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. – К. : Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В. Основи здоров'я : посібник для вчителя / Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. – К. : Алатон, 2013. – 260 с.
4. Гонтаровська Н. Оздоровча програма у шкільній системі освіти / Гонтаровська Н. // Директор школи. – 1999. – № 45. – С. 11.
5. Горяня Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» / Горяня Л. І. // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61–63.
6. Кириленко С. В. Уроки здоров'я / Кириленко С. В. – Х. : Скорпіон, 2004. – 88 с.
7. Мікулак Н. М. Здоров'язберігаюча освіта: теорія і технологія створення школи культури здоров'я : навчально-методичний посібник для слухачів курсів інститутів післядипломної педагогічної освіти, науковців, керівників освітніх закладів, педагогів, вихователів / Наталія Михайлівна Мікулак. – Дніпропетровськ : ДОППО, 2013. – 76 с.
8. Мікулак Н. М. Сучасні освітні стратегії здоров'язбереження: основи здоров'я : навчально-методичний посібник / Мікулак Н. М. – Дніпропетровськ : Інновація, 2012. – 116 с.
9. Основи здоров'я : підруч. для 5-го кл. загальноосвіт. навч. закладів / Т. Є. Бойченко [та ін.]. – К. : Генеза, 2013. – 208 с. : іл.
10. Савченко В. А. Тренінг – інтерактивний метод навчання : інструктивно-методичні матеріали щодо проведення тренінгів у навчально-виховному процесі / Савченко В. А. – Дніпропетровськ : Інновація, 2010. – 245 с.
11. Холодова Н. О. Порадник учителю основ здоров'я : методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5–9 класи) / Холодова Н. О. – Харків : ХОНМІБО, 2008. – 108 с.

Навчальне видання

ДОЛИННИЙ Юрій Олексійович

МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

Навчально-методичний посібник

для студентів
спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія»
вищих навчальних закладів

Редагування О. М. Болкова

Комп'ютерне верстання О. П. Ордіна

73/2017. Формат 60 × 84/16. Ум. друк. арк. 5,12.
Обл.-вид. арк. 4,94. Тираж 300 пр. Зам. № 2.

Видавець і виготівник
Донбаська державна машинобудівна академія
84313, м. Краматорськ, вул. Шкадінова, 72.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК №1633 від 24.12.2003