

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В.Н.КАРАЗИНА**

УДОВЕНКО МАРИНА АНАТОЛІВНА

УДК 373.3.091.3:631

**МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я
УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

13.00.02 - теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Харків – 2016

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник:

доктор біологічних наук, професор
Гончаренко Марія Степанівна,
Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна,
завідувач кафедри валеології.

Офіційні опоненти:

доктор педагогічних наук, доцент
Присяжнюк Станіслав Іванович,
Державний університет телекомунікацій
України, м. Київ,
професор кафедри фізичного виховання;

кандидат педагогічних наук, доцент
Шевчук Олена Анатоліївна,
Рівненський державний гуманітарний
університет м. Рівне,
доцент кафедри загальнотехнічних
дисциплін, технологій та цивільної
безпеки.

Захист відбудеться «25» квітня 2016 р. о 10⁰⁰ годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 64.051.19 у Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна за адресою: 61022, м. Харків, майдан Свободи, 6, ауд. № 2-43.

З дисертацією можна ознайомитись у Центральній науковій бібліотеці Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна за адресою: 61022, м. Харків, майдан Свободи, 4.

Автореферат розісланий «25» березня 2016 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



О.В. Кабацька

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. Початок ХХІ сторіччя ознаменовано швидким технологічним розвитком суспільства, який має як позитивні, так і негативні наслідки. Одним із позитивних наслідків є доступність інформації та можливість використання її кожною людиною. Негативними наслідками є погіршення стану екології навколишнього середовища, психоемоційні та фізичні перевантаження, гіподинамічний спосіб життя у значній кількості населення. У свою чергу, це поступово призводить до зниження стану здоров'я людей різного віку. Особливе занепокоєння викликає погіршення здоров'я підростаючого покоління, яке є потенціалом української нації.

Питання охорони здоров'я шкільної та студентської молоді знайшло своє відображення у багатьох законодавчих актах України, зокрема, у програмі «Концепція неперервної валеологічної освіти в Україні» (1994 р.), Національній програмі «Діти України» (1996 р.), Національній доктрині розвитку освіти України у ХХІ сторіччі» (2013 р.) тощо.

За даними Міністерства охорони здоров'я України у 2015 році майже кожна сьома дитина протягом останніх років народжується з відхиленнями в здоров'ї, високим залишаються рівень захворюваності, зростає інвалідність.

Аналіз динаміки спостереження за учнями в процесі навчання показав зменшення кількості школярів із I групою здоров'я (здорові) від 10,1 % на початку першого класу до 3,8 % наприкінці молодшої школи та до 1,5 % протягом п'ятого класу. Крім того, у початковій школі знижувалася чисельність II групи здоров'я (функціональні відхилення) з 59,7 % до 46,2 %, за рахунок чого збільшувалася кількість учнів із III групою здоров'я (хронічні захворювання) з 30,2 % до 49,4 %. Негативні тенденції продовжувалися при переході в основну школу: питома вага школярів, що мали III групу здоров'я, у п'ятому класі становила 58,0 %, що значно перевищувало чисельність II групи (49,3 %).

Таким чином, за даними проведеного дослідження Міністерства охорони здоров'я України, діти шкільного віку мають незадовільний стан здоров'я внаслідок поганої функціональної пристосованості до фізичних навантажень при недостатній тренуваності та низькому рівні функціонального резерву серця. Саме тому у віковій групі дітей шкільного і особливо підліткового віку реєструється найвища поширеність хвороб та починає накопичуватись хронічна патологія.

Сучасна інтенсивна програма навчання в школі вимагає від учнів надмірних зусиль при засвоєнні великих обсягів навчальної інформації, а низькі вікові фізіологічні можливості учнів навіть I групи здоров'я (здорові) створюють додаткові ризики для повноцінного розвитку особистості учня. Оскільки постійне ускладнення шкільної програми тісно пов'язане з необхідністю засвоєння учнями нових досягнень науковців та розвитком технічних засобів супроводу навчання, зменшення годин уроків недоцільне. Тому виникає потреба в методичних засобах, що дозволятимуть ущільнити час засвоєння учнями навчального матеріалу, створюючи життєво важливі, предметні та міжпредметні компетентності.

Теоретичною основою цього дослідження стали наукові праці, у яких розкрито різноманітні аспекти досліджуваної проблеми. Так, окремі методи оздоровлення учнів розглядались у працях Я.-А. Коменського, Д. Локка, В. Сухомлинського, К. Ушинського та інших. Практику оздоровлення молодших учнів описано в роботах А. Дубогай, С. Присяжнюка, С. Свириденко та інших. Вплив навчально-виховного процесу на здоров'я учнів досліджували В. Бобрицька, С. Кириленко, С. Лапаєнко та інших.

Питання впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховний процес вивчали Ю. Лук'янова, С. Омельченко, Н. Ткачова та інші. Здоров'я учнів через формування культури здоров'я розробляли Ю. Бойчук, В. Горащук, О. Кабацька та інші. Особливості оздоровлення учнів у початковій школі досліджували Т. Бойченко, О. Ващенко, О. Савченко та інші. Валеологічні аспекти оздоровлення учнів висвітлено в роботах М. Гончаренко, В. Шахненко, О. Шевчук та інші.

Водночас у педагогічній науці проблема навчання основам здоров'я учнів початкової школи майже не була предметом спеціального дослідження. Це зумовлює необхідність розв'язання існуючих *суперечностей* щодо проблеми дослідження: *між* об'єктивною потребою у покращенні здоров'я нації та погіршенням стану здоров'я в реальному житті; *між* необхідністю проведення систематизованої роботи зі зміцнення здоров'я учнів початкової школи та зведенням цієї роботи до реалізації окремих здоров'язбережувальних заходів в реальній практиці; *між* вимогою школи у формуванні основ здоров'я учнів початкової школи за допомогою спеціалізованої науково-обґрунтованої методики та відсутністю такої методики в педагогічній теорії та практиці.

Актуальністю порушеної проблеми є її недостатня теоретична та практична розробленість. Необхідність вирішення виявлених суперечностей зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: «**Методика навчання основ здоров'я учнів початкової школи**».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана за планом науково-дослідної роботи кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна «Розробка технологічної моделі створення духовного компоненту здоров'язбережувального простору вищого навчального закладу» (РК № 0106U001556). Тему дослідження затверджено вченою радою філософського факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (протокол № 5 від 18 грудня 2010 р.) й узгоджено в Раді з координації наукових досліджень у галузі педагогіки і психології (протокол № 10 від 20 грудня 2010 р.).

Мета дослідження полягає в розробці та теоретичному обґрунтуванні методики навчання основам здоров'я учнів початкових класів загальноосвітньої школи.

Для досягнення визначеної мети були поставлені такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз науково-педагогічних джерел з проблеми навчання основам здоров'я учнів початкової школи.

2. Визначити сутність та структуру здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи як основи формування в них знань з основ здоров'я.

3. Науково обґрунтувати та розробити методику навчання основам здоров'я учнів початкової школи.

4. Експериментально перевірити методику навчання основам здоров'я учнів початкової школи та визначити її ефективність.

Об'єктом дослідження є процес навчання основам здоров'я учнів початкової школи.

Предметом дослідження є методика навчання основам здоров'я учнів початкової школи.

Відповідно до визначених завдань використано **методи дослідження**:

– *теоретичні*: аналіз і узагальнення наукової, навчально-методичної літератури для зіставлення різних поглядів на досліджувану проблему, визначення понятійно-категоріального апарату;

– *емпіричні*: анкетування, опитування, інтерв'ювання, бесіда, спостереження, вивчення навчальної діяльності молодших школярів, аналіз шкільної документації для з'ясування ефективності розробленої методики;

– *математичні методи обробки даних*: аналіз та кількісне опрацювання результатів педагогічного експерименту за допомогою методу варіаційної статистики: *t*-критерію Стьюдента з метою оцінки ефективності експериментальної методики навчання основам здоров'я учнів початкової школи.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що

– *вперше* розроблена методика навчання основам здоров'я для учнів початкових класів загальноосвітньої школи, яка надала можливість ефективного сприйняття та відтворення навчальної інформації візуалам, аудіалам, кінестетикам, завдяки створенню посилених асоціативних ланцюжків;

– *уточнено критерії та показники* визначення «здоров'язбережувальної компетентності»;

– *набули подальшого розвитку* методи, форми та засоби навчання основам здоров'я учнів початкових класів у навчально-виховному процесі загальноосвітньої школи.

Практичне значення одержаних результатів дослідження визначається: комплексним розв'язанням проблеми впровадження у навчально-виховний процес учнів початкових класів загальноосвітньої школи навчання основ здоров'я з використанням здоров'язбережувальних технологій, що забезпечують досягнення ефективного результату викладання предмета «Основи здоров'я», зокрема: знань, умінь, формування компетентності зі збереження здоров'я учнів, мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового способу життя.

Теоретичні та практичні напрацювання дисертаційної роботи *можуть бути використані* при проведенні аудиторних та позааудиторних занять зі студентами факультетів початкового навчання вищих навчальних педагогічних закладів, у процесі написання дипломних робіт, створенні навчальних програм, підготовці вчителів з «Основ здоров'я», а також протягом проходження педагогами планових курсів підвищення кваліфікаційного рівня.

Основні висновки, положення та результати дисертаційного дослідження, *впроваджено* в навчально-виховний процес Харківської гімназії № 6 «Маріїнська гімназія» Харківської міської ради Харківської області (довідка № 72 від 13.02.2012 р.), Харківської спеціалізованої школи I-III ступенів № 99 Харківської міської ради Харківської області (довідка № 197 від 09.04.2012 р.), Харківської загальноосвітньої школи I-III ступенів № 148 Харківської міської ради Харківської області (довідка № 173 від 04.04.2012 р.), Харківської загальноосвітньої школи I-III ступенів № 150 Харківської міської ради Харківської області (довідка № 547 від 03.11.2011 р.), використано в навчальних курсах «Методика викладання валеології в школі», «Валеологізація навчального процесу» та «Загальна валеологія» для студентів спеціальності «Валеологія» та «Здоров'я людини» філософського факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (довідка № 3801/179 від 25.10.2012 р.).

Апробація результатів дисертації. Основні положення, висновки та результати дисертаційного дослідження обговорювалися на засіданнях кафедри валеології та вченої ради філософського факультету ХНУ імені В. Н. Каразіна, під час виступів на конференціях різного рівня, а саме: на *міжнародних науково-практичних конференціях*: «Освіта та наука без кордонів» (Польща, Пшемисль, 2011), «Дні науки-2012», (Чехія, Прага, 2012), «Стратегічні питання світової науки-2012» (Польща, Пшемисль, 2012); *Всеукраїнських «Глухівські читання»* (Глухів, 2011, 2013), «Придніпровські соціально-гуманітарні читання: Всеукраїнської науково-практичної конференції» (Запоріжжя, 2012, Бердянськ, 2012, Кривий Ріг, 2012, Дніпропетровськ, 2012, Кам'янець-Подільський, 2013, Сімферополь, 2013, Бахчисарай, 2013, Мукачеве, 2013).

Публікації. Основний зміст дисертації викладено у 20 одноосібних публікаціях автора, з них: 6 статей – у провідних наукових фахових виданнях України (з них одна у наукометричному виданні); 14 статей – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел – 281 найменування, з яких 7 – іноземними мовами та додатків. Загальний обсяг дисертації становить 239 сторінок, з них основного тексту – 170 сторінка. Робота містить 23 таблиці та 13 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У *вступі* обґрунтовано актуальність і доцільність проблеми дослідження, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження, розкрито наукову новизну, практичне значення роботи, доведено вірогідність і наукову обґрунтованість отриманих результатів, зроблено висновки щодо апробації і впровадження результатів дисертації, подано інформацію про публікації та їхній обсяг, наведено дані про структуру та обсяг дисертації.

У першому розділі «*Теоретико-методичні основи навчання основам здоров'я учнів початкової школи*» на основі аналізу наукової літератури визначено особливості організації навчального процесу навчання основам здоров'я учнів початкової школи, надається сутність понять «здоров'я» та «здоров'язбережувальна компетентність», яка є результатом засвоєння учнями знань, умінь та навичок, відтворення їх у практичній діяльності, що є запорукою успішного навчання.

Визначення поняття «здоров'я» описано в роботах сучасних педагогів як *розвиток властивостей та якостей людини* (І. Смірнов, В. Кулініченко та інші), як *розвиток психосоціальних функцій* (В. Казначеев, Є. Кудрявцева та інші), як *можливість адаптуватись до змін навколишнього середовища* (Р. Баєвський та інші), як *фізичне благополуччя та довголіття* (А. Хріпкова), як *інтегральний стан фізичної, психічної, соціальної та духовної складових* (М. Гончаренко та інші), як *гармонійна єдність біологічних, психічних і трудових функцій* (С. Чикін, Г. Царегородцев та інші). За визначенням ВООЗ, здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб та фізичних дефектів.

У процесі проведеного наукового пошуку нами було з'ясовано, що засвоєння теоретичних знань про здоров'я, учнями може бути здійснене через оволодіння здоров'язбережувальною компетентністю, яка є важливим компонентом усіх видів діяльності школярів, тому її формування потрібно розпочинати з перших років навчання у школі.

Поняття «здоров'язбережувальної компетентності» у психолого-педагогічній літературі визначається як *інтегративна риса особистості* (О. Антонова, І. Рибіна, І. Патрушева та інші), як *готовність самостійно вирішувати завдання, пов'язані з підтримкою, зміцненням та збереженням здоров'я як свого, так і оточення* (І. Анохіна та інші), як *проведення профілактичних заходів і застосування здоров'язберігаючих технологій людьми, які знають закономірності процесу здоров'язбереження* (Н. Тамарська та інші), як *культуру здоров'я* (В. Горашук, С. Кириленко та інші), як *практичну реалізацію здорового способу життя* (О. Дубогай, В. Оржеховська, С. Присяжнюк, О. Шевчук та інші), як *здатність протистояти професійним деформаціям як складовим особистісної компетентності; здатність до індивідуального самозбереження, невіддатливість професійному старінню як складовій індивідуальної компетентності* (А. Маркова, Л. Мітіна та інші), *здатність особистості зміцнювати та укріплювати здоров'я* (Г. Грибан, О. Гутель, С. Присяжнюк та інші), *спеціальна система знань, умінь, навичок і ставлень* (Ю. Півненко та інші).

На наш погляд, формування здоров'язбережувальної компетентності учнів виявляється в таких аспектах: успішне навчання; психологічний комфорт при спілкуванні з однолітками; наявність цінностей і життєвих цілей, самореалізація особистості; достатній рівень здоров'я; усвідомлене ведення здорового способу життя; самоконтроль учинків і поведінки, її рефлексія; сформованість самооцінки.

Таким чином, *здоров'язбережувальна компетентність* – це інтегративна характеристика рівня навченості учня, яка складається з мотивації щодо ведення здорового способу життя, засвоєних знань, умінь, навичок, адекватної поведінки в динамічних умовах навчально-виховного процесу та побутового середовища, уміння діяти в різних сферах життєдіяльності (навчальній, побутовій, спортивній тощо).

Структурними компонентами здоров'язбережувальної компетентності є мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний.

Мотиваційний компонент здоров'язбережувальної компетентності учнів проявляється в розумінні доцільності використання своїх знань у практичній діяльності, розвиненості мотивів створення умов для здорового способу життя, усвідомленні важливості заходів профілактики захворювань та травматизму в побутових та навчальних ситуаціях. Він передбачає розвиток мотивів збереження та зміцнення здоров'я учнями, визначається критерієм сформованості в учнів початкової школи мотивації до подальшого розвитку здоров'язбережувальної компетентності. *Когнітивний* компонент свідчить про засвоєння учнями необхідних знань, зокрема, учні мають засвоїти знання про: здоров'я та особливості його формування, правила загартовування, режим дня та рухової активності, особливості харчування школярів. *Когнітивний* компонент здоров'язбережувальної компетентності свідчить щодо «сформованості знань з основ здоров'я», показниками якого є «повнота знань» та «характер засвоєння знань». *Діяльнісний* (практичний) компонент здоров'язбережувальної компетентності учнів пов'язаний з оволодінням ними елементарними уміннями та навичками збереження здоров'я. Насамперед ідеться про *основи раціонального харчування* (дотримання режиму харчування, визначення якості харчових продуктів, врахування користі для здоров'я окремих продуктів, складання свого харчового раціону); *режим рухової активності* (важливості занять фізичною культурою, руховими іграми, ранкової зарядки), *санітарно-гігієнічні навички* (догляду за зубами, шкірою, волоссям тощо); *режим праці та відпочинку* (уміння чергувати різні види активності, харчування, відпочинку); *ефективне спілкування* (уміння висловлювати свої думки та слухати інших, засвоєння мови жестів, міміки тощо), *співпереживання* (розуміння потреб та проблем інших людей, можливість висловлювати особливості свого стану та стану іншої людини).

Успішна реалізація набутих знань з основ здоров'я відбувається в практичному досвіді учнів, а саме уміннях та навичках, які відображені в *діяльнісному* компоненті здоров'язбережувальної компетентності через критерій «сформованості умінь та навичок здоров'язбереження», показниками якого є відтворення в практичній діяльності засвоєних знань та умінь, які формують здоровий спосіб життя.

Рефлексивний компонент здоров'язбережувальної компетентності складається з аналізу психофізіологічних можливостей учнів, причин та наслідків своїх дій, рівня небезпеки в надзвичайній ситуації та створенні алгоритму дії одному чи за допомогою дорослих, узгодження своєї поведінки з **навколишнім** середовищем,

уміння прогнозувати результат своїх вчинків. Він визначається критерієм «сформованості здатності до рефлексії учнів», який визначається показником аналізу поведінки та окремих вчинків учнів.

Кожен компонент здоров'язбережувальної компетентності має три рівні розвитку: високий, середній, низький. Життєво важливу здоров'язбережувальну компетентність учнів потрібно формувати впродовж усього навчально-виховного процесу початкової школи. Згідно з Держстандартом початкової освіти України, основи її закладаються предметами «Основи здоров'я» та «Фізична культура», що виконують низку завдань: формування в учнів основ знань щодо ведення здорового способу життя, правила виконання фізичних вправ, особливості взаємодії людини в суспільстві, приймання рішення щодо своїх вчинків, уміння проводити аналіз власного здоров'язбереження відповідно до фізіологічного стану організму та навколишнього середовища.

З'ясовано, що процес формування здоров'язбережувальної компетентності учнів є складним процесом, що відбувається під впливом навчально-виховного процесу в школі, спілкуванні з батьками, однолітками, під впливом засобів масової інформації тощо. Підкреслюється, що формування здоров'язбережувальної компетентності учнів дозволить чинити опір таким сучасним чинникам ризику в навчальному процесі, як природно низький потенціал здоров'я та схильність до астеничних проявів; синдром дефіциту уваги та гіперактивності; значне психоемоційне й інформаційне навантаження; відсутність або невідповідність режиму праці та відпочинку; порушення тривалості сну, шкідливі звички, недостатність рухової активності; низький рівень культури здоров'я учнів. Використання нових, цікавих і актуальних навчально-методичних прийомів взмозі вирішити завдання здоров'язбереження населення України та посилення потенціалу нації в цілому.

У другому розділі **«Методи й організація дослідження методики навчання основ здоров'я учнів початкової школи»** зроблено аналітичний огляд шляхів формування здоров'я підрастаючого покоління в психолого-педагогічній літературі України та інших країн, проведено паралелі з історичними педагогічними теоріями педагогів-класиків, висвітлено нові аспекти формування модулів навчальної дисципліни та використання методичних засобів, наведено детальне теоретичне обґрунтування експериментальної методики навчання основ здоров'я учнів початкової школи з використанням технологій цілісного мислення.

Країни Європейської Спільноти в навчальних планах шкіл мають предмети, які формують навички здорового способу життя переважно через розвиток фізичної складової здоров'я.

Нині в Україні проблема здоров'язбереження вирішується через розвиток законодавчої бази та освітні програми навчальних закладів («Основи здоров'я», «Фізичне виховання» та ін.).

Метою навчального предмета «Основи здоров'я» виступають збереження та зміцнення здоров'я, дбайливе ставлення до нього. Навчальна програма з «Основ здоров'я» складається з чотирьох наскрізних ліній: фізичне, психічне, соціальне та духовне здоров'я.

Предмет «Основи здоров'я» виконує низку завдань: формування в учнів основ знань про ведення здорового способу життя, проведення фізичних вправ, особливості взаємодії людини в соціумі, приймати рішення щодо своїх вчинків, вміння проводити аналіз власного здоров'язбереження відповідно до фізіологічного стану організму та навколишнього середовища.

Вивчення психолого-педагогічної літератури показало, що навчально-методичне забезпечення предмета «Основи здоров'я» складається з підручників для учнів, зошитів на друкованій основі для учнів, методичних посібників для вчителя, які не в змозі забезпечити в повній мірі формування здоров'язбережувальних умінь та навичок протягом навчально-виховного процесу. Деякі методичні матеріали більш відповідають курсу з фізичного виховання, низка зошитів зроблена таким чином, що без супроводу вчителя учень не зможе їх використовувати, є зошити, які більш розвивають навички малювання, не зупиняючись на формуванні висновків щодо теми уроку.

У дисертаційному дослідженні зроблено аналіз навчально-методичного забезпечення з навчального предмета «Основи здоров'я» таких авторів: надають перевагу опису фізкультурних вправ (В. Арєф'єв, О. Качеров та інші), містять опис традицій та особливостей життя української нації (А. Алатон), викладають навчальну інформацію в розповідях (Н. Бібік, Т. Бойченко, Н. Коваль, А. Манюк та інші), пояснюють навчальний матеріал через приклад позитивного казкового героя (М. Дубовис та інші), надають пояснення матеріалу програми через байки про здоровий спосіб життя (В. Шахненко та інші).

Додатково було проаналізовано передовий педагогічний досвід учителів Харківської області, методичні видання періодичного характеру з «Основи здоров'я». Аналіз передового педагогічного досвіду вчителів засвідчив, що більшість із них використовує фізкультурні розвантажувальні хвилини, аутогенні тренування, пальчикову гімнастику.

Проведений аналіз літератури встановив, що основними методами, які використовують учителі на уроках «Основи здоров'я», є читання учнями з підручника, групові методи створення та вирішення навчальних та проблемних ситуацій, перевірка домашнього завдання (вибіркова, фронтальна), тестування, розфарбовування малюнків, валеологічні та фізкультурні хвилини, складання та розгадування кросвордів та ребусів, інтегровані уроки з предметами «Природознавство», «Я і Україна», з виховними заходами, уроки-подорожі. Виявлено, що існує значна кількість педагогічних методів, спрямованих на оздоровлення учнів, але вони не мають системності.

У розділі зазначається, що сьогодні навчання основам здоров'я учнів початкової школи функціонує в умовах проблем традиційної педагогічної системи, яка базується на логічному поясненні матеріалу, перевантажуючи символічним матеріалом учнів, що викликає швидку втомлюваність, негативні емоції, погіршення психосоматичного стану з боку учасників навчально-виховного процесу в цілому. Альтернативою такого навчання є розроблена в дисертаційній роботі методика, яка базується на засадах поєднання образного та логічного мислення, яка сприятиме

створенню атмосфери творчої активності, підвищуватиме зацікавленість учнів до виконання завдань, навчальну ініціативність та самостійність.

В основі методики навчання основам здоров'я учнів початкової школи були принципи: доступності, свідомості та активності, принцип наочності, принцип єдності навчання та виховання.

В експериментальній методиці нами було використано наступні *форми навчання*: групові, колективні. Основною формою організації проведення методики були уроки засвоєння нових знань, застосування отриманих знань на практиці, закріплення та узагальнення, комбіновані уроки.

Уроки мали такі *етапи* проведення: формулювання мети та завдань уроку, мотивація до навчання, релаксаційний етап, вивчення нового матеріалу, підсумковий етап. Відповідно віку учнів та особливостей навчального матеріалу тривалість кожного етапу змінювалась.

Методами навчання учнів при вивченні нового матеріалу були такі: словесне навчання (пояснення вчителя), методи передачі навчальної інформації через практичні дії (вирішення проблемних завдань), метод словесного навчання в стані релаксації (пояснення вчителя в повільному темпі).

Ця методика використовує надбання технології розвивального навчання, яке сприяє розвитку теоретичного мислення при навчанні основам здоров'я, а також опорні образи, які є похідними від ноосферної освіти, враховуючи особливості функціонування двох півкуль мозку в гармонійній взаємодії.

Перша частина спрямована на розвиток інтелектуального компоненту здоров'язбережувальної компетентності, друга частина – на навчання учнів розпізнавати різні емоційні стани, вміти контролювати свої почуття, своєчасно реагувати на стресові чинники, створюючи відповідну модель поведінки.

Складовими експериментальної методики є навчання *технології релаксації* на початку навчального заняття, що дозволяє учням засвоювати навички самоконтролю почуттів, нейтралізації стресових чинників; *розвивальні завдання на розвиток логічного мислення* (створи правильну послідовність своїх дій), *на розвиток образного мислення* (навчання необхідним ЗУН для дії у нестандартних ситуаціях, коли зовнішні умови завжди змінюються). Методика розрахована на впровадження викладання «Основ здоров'я». Окремі компоненти експериментальної методики нами було впроваджено в інші предмети навчального циклу початкової школи та при роботі групи продовженого дня. Важливість засвоєння методики обумовлює необхідність безперервного використання її елементів протягом навчального процесу, підготовку домашніх завдань, спілкування між учнями, що дозволить сформулювати здоровий спосіб життя.

У третьому розділі «**Експериментальна перевірка методики навчання основам здоров'я учнів початкової школи**» нами була розроблена структурно-функціональна модель методики навчання основам здоров'я учнів початкових класів із використанням здоров'язбережувальних технологій. Вона представлена на рис. 1, і є результатом аналізу психолого-педагогічного дослідження із проблеми навчання основ здоров'я учнів початкової школи, емпіричного досвіду навчання основ здоров'я учнів означеної категорії та власного наукового пошуку.



Рис. 1. Структурно-функціональна модель методики навчання основам здоров'я учнів початкових класів

Отже, структурно-функціональна модель є оптимальним відображенням досліджуваного процесу, з одного боку, відбиває логіку педагогічної діяльності щодо постійного і цілеспрямованого застосування в навчально-виховному процесі учнів цієї категорії початкової школи здоров'язбережувальних технологій, а з іншого – дає змогу глибше, конкретніше на більш складних теоретичних рівнях дослідити проблему.

Протягом педагогічного експерименту було проведено дослідження показників мотиваційного компоненту. Результати дослідження щодо інтересу учнів до питання здоров'я, як частини мотиваційного компоненту здоров'язбережувальної компетентності наведено на рис. 2, табл. 1-4 (стор.11-13). Результати опитування показали, що 54,2 % учнів експериментальної групи та 53,7% контрольної групи виявили інтерес до питання здоров'язбереження середнього рівня, 29,6 % учнів в

експериментальній групі та 31,4% в контрольній відносяться до рівня, інтерес яких виявився високим; 16,2% учнів експериментальної групи та 14,9 % контрольної мають низький рівень інтересу до питань основам здоров'я. Можливо, це пов'язано з відсутністю інтересу або низьким інтересом до навчання в школі, де такі учні мають проблеми щодо навчання зокрема.

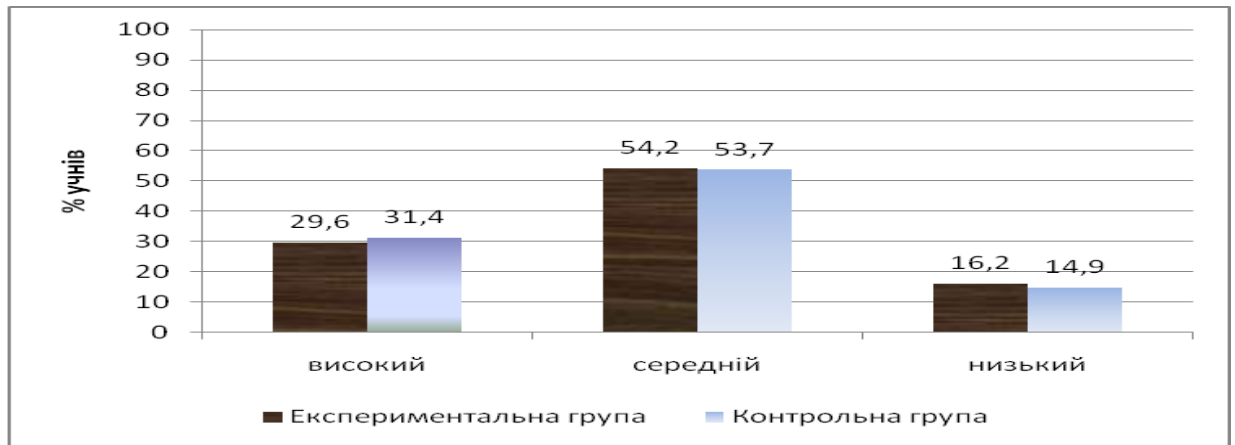


Рис. 2. Результати опитування учнів щодо їх інтересу до особистого здоров'я

Таблиця 1

Порівняльна характеристика впливу методики занять на показники мотиваційного компоненту дівчаток 2-х класів

Групи дослідження	Стат. показ.	Усереднені дані		Результати анкети 1		Результати анкети 2	
		до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці
Експериментальна група	M	17,6	19,5	18,0	19,2	18,1	19,8
	± m	0,47	0,51	0,63	0,60	0,45	0,51
	t		3,87		1,96		3,54
	p		< 0,001		< 0,05		< 0,001
Контрольна група	M	17,7	19,0	17,1	17,5	18,1	19,1
	± m	0,45	0,50	0,53	0,49	0,45	0,45
	t		2,70		0,78		2,22
	p		< 0,01		> 0,5		< 0,05

Аналіз даних мотиваційного компоненту учнів 2-х класів (табл. 1, 2) свідчить, що експериментальна методика значно ефективніша від загальноприйнятої. Зокрема, усереднені дані, а також дані опитування учнів свідчать про високий рівень статистичної вірогідності на кінець навчального року кожної статі. У контрольній групі статистична вірогідність спостерігається лише в дівчаток, тоді як у хлопчиків помітна лише тенденція щодо покращення.

Таблиця 2

**Порівняльна характеристика впливу методики занять
на ефективність навчання хлопчиків 2-х класів**

Групи дослідження	Стат. показ.	Усереднені дані		Результати анкети 1		Результати анкети 2	
		до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці
Експериментальна група	M	17,5	20,2	17,5	19,8	17,6	20,3
	± m	0,60	0,59	0,66	0,66	0,67	0,61
	t		4,50		3,48		4,21
	p		< 0,001		< 0,001		< 0,001
Контрольна група	M	17,7	18,7	17,4	17,9	18,5	19,7
	± m	0,72	0,85	0,88	0,98	0,69	0,83
	t		1,28		0,53		1,57
	p		> 0,2		> 0,5		> 0,2

Подібна ситуація спостерігається і в школярів 4-го класу, але з деякою відмінністю (табл. 3-4).

Таблиця 3

**Порівняльна характеристика впливу методики занять
на ефективність навчання дівчаток 4-х класів**

Групи дослідження	Стат. показ.	Усереднені дані		Результати анкети 1		Результати анкети 2	
		до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці
Експериментальна група	M	17,7	19,4	18,0	18,9	18,6	19,6
	± m	0,49	0,52	0,65	0,54	0,55	0,50
	t		3,33		1,52		1,92
	p		< 0,001		> 0,2		> 0,1
Контрольна група	M	18,4	18,7	17,9	17,9	18,4	19,2
	± m	0,49	0,49	0,59	0,59	0,52	0,51
	t		0,61		0		1,53
	p		> 0,5				> 0,2

Таблиця 4

**Порівняльна характеристика впливу методики занять
на ефективність навчання хлопчиків 4-х класів**

Групи дослідження	Стат. показ.	Усереднені дані		Результати анкети 1		Результати анкети 2	
		до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці	до початку експерименту	наприкінці
Експериментальна група	M	18,5	21,6	18,4	20,0	19,5	21,3
	± m	0,69	0,62	0,83	0,74	0,80	0,69
	t		4,78		2,05		2,43
	p		< 0,001		< 0,05		< 0,02
Контрольна група	M	17,9	18,9	17,7	18,4	18,4	19,0
	± m	0,69	0,70	0,82	0,76	0,73	0,74
	t		1,42		0,88		0,82
	p		> 0,2		> 0,5		> 0,5

Так, якщо статистична вірогідність результатів мотиваційного компоненту виявлена у дівчаток експериментальної групи в усереднених даних ($p < 0,001$), а у варіантах анкетного опитування лише спостерігається тільки тенденція щодо покращення ($p > 0,1$), то в хлопчиків високий рівень статистичної вірогідності ми отримали впродовж усього періоду дослідження (від $p < 0,05$ до $p < 0,001$). В контрольній групі обох статей упродовж навчального року спостерігається лише тенденція щодо покращення мотиваційного компоненту ($p > 0,5$).

На *формульованому етапі* педагогічного експерименту нами було проведено аналіз впливу експериментальної методики на компоненти здоров'язбережувальної компетентності учнів (таблиця 5). Найбільший вплив експериментальна методика мала на *мотиваційний компонент* здоров'язбережувальної компетентності, критерієм якого є рівень сформованості до розвитку здоров'язбережувальної компетентності з такими показниками, як «мотивація навчання здоровому способу життя» (приріст +14,5%) у групі учнів високого рівня розвитку мотивації, «інтересу учнів початкової школи до питань здоров'язбереження» (серед учнів високого рівня розвитку інтересу – позитивний приріст +5%, середнього рівня - +5,1%).

Таблиця 5

Узагальнені результати впровадження експериментальної методики навчання основ здоров'я учнів початкової школи (абсолютні одиниці, кількість осіб) (n-678)

Рівень	Експериментальна група до експерименту		Контрольна група до експерименту		Експериментальна група після експерименту		Контрольна група після експерименту		Загальний приріст за рівнями, (%)	
	особи	%	особи	%	особи	%	особи	%	ЕГ	КГ
Сформованість здоров'язбережувальної компетентності										
Низький	52	15,9	53	15,0	20	6,1	45	12,8	-9,8*	-2,2
Середній	180	55,0	188	53,6	199	60,8	192	54,7	+5,8*	-1,1
Високий	95	29,1	110	31,4	108	33,1	114	32,5	+4*	+1,1
Всього	327	100	351	100	327	100	351	100	-	-

*- статистично достовірні

У контрольній групі тенденція щодо поліпшення компоненту є, але вона менша. Другим компонентом, на якому ефективно прослідковується вплив експериментальної методики, є *когнітивний*, критерієм якого була сформованість в учнів знань здоров'язбереження. Так, серед учнів, які мають «повні знання», відзначено позитивну динаміку на 9,1 %. Аналіз динаміки «засвоєння знань учнів» вказує, що учнів, які засвоїли знання на високому та достатньому рівні, збільшилось на 6,9 % та 3,9 % відповідно. Рівень змін когнітивного компоненту контрольної групи виявився меншим, ніж в експериментальній. *Практичний* компонент здоров'язбережувальної компетентності також набув позитивної динаміки в експериментальній групі за показниками «рівня стресостійкості» на 13,5 %, а в контрольній групі лише на 5,2 %. За критерієм «працездатності» позитивна динаміка виявлена в експериментальній групі на 13,9 %, а в контрольній групі лише на 8,7 %.

За критерієм «сформованості здоров'язбережувальних умінь і навичок учнів» в експериментальній групі відбулося збільшення динаміки на 10,6 %, а в контрольній групі лише на 3,4 %.

Рефлексивний компонент здоров'язбережувальної компетентності складався з критерію «сформованості учнів до здійснення рефлексії своєї діяльності», позитивна динаміка високого рівня в учнів експериментальної групи збільшилась на 10,9 %, тоді як у контрольній групі лише на 1,3 %. Результати формувального етапу дослідження вказують на ефективність упровадження експериментальної методики навчання основ здоров'я учнів початкової школи.

ВИСНОВКИ

1. Здійснено теоретичний аналіз науково-педагогічних джерел з проблеми навчання основам здоров'я учнів початкової школи, який встановив, що навчання здоров'я учнів відбувається протягом усього навчально-виховного процесу, проводиться при взаємодії вчителів, батьків та учнів.

Системний аналіз літературних джерел дозволив установити, що навчання основ здоров'я учнів початкової школи відбувається шляхом засвоєння ними навчальних дисциплін «Основ здоров'я» та «Фізична культура» через розуміння учнями значення здоров'я та поетапного формування здоров'язбережувальної компетентності.

2. Визначено сутність та структуру здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи, як результат вивчення ними основ здоров'я. Аналіз сучасної психолого-педагогічної літератури засвідчує, що формуванню здоров'язбережувальної компетентності сприяє систематизоване застосування здоров'язбережувальних технологій, профілактичних заходів, усвідомлення здорового способу життя в цілому. Проблема формування здоров'язбережувальної компетентності виявилась мало дослідженою в учнів шкіл, особливо початкових класів, коли разом з навчальною діяльністю учнів мають бути закладені основи подальшого фундаменту успішного навчання, спілкування, адекватної самооцінки тощо.

Отже, здоров'язбережувальна компетентність – це інтегративна характеристика рівня навченості учня, яка складається з мотивації до ведення здорового способу життя, засвоєних знань, умінь, навичок, адекватної поведінки в динамічних умовах навчального та побутового середовища, уміння діяти в різних сферах життєдіяльності (навчальній, побутовій, спортивній тощо).

Структурними компонентами здоров'язбережувальної компетентності є мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний. *Мотиваційний* компонент передбачає розвиток мотивів збереження та зміцнення здоров'я учнями, визначається критерієм сформованості в учнів початкової школи мотивації до подальшого розвитку здоров'язбережувальної компетентності. *Когнітивний* компонент свідчить про засвоєння учнями необхідних знань, що було визначено за допомогою критерію «сформованості знань з основ здоров'я», показниками якого є «повнота знань» та «характер засвоєння знань». *Діяльнісний* (практичний)

компонент здоров'язбережувальної компетентності учнів пов'язаний з оволодінням ними елементарними вміннями та навичками збереження здоров'я (*основи раціонального харчування, рухової активності, санітарно-гігієнічні навички, режим праці та відпочинку*). Рефлексивний компонент здоров'язбережувальної компетентності визначається критерієм «сформованості здатності до рефлексії учнів», який визначається показником аналізу поведінки та окремих вчинків учнів. Кожен компонент здоров'язбережувальної компетентності має три рівні розвитку: високий, середній, низький.

3. Науково обґрунтовано та розроблено методику навчання основам здоров'я учнів початкової школи, синтезовану з елементів цілісного мислення (релаксаційні компоненти) та розвивального навчання (проблемних методів), які в сукупності надали обсяг знань, що відповідає навчальній програмі та навичкам організації навчальної діяльності учнів початкової школи.

Експериментальна методика навчання основам здоров'я учнів початкової школи доповнила традиційне викладання предмета «Основи здоров'я» та його міжпредметних зв'язків з іншими предметами навчального циклу початкової школи, методами, які сприяли підвищенню усвідомлення важливості формування та збереження здоров'я в учнів. Експериментальна методика навчання основ здоров'я учнів початкової школи передбачає різноманітність форм навчання для учнів різного типу сприйняття інформації (візуал, аудіал, кінестетик).

4. Експериментально перевірено методику навчання основ здоров'я учнів початкової школи та визначено її ефективність. Було виявлено позитивну динаміку здоров'язбережувальної компетентності учнів експериментальної групи на 10,1 %, у якій мотиваційний компонент підвищився 14,3 %, когнітивний компонент на 6,9 %, практичний – на 5,6 %, рефлексивний на 7,5 %). Показники контрольної групи виявилися нижчими, ніж в експериментальній групі.

Виявлено позитивний вплив на показники здоров'я учнів початкової школи, а саме на показник стресового навантаження: зменшення соматовегетативних розладів, тривоги та млявості в експериментальній групі, а також збільшення кількості учнів у групі високої працездатності на уроці та достатнього рівня концентрації уваги. У контрольній групі показники здоров'я учнів мають чітку тенденцію зниження працездатності та концентрації уваги, збільшенню кількості стресових ознак. Достовірне збільшення загального середнього рівня здоров'язбережувальної компетентності учнів визначено на мотиваційному та когнітивному показниках в експериментальній групі ($p < 0,05$ до $p < 0,001$).

Доведено, що використання експериментальної методики навчання основ здоров'я учнів початкової школи практично за всіма показниками забезпечило підвищення рівня здоров'язбережувальної компетентності учнів за мотиваційним, когнітивним, практичним, рефлексивним компонентами. *Це дало змогу розробити методичні рекомендації для вчителів з «Основ здоров'я» та вчителів початкової школи.*

Проведене нами дослідження не вирішує усіх питань формування здоров'язбережувальної компетентності в учнів початкової школи. Перспективність подальших досліджень убачаємо у розробці гендерних програм навчання основ

здоров'я учнів, індивідуальних програм для учнів з фізичними вадами, подальше дослідження досвіду методичного арсеналу вітчизняних та закордонних педагогів, продовження експериментальних досліджень серед учнів середньої та старшої школи різнопрофільних загальноосвітніх навчальних закладів.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні результати дисертації

1. Удовенко М. А. Сучасні підходи до навчання основ здоров'я учнів початкової школи / М. А. Удовенко // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи: зб. наук. праць. – Х.: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2011. – Вип. 36. – С.155-160.

2. Удовенко М. А. Використання методики цілісного мислення у викладанні шкільного предмету «Основи здоров'я». / М. А. Удовенко // Теорія та методика навчання і виховання: зб. наук. праць. – Х.: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2012. – Вип. 32.– С. 176-182.

3. Удовенко М. А. Методика формування цілісного мислення та її використання у навчанні основ здоров'я учнів початкової школи / М. А. Удовенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту / ХДАДМ. – Харків, 2012. – № 10. – С. 64-66.

4. Удовенко М. А. Сутність методики формування цілісного мислення та особливості її використання при викладанні основ здоров'я у початковій школі / М. А. Удовенко // Вісн. Харк. нац. ун-ту імені В. Н. Каразіна. Серія: Валеологія: сучасність і майбутнє (Теорія та методика навчання фізичній культурі та основам здоров'я): зб. наук. пр. – Харків, 2012. – № 996. – С. 53-57.

5. Удовенко М. А. Сутність методики формування цілісного мислення в учнів початкової школи / М. А. Удовенко // Імідж сучасного педагога. Всеукр. науково-практич. осв.- поп. журнал. – Полтава, 2012. – № 10. – С. 49-51.

6. Удовенко М. А. Особливості використання методики формування цілісного мислення у навчальному процесі початкової школи // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи: зб. наук. праць ХНПУ імені Г. С. Сковороди. – Харків, 2014. – Вип. 42. – С. – 39-43. (Збірник зареєстровано в міжнародних каталогах періодичних видань та базах даних: Google Scholar, Index Copernicus, OCLC WorldCat, Open Academic Journal Index (OAJI), Research Bible, BASE)

Опубліковані роботи апробаційного характеру

7. Удовенко М. А. Формування здорового способу життя школярів в умовах навчального закладу / М.С. Гончаренко, М. А. Удовенко // Сучасний стан, проблеми й перспективи формування здорового способу життя студентів та молоді: зб. тез доповід. всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 25-26 березня 2008 р.). – Х: ХГПІ, 2008. – С. 23-26.

8. Удовенко М. А. Біоадекватні технології навчання – освітні технології майбутнього/ М.А. Удовенко // Глухівські наукові читання – 2011: матер. міжнар.

наук-практ. конф. мол. учених та студ., (Глухів, 15-17 лист.2011р.). – Глухів. 6 РВВ ГНПУ імені О. Довженка, 2011. – С. 198-199.

9. Удовенко М. А. Біоадеватне навчання: сутність, переваги та перспективи / Udovenko M. // Material VII Miedzynarodowej naukowii-praktycznej konferencji «Wykształcenie I nauka bez granic – 20011» Volume 19. Pedagogiczne nauki : Przemysl. Nauka I studia. – S. 13-15.

10. Удовенко М. А. Особливості методики навчання основ здоров'я учнів початкової школи. / М. А. Удовенко // Стратегічні питання світової науки – 2012: зб. наук. праць VIII міжнар. наук.-практ. конф.(Пшемисль, 07.02.2012-15.02.2012). – Пшемисль, 2012. – С. 6-8.

11. Удовенко М. А. Методологічні особливості викладання «Основ здоров'я» учнів початкової школи. / М. А. Удовенко // Дні науки – 2012: VIII зб. наук. праць міжнар. наук.-практ. конф. (Прага, 27.03.2012-05.04.2012). – Прага, 2012. – С. 6-7.

12. Удовенко М. А. Проблемні аспекти освіти в Україні / М. А. Удовенко // Придніпровські соц.-гум. читання. Запорізька сесія. : матер. I всеукр. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 11 квітня 2012р.). – Запоріжжя, 2012. – С. 163.

13. Удовенко М. А. Методика формування цілісного мислення як шлях до збереження здоров'я підростаючого покоління / М. А. Удовенко // Сучасні соціально-гуманітарні дискурси: матер. II всеукр.наук.конфер. з міжнар. участю. (м. Дніпропетровськ, 20 жовтня 2012 р.) у 3-х частинах. – Д., 2012. – ч.1. – С. 99-101.

14. Удовенко М. А. Дослідження особливостей мислення учнів початкової школи в процесі вивчення навчального предмету «Основи здоров'я» / М. А. Удовенко // Придніпровські соціально-гуманітарні читання: матеріали Бердянської сесії I Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Бердянськ, 22 вересня 2012 р.). – Бердянськ, 2012. – ч.1. – С. 145-147.

15. Удовенко М. А. Проблема формування здорового способу життя підростаючого та молодого покоління як необхідна умова успішного безперервного розвитку України. / М. А. Удовенко // Придніпровські соціально-гуманітарні читання: матеріали Криворізької сесії I Всеукраїнської науково-практичної конференції з Міжнарод. участю (м. Кривий Ріг, 24 листопада 2012 р.). – Кривий Ріг, 2012. – ч. 4. – С. 137-138.

16. Удовенко М. А. Здоров'язбережувальні технології в навчальному процесі початкової школи. / М. А. Удовенко // Педагогіка здоров'я: збірник наукових праць II Всеукр. наук.-практ. конф. (8 квітня 2012 р. – Харків:, ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2012. – С. 306-307.

17. Удовенко М. А. Педагогічні умови реалізації методики навчання основ здоров'я / М. А. Удовенко // Науковий діалог «Схід-Захід»: матер. II всеукр. наук. конф. з міжнар. участю (Бахчисарай, 12 жовтня 2013 р.). – Бахчисарай, 2013. – ч.4. – С.193-195.

18. Удовенко М. А. Новітні технології навчання – шлях до збереження здоров'я підростаючого покоління. / М. А. Удовенко // Глухівські наукові читання – 2013: матер. між нар .наук-практ. конф. мол. учених та студ., (Глухів: РВВ ГНПУ імені О. Довженка 15-17 листопада 2013р.). – Глухів, 2013. – С.147.

19. Удовенко М. А. Синдром дефіциту уваги та гіперактивності як педагогічна проблема. / М. А. Удовенко // Педагогічні традиції та інновації в сучасному освітньому просторі: матер. всеукр. наук. конф. з міжнар. участю. (м. Мукачеве, 23 листопада 2013 р.). – Мукачеве, 2013. – С. 139-140.

20. Удовенко М. А. Методичні засади створення методики основ здоров'я / М. А. Удовенко // Науковий діалог «Схід-Захід» : матер. всеукр. наук. конф. з міжнар. участю. (м. Кам'янець-Подільський, 10 липня 2013 р.). – Кам'янець-Подільський, 2013. – С. 198-201.

АНОТАЦІЇ

Удовенко М.А. Методика викладання основ здоров'я учнів початкової школи. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна МОН України, Харків, 2016.

Дисертація є експериментальним дослідженням впровадження методики основ здоров'я учнів початкової школи в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів.

У роботі науково обґрунтовано й експериментально перевірено ефективність впровадження методики навчання основам здоров'я учнів початкової школи. Після проведення експериментальних уроків учні експериментальної групи мали зростання за всіма показниками здоров'язбережувальної компетентності, найбільш чутливими виявилися мотиваційний та когнітивний компоненти, статистична обробка одержаних даних виявила достовірність у порівнянні з контрольною групою даних. Також виявлена позитивна динаміка показників практичного та рефлексивного компонентів з здоров'язбережувальної компетентності учнів, їх зацікавленість до вивчення навчального предмета «Основи здоров'я». Загальна тенденція дослідження вказує на позитивну динаміку показників здоров'я та здоров'язбережувальної компетентності, що відзначає доцільність упровадження методики в цілому або її окремих елементів в інші предмети навчального циклу початкової школи.

Ключові слова: здоров'я, учні, методика, цілісне мислення, здоров'язбережувальна компетентність, початкова школа.

Удовенко М.А. Методика изучения основ здоровья учащихся начальной школы. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина МОН Украины, Харьков, 2016.

Диссертация является экспериментальным исследованием внедрения методики обучения основ здоровья учащихся начальной школы в учебно-воспитательный процесс общеобразовательных учебных заведений.

На основе анализа научной литературы установлено, что результатом освоения методики изучения основ здоровья учащимися является здоровьесберегающая компетентность. В процессе исследования уточнены критерии и показатели здоровьесберегающей компетентности учащихся младшей школы: мотивационного (понимание учащимися важности изучения методов поддержки своего здоровья), когнитивного (усвоение учащимися необходимых для применения в практической деятельности знаний и представлений о здоровье человека и потенциальных факторах риска), деятельностного (овладение учащимися необходимыми умениями и навыками: санитарно-гигиеническими, социальными), рефлексивного компонентов (личностные качества, необходимые учащимся для осуществления жизнедеятельности, предупреждающей неблагоприятные факторы, повышающей возможности здоровьесбережения).

Установлено, что в методической литературе существуют учебно-методические комплекты по методике обучения основам здоровья, состоящие из учебных пособий (тетради на печатной основе и учебника) для учащихся, методических рекомендаций для педагогов.

Обоснована необходимость трансформации существующих методик изложения учебного материала обучения основам здоровья в методику, интегрирующую цикл учебных предметов начальной школы и дающую результат в виде формирования здоровьесберегающей компетентности учащихся, которая является одной из жизненноважных компетенций в целом, являющейся фундаментом для успешной жизнедеятельности и обучения. Научно обоснована теоретическая база экспериментальной методики и ее составляющих.

Исследованием было охвачено 678 учащихся (327 человек экспериментальной группы и 351 человек контрольной группы). После проведения экспериментальных уроков учащиеся экспериментальной группы имели рост по всем показателям здоровьесберегающей компетентности, наиболее чувствительными оказались мотивационный и когнитивный компоненты, статистическая обработка данных выявила достоверные отличия по сравнению с контрольной группой. Также выявлена положительная динамика показателей практического и рефлексивного компонентов здоровьесберегающей компетентности учащихся экспериментальной группы, значительно увеличился интерес к изучению учебного предмета «Основы здоровья». Общая тенденция исследования указывает на положительную динамику показателей здоровья и здоровьесберегающей компетентности учащихся экспериментальной группы отмечает. Полученные результаты свидетельствуют о целесообразности внедрения методики в целом или ее отдельных элементов в другие предметы учебного цикла начальной школы.

В процессе исследования уточнены критерии и показатели здоровьесберегающей компетентности учащихся младшей школы: мотивационного, когнитивного, деятельностного, рефлексивного компонентов.

Ключевые слова: здоровье, ученики, методика, целостное мышление, здоровьесберегающая компетентность, начальная школа.

Udovenko M.A. Methods of teaching foundations of health elementary school students. – Manuscript.

The thesis for Candidate degree of Pedagogical Sciences, in specialty 13.00.02 – Theory and Methods of Teaching (Physical Education, Rudiments of Health). – V. N. Karazin Kharkiv National University, Ministry of Education and Science of Ukraine, Kharkiv, 2016.

The dissertation is an experimental introduction to research methods foundations of health primary school pupils in the schools educational process.

In the scientific work it's proved to substantiate and experimentally verified the effectiveness of the implementation of the methods of teaching the basics of health elementary school pupils. After the lessons, pupils in the experimental group revealed increase in all health indicators espiriualidad competence, the most sensitivity was motivational and cognitive components, statistical processing of data revealed the accuracy of the data. Also positive dynamics of indicators of practical and reflective components espiriualidad health competence of pupils and their interest in subject "Rudiments of Health ". The General trend of the research indicates positive dynamics of indicators of health and health espiriualidad competence, notes the feasibility of implementing the methodology as a whole or its separate elements in other items of the learning in primary school.

Keywords: health, pupils, technique, holistic thinking, healthcare competence, primary school.