

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА

У статті розглянуто проблеми формування здоров'я у процесі вивчення навчального предмету «Основи здоров'я». Проаналізовано досвід учителів, методистів, виявлено основні методичні прийоми та загальні тенденції під час викладання навчального предмету. Окреслено напрями створення методики, яка має ефективно формувати навички здорового способу життя.

Ключові слова: учні, здоров'я, здоровий спосіб життя, навчальний предмет, методичні прийоми, методичне забезпечення.

В статье рассмотрены проблемы формирования здоровья в процессе изучения учебного предмета «Основы здоровья». Проанализирован опыт учителей, методистов, выделены основные методические приемы и общие тенденции при преподавании учебного предмета. Определены направления создания методики, которая должна эффективно формировать навыки здорового образа жизни.

Ключевые слова: учащиеся, здоровье, здоровый образ жизни, учебный предмет, методические приемы, методическое обеспечение.

In this article the problems of health forming during educational process of the «Health Bases» training course are considered. The experience of teachers and methodologists was analysed, the basic technical approaches and the general tendencies during teaching course were choosen. The ways of creation of system, which must efficiently form the healthy mode of life acquirements, were defined.

Key words: pupils, health, healthy mode of life, training course, technical approaches, technical maintenance.

Постановка проблеми. Початок ХХІ ст. ознаменовано швидким технологічним розвитком, удосконаленням інформаційних технологій, зростанням кількості інформації, яка щоденно потрапляє до кожного громадянина. Проте не може не викликати занепокоєння наявність статистичних даних, які свідчать про значне погіршення стану здоров'я громадян України всіх вікових груп, а головне – дітей шкільного віку. Аналіз причин такої ситуації свідчить про істотний вплив екологічного фактора, вживання генномодифікованих продуктів, наднормові психоемоційні та фізичні навантаження, що не відповідають нормам віку. Проблема здоров'я підростаючого покоління України є однією з найважливіших проблем, яка потребує вирішення, оскільки це обумовлює саме існування нації та держави взагалі [14]. Отже, актуальність даної роботи не викликає сумнівів.

Аналіз актуальних досліджень. Виховання відповідального ставлення до свого здоров'я є важливою умовою оздоровлення українського суспільства. Держава приділяє цьому значну увагу. Про це свідчить той факт, що за 20 років незалежності в Україні було розроблено та впроваджено нормативно-правову базу, спрямовану на збереження та формування здоров'я населення, яка гарантує розвиток соціально активної, фізично здорової особистості.

До таких важливих документів належать: Закон України «Про охорону дитинства» (1992 р.) [10], Державна програма «Освіта» (1993 р.) [10], Закон України «Про фізичну культуру та спорт» (1993 р.) [10], Конституція України (1996 р.) [7], «Концепція неперервної валеологічної освіти в Україні» (1994 р.) [10], Національна програма «Діти України» (1996 р.) [10], Комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації» (1996 р.) [10], Закон України «Про загальну середню освіту» (1999 р.) [10], Міжгалузєва комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002 – 2011 роки (2002 р.) [10].

Але на жаль слід зауважити, що цих заходів недостатньо для успішного вирішення проблеми збереження здоров'я підростаючого покоління українців. Отже на часі формування нових підходів, напрацювання нових ідей, зокрема ідей упровадження та вдосконалення навчальних курсів вже у початковій школі.

Мета статті – оцінити ефективність сучасних підходів до навчання основ здоров'я учнів початкової школи. Для цього необхідно вирішити такі завдання:

- оглянути сучасні методичні підходи до викладання курсу «Основи здоров'я» у початковій школі;
- дослідити зв'язок вищезазначених методичних підходів із сучасними здоров'язберігаючими технологіями;
- проаналізувати ефективність навчально-методичної літератури з курсу «Основи здоров'я», що використовується в навчально-виховному процесі, щодо досягнення мети здоров'язберігаючих технологій.

Виклад основного матеріалу. Одним з можливих шляхів поліпшення здоров'я учнівської молоді може стати обов'язкове вивчення навчального курсу «Основи здоров'я», розробка та апробація якого розпочата ще у 1994 р. З цією метою даний навчальний курс унесено до інваріантної складової навчальних програм початкової школи (див., наприклад, Наказ МОН №462 від 20 квітня 2011 р. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти).

Для досягнення зазначеної мети (згідно з Державним стандартом початкової освіти) передбачається виконання таких завдань [5]:

– формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, фізичну культуру, фізичні вправи, взаємозв'язок організму людини з природним і соціальним оточенням;

– формування та розвиток навичок базових загальнорозвивальних рухових дій; розвиток в учнів активної мотивації дбайливо ставитися до власного здоров'я і займатися фізичною культурою, вдосконалювати фізичну, соціальну, психічну і духовну складові здоров'я;

– виховання в учнів потреби у здоров'ї, що є важливою життєвою цінністю, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя; розвиток умінь самостійно приймати рішення щодо власних учинків;

– набуття учнями власного здоров'язбережувального досвіду з урахуванням стану здоров'я; використання у повсякденному житті досвіду здоров'язбережувальної діяльності для власного здоров'я та здоров'я інших людей.

Згідно з Державним стандартом початкової освіти [5] метою викладання предмету є також формування здоров'язбережувальної компетентності на рівні знань з предмету основ здоров'я та рухливих навичок з фізичної культури, а також на міжпредметному рівні, що можна досягнути впровадженням у всі предмети елементів навичок здорового способу життя з урахуванням їх специфіки та пізнавальних можливостей учнів початкових класів.

Проблему розробки підручників з предмету «Основи здоров'я» вирішували: А. Алатон, В. Ареф'єв, І. Бабин, П. Бей, Н. Бібік, Т. Бойченко, Н. Будна, М. Володарська, Д. Голі, Ж. Голінщак, З. Головка, В. Грецьких, М. Дубовіс, Ю. Жеребецький, Г. Жирська, І. Зверева, Х. Йовна; О. Качеров, О. Кікінеджи, Н. Коваль, Н. Колотій, О. Короп, І. Косюченко, Н. Легка, Р. Луцюк, А. Манюк, О. Марінушкіна, Н. Митохір, С. Рябова, О. Савченко, А. Царенко, В. Шахненко, Г. Яцук, С. Янусь та ін. [1, 2, 3, 6, 9, 11, 12, 13, 14].

Основними методами, які використовують учителі на уроках «Основи здоров'я», є читання учнями з підручника, групові методи (дискусія, мозковий штурм), міні-лекція, створення навчальних та проблемних ситуацій, перевірка домашнього завдання (вибіркова, фронтальна, аркуші, що відриваються), тестування, цифровий диктант, розфарбовування малюнків, валеологічні та фізкультурні хвилинки, проведення паралелей із життєвим досвідом дитини, складання та розгадування кросвордів та ребусів, інтегровані уроки з предметами «Природознавство», «Я і Україна», з виховними заходами, уроки-подорожі [11,12].

Сьогодні важливе місце посідають активні здоров'язберігаючі технології, які також використовуються на уроках «Основи здоров'я». До них належать: вправи-аутотренінги (за системою Ліндемана); комбіновані аутотренінги (профілактика простудних захворювань за допомогою уявлення себе як об'єкта природи: «Я – дерево», «Я – тварина» та ін.); дихальні гімнастики (за системою Стрельнікової, східні та йогівські методики); використання кольорів як коректорів емоційного стану, релаксаційні вправи (коли учень уявляє себе в приємному місці, бачить явища природи); вправи-енергізатори, психогімнастика та динамічні паузи. Також зазначимо, що, наприклад, М. Малащенко використовує пальчикові ігри та гімнастику, офтальмотренаж, ігри-медитації [8]. Деякі вчителі проводять руханки, які супроводжуються або не супроводжуються віршами. Вчителі-предметники у своїй діяльності застосовують такі релаксаційні вправи: «Контраст», «М'язова релаксація», «Уявна картина», «Ресурсні образи», «Обтруси», «Масажуємо руки», «Зберігаємо сили».

З огляду на використання цих технологій, проаналізуємо сучасні методичні підходи до навчання предмету «Основи здоров'я».

У процесі дослідження науково-методичного забезпечення предмету «Основи здоров'я» використано такі матеріали:

- підручник для учня;
- робочий зошит з друкованою основою;
- методичний посібник для вчителя.

У підручнику для учня містяться правила поведінки людини в надзвичайних та побутових ситуаціях, корисні поради щодо зміцнення здоров'я та ін. Підручник має багато ілюстрованого матеріалу, віршів, позначок, пам'яток, але це не може бути використано без супроводу вчителя, тому що потребує роз'яснень.

Зошити з друкованою основою дозволяють швидше опанувати зміст підручника та засвоїти матеріал уроку, а також закріпити та систематизувати знання. Зошити містять готові вправи для виконання на уроках, навчальні тести, де учневі запропоновано продовжити або заповнити речення, намалювати природні або суспільні чинники, мають відкриті запитання. На нашу думку, такий методичний підхід не повністю відповідає вимогам до предмету, оскільки не сприяє формуванню творчої активності учнів.

Книжка для вчителя складається з календарного планування та тематичного планування уроків, має розробки уроків, цікаві матеріали та факти. Такий підручник дає змогу працювати у класно-урочній системі в режимі традиційного уроку.

Проведений аналіз навчально-методичного забезпечення предмету «Основи здоров'я» довів, що в сучасному педагогічному арсеналі існує значна кількість підручників та зошитів, що можуть бути використані у процесі викладання, але вони не в змозі простежити за формуванням знань, умінь, навичок протягом позакласної роботи. Деякі методичні матеріали відповідають курсу з фізичного виховання. Ряд зошитів оформлено так, що без супроводу вчителя учень не зможе їх використовувати, а деякі з них більше розвивають навички малювання, не акцентуючи увагу на формуванні висновків щодо теми.

Також під час дослідження нами було виявлено, що всі вищезазначені здоров'язберігаючі технології та методи можуть застосовуватися окремо, але на жаль не використовуються вчителями систематично та систематизовано.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, у даній статті проаналізовано сучасні методичні підходи до викладання предмету «Основи здоров'я», основні методи та використовувані здоров'язберігаючі технології, здійснено огляд навчально-методичної літератури, яка використовується в навчально-виховному процесі (підручники, робочі зошити, методичні посібники для вчителів).

Перспективним є розробка та впровадження інноваційних методів та прийомів викладання навчального предмету «Основи здоров'я» у початковій школі.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Бибик Н.М.* Основи здоров'я: учеб. для 3 кл.: пер. с укр. / Н.М. Бибик, Т.Е. Бойченко, Н.С. Коваль, А.И. Манюк. — 2-ое изд. — К.: Генеза, 2010. — 111 с.
2. *Бойченко Т.Є.* Основи здоров'я. Підручник для 1 класу загальноосвіт. навч. закл. / Т.Є. Бойченко, О.Я. Савченко. — 2-ге вид., доопрацьоване. — К.: Генеза, 2007. — 96 с.
3. *Будна Н.О.* Уроки з курсу «Основи здоров'я». 2 клас: Посібник для вчителя / Н.О. Будна, Ж.А. Голіншак. — Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2003. — 192 с.
4. *Ващенко Л.С., Бойченко Т.Є.* Основи здоров'я. Книга для вчителя. — К.: Генеза, 2005. — 240 с.
5. Держстандарт про початкову освіту від 20 квітня 2011 року №462. — Офіційний сайт Верховної Ради України: Офіц. веб-сайт. — Режим доступу до сайту: <http://zakon.rada.gov.ua>.
6. *Володарська М.О.* Усі уроки з курсу «Основи здоров'я». 1 — 4 класи / М.О. Володарська. — Х.: Вид. група «Основа», 2009. — 490 с. — (Серія «Усі уроки в початковій школі»).

7. Конституція України: Прийнята на п'ятій сесії Верховної Ради України 28.06.1996 р. — К.: Вид-во «Україна», 1996. — 54 с.
8. Малащенко М.П. Педагогіка здоров'я в початковій школі / М.П. Малащенко. — Х.: Веста: Изд-во «Ранок», 2008. — 192 с. — (Педагогическая мастерская).
9. Омельченко С.О. Педагогіка здоров'я: навч. посіб. / С.О. Омельченко. — Словянськ: Вид.центр СДПУ, 2009. — 205 с.
10. Офіційний сайт Верховної Ради України: Офіц. веб-сайт. — Режим доступу до сайту <http://moz.gov.ua>.
11. Початкова школа. 1996 — 2011 рр.
12. Початкове навчання. 2010 — 2011 рр.
13. Савченко О.Я. Виховний потенціал початкової школи: посібник для вчителів і методистів початкового навчання / О.Я. Савченко. — 3-тє вид., без змін. — Київ.: Богданова А.М., 2009. — 226 с.
14. Шахненко В.І. Абетка здоров'я: Уроки валеології в 3-му класі: Посібник для вчителя / В.І. Шахненко, С.К. Хуторний, І.М. Костюченко, Н.А. Легка / За ред. В.І. Шахненка. — Харків: Ранок, 1999. — 176 с.