

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра спортивної медицини, здоров'я людини

Хавелко Г.С.

**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ТА СТРУКТУРУВАННЯ ПІДРУЧНИКА З
ПРЕДМЕТУ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я»**

Лекція з навчальної дисципліни

„Методика навчання основ здоров'я ”

для студентів спеціальності 014.14 Середня освіта (здоров'я людини)

“ЗАТВЕРДЖЕНО”

на засіданні кафедри спортивної
медицини, здоров'я людини

„28” серпня 2019 р. Протокол № 1

Зав.каф _____ Шиян О.І.

Львів 2019

Тема 5. НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ТА СТРУКТУРУВАННЯ ПІДРУЧНИКА З ПРЕДМЕТУ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я».

План

1. Мета навчального предмету «Основи здоров'я»
2. Програми інтегрованого предмета «Основи здоров'я»
3. Структура навчальної програми з «Основи здоров'я»

Мета навчального предмету «Основи здоров'я»

В умовах школи період пізнього дитинства та ранній підлітковий період (6-15 років) є вирішальними моментами для можливості сформувати навички та позитивні звички. У цей період діти розвивають здатність думати абстрактно, розуміти наслідки, співвідносити себе з ровесниками по-новому, а також розв'язувати проблеми, бо відчують себе більш незалежними від батьків і краще контролюють власне життя.

Закон України «Про загальну середню освіту» одним з головних визначає завдання виховання свідомого ставлення учнів до свого здоров'я та здоров'я інших, формування засад і гігієнічних навичок здорового способу життя, збереження і зміцнення їх фізичного, психічного здоров'я. Ці ж завдання визначені й у Державних стандартах початкової та базової і повної середньої освіти.

Одним із шляхів досягнення цієї мети є навчання школярів відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я людей, що їх оточують, як до найвищих індивідуальних і суспільних цінностей, формування через освіту здорового способу життя.

Пізнання, активна соціалізація, вплив на формування системи цінностей суспільства й усвідомлене сприйняття навколишнього світу розпочинається з виховання в загальноосвітньому навчальному закладі.

Саме з цією метою вивчається навчальний предмет «Основи здоров'я». За своїм призначенням, змістом і методами навчання він суттєво відмінний від інших предметів.

ОСОБЛИВОСТІ ПРЕДМЕТА «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Особливості предмета «Основи здоров'я» визначаються:

- необхідністю впливати на свідомість і поведінку учнів. Ця теза ґрунтується на визнанні того, що якість життя людини, її здоров'я, безпека і благополуччя найбільше залежать від її поведінки та способу життя;

- навчально-виховні впливи слід спрямовувати на формування у дітей позитивних цінностей, знань, ставлень, умінь і навичок, які зменшать ризик виникнення поведінкових проблем і підвищать їх особистісний потенціал для гармонійного розвитку та життєвого успіху;

- для посилення мотивації та ефективності навчання необхідно послідовно впливати на шкільну політику і створювати сприятливе середовище.

Основними документами, які визначають вимоги до змісту освіти, є Державний стандарт початкової загальної освіти (затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 20.04.2011 № 462) та Державний стандарт базової та повної загальної середньої освіти (затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 23.11.2011 № 1392).

Типові навчальні плани містять інваріантну частину, сформовану на державному рівні, спільну для всіх загальноосвітніх навчальних закладів незалежно від підпорядкування і форм власності.

Типовими навчальними планами для загальноосвітніх навчальних закладів у 2012/2013 навчальному році на вивчення предмета «Основи здоров'я» в інваріантній складовій передбачено:

- у 1-4 класах - 1 година на тиждень;
- у 5-6 класах – 1 година на тиждень;
- у 7-9 класах - 0,5 години на тиждень.

Кількість годин на вивчення предмета може бути збільшена за рахунок варіативної частини навчального плану, що, в свою чергу, надає можливість поширення і поглиблення змісту тем, що вивчаються. Зміни у програмі мають бути погоджені педагогічною радою навчального закладу.

Навчальний предмет «Основи здоров'я» поєднує елементи знань про збереження і захист життя та зміцнення здоров'я. Навчання здійснюється за навчальними програмами «Основи здоров'я» для 1-4 класів («Затверджено Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України», наказ МОН від 12.09.2011 № 1050) та навчальною програмою «Основи здоров'я» для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів («Рекомендовано Міністерством освіти і науки України», лист МОН від 23.12.2004 №1/11-1166).

ПРОГРАМИ ІНТЕГРОВАНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я»

Програми інтегрованого предмета «Основи здоров'я» мають на меті формування в учнів свідомого ставлення до свого життя і здоров'я, оволодіння основами здорового способу життя, зокрема профілактику адитивної поведінки. Вони побудовані на основі інтегрованого поєднання елементів знань щодо збереження й захисту життя та зміцнення здоров'я людини за концентричним принципом, тобто у різні періоди навчання повторюється вивчення окремих тем з розширенням та поглибленням їх змісту.

Під час навчання на уроках з основ здоров'я учні набувають знання, життєві навички щодо стійкої мотивації здорового способу життя. Це дозволяє їм стати повноцінними членами суспільства і захистити від життєвих помилок.

Мета інтегрованого предмета «Основи здоров'я»: формування в учнів свідомого ставлення до свого життя і здоров'я, оволодіння основами здорового способу життя, життєвими навичками безпечної для життя і здоров'я поведінки.

Завдання предмета:

- формування в учнів мотивації до дбайливого ставлення до життя і здоров'я;
- формування у школярів стійких переконань щодо пріоритету здоров'я як основної умови реалізації фізичного, психічного, соціального та духовного потенціалу людини з урахуванням її індивідуальних особливостей;
- виховання у підлітків бережливого, дбайливого та усвідомленого ставлення до власного здоров'я як однієї з найвищих людських цінностей, потреби самопізнання та всебічного самовдосконалення;

- ознайомлення учнів з основними принципами та закономірностями життєдіяльності людини в природному та соціальному середовищах, спрямованої на збереження життя і зміцнення здоров'я;

- формування в учнів сталої мотиваційної установки на здоровий спосіб життя як провідної умови збереження і зміцнення здоров'я;

- ознайомлення учнів з основними принципами, шляхами й методами збереження життя і зміцнення усіх складових здоров'я;

- навчання учнів методам самозахисту в умовах загрози для життя;

- навчання учнів методам самооцінки і контролю стану і рівня здоров'я протягом усіх років навчання;

- розвиток життєвих навичок учнів, спрямованих на заохочення вести здоровий спосіб життя.

Навчальна програма побудована на основі інтегрованого поєднання елементів знань щодо збереження і захисту життя та зміцнення здоров'я людини.

Зміст тем розгорнуто відповідно до Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти. До кожного розділу програми визначені обов'язкові результати навчання, спрямовані на досягнення учнями здоров'язберігаючої, соціальної, загальнокультурної та іншої компетенції.

Конкретним результатом навчання має бути розвиток життєвих (психосоціальних) навичок учнів, зокрема, уміння прийняття рішень, розв'язання проблем, творчого та критичного мислення, спілкування, самооцінки та почуття гідності, протистояння негативному психологічному впливові, подолання емоцій та стресу, а також розвиток співчуття і відчуття себе як громадянина.

Зміст програми структурована за чотирма розділами, що представлені в програмах для кожного класу:

- 1) Життя і здоров'я людини.
- 2) Фізична складова здоров'я.
- 3) Соціальна складова здоров'я.
- 4) Психічна і духовна складові здоров'я.

Серед різних тематик, що розкривають сутність складових здоров'я, принципи, шляхи й методи його збереження та зміцнення, є проблема статевого виховання учнівської молоді. При формуванні кола тем у програмах з навчального предмета «Основи здоров'я», присвячених статевому вихованню учнів у школі, враховано, насамперед, такі важливі аспекти: а) вікові можливості й потреби учнів; б) вимоги батьківської громади щодо меж участі школи в статевому вихованні дітей; в) проблеми державного рівня, що стосуються, зокрема, демографічної й епідеміологічної ситуації в Україні. Теми, що містять питання статевого виховання школярів загальноосвітньої школи, надають життєво необхідну інформацію учням й уможливають набуття ними навичок щодо:

- розуміння статевої належності людини;
- важливості формування своєї особистості з урахуванням статевої належності;
- необхідності взаємини людей різної статі на основі гендерної рівності;
- важливості сім'ї для дитини, батьків та держави;
- ролі матері й батька у вихованні здорової особистості дитини;
- значення формування гігієнічних навичок дівчат і хлопців;
- необхідності отримання сучасної інформації щодо чинників ризику для репродуктивного здоров'я молоді;
- формування безпечної поведінки задля збереження й зміцнення репродуктивного здоров'я юнаків і дівчат.

Зміст тем курсу спрямований на формування загальних морально-етичних цінностей та особистісних якостей особистості, зокрема таких як доброчесність, цнотливість, повага поглядів, доброта тощо.

Програма інтегрованого предмета “Основи здоров'я” має прикладний характер, тому її реалізація можлива на основі таких компонентів:

— *мотиваційний* (поєднує в собі знання основ збереження життя і здоров'я з ціннісними орієнтаціями на задоволення соціально - значимих і особистісно - орієнтованих потреб);

— *операційний* (поєднує в собі засоби, методи і форми організації діяльності, способи планування і регулювання її перетворювальними процесами);

— *інформаційний* (поєднує в собі знання про фізичну, соціальну, психічну, духовну складові здоров'я, основні умови і способи його збереження і зміцнення, основні засади здорового способу життя та безпеки життєдіяльності).

Особистісна орієнтованість при вивченні предмета здійснюється через зміст навчального матеріалу та особистісну спрямованість навчального процесу. Запорукою формування здорової особистості учня є взаєморозуміння, взаємоповага, толерантність, творче співробітництво всіх учасників навчального процесу. Увага вчителя має бути зосереджена на проведенні занять з використанням методів навчання, що ґрунтуються на активній участі всіх учнів: обговорення, мозковий штурм, розробка концептуальних карт, рольові ігри, дискусії, творчі проекти, навчальні контракти, інтерв'ю, розгляд і аналіз окремого випадку, екскурсії, робота в групі, розв'язання проблеми тощо.

Особливу увагу необхідно приділити позитивній мотивації учнів не лише на вибір здорового способу життя, а й активну, щоденну й поступальну їх дію за правилами й вимогами збереження життя й зміцнення здоров'я.

В ході реалізації програми інтегрованого предмета «Основи здоров'я» зміст кожного компонента відпрацьовується за логікою поетапного формування особистості відповідно до вікових особливостей всіх складових здоров'я школярів.

Успішна реалізація програми інтегрованого предмета «Основи здоров'я» можлива лише на засадах активної співпраці, партнерства всіх учасників навчально-виховного процесу (учнів, педагогів, сім'ї та громади), що передбачає й уможлиблює:

- 1) особистісно- орієнтоване навчання;
- 2) збагачення змісту інтегрованого предмета емоційним, особистісно значимим матеріалом;
- 3) використання інтерактивних методів навчання;
- 4) стимулювання позитивних інтелектуальних почуттів учнів, послідовну диференціацію та індивідуалізацію вивчення цього предмета;
- 5) роботу учнів із різними джерелами інформації, різними видами і типами ресурсних матеріалів;

6) відпрацювання практичних дій при вивченні кожної теми;

7) створення умов для активного діалогу між учасниками-партнерами навчально-виховного процесу (учнів, учителів, членів сім'ї, громади) та вільного вибору учнями навчальних завдань і способів поведінки;

8) залучення учнів до самооцінки різних видів своєї діяльності, у тому числі й розвитку життєвих навичок;

9) багатоваріантність форм різних видів діяльності учнів;

10) залучення до активної співпраці сім'ї та громади.

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ З «ОСНОВ ЗДОРОВ'Я»

Навчальна програма – документ, що визначає зміст і обсяг знань, умінь і навичок з кожного навчального предмета, зміст розділів і тем з розподілом їх за роками навчання.

Навчальні програми мають відповідати високому науковому рівню, передбачати виховний потенціал, генералізувати навчальний матеріал на основі фундаментальних положень сучасної науки, групувати його навколо провідних ідей і наукових теорій. У них не повинно бути надто ускладненого і другорядного матеріалу; їх призначення – реалізовувати міжпредметні зв'язки; ідеї взаємозв'язку науки, практики і виробництва, передбачати формування умінь і навичок учнів з кожного предмета.

Основні розділи навчальної програми:

— пояснювальна записка, яка містить виклад мети навчання з певного предмета, ознаки процесу (організація навчання кожного класу);

— зміст навчального матеріалу, поділений на розділи і теми із зазначенням кількості годин на кожну з них;

— обсяг знань, умінь і навичок (у їх різновидах) з певного предмета для учнів кожного класу;

— перелік унаочнень, літератури для учнів та методичної літератури для викладачів;

— критерії оцінювання знань, умінь і навичок щодо кожного з видів роботи.

Важливу роль відіграє авторська модернізація навчальних програм залежно від нових методичних знахідок, науково-методичного прогресу і змін в соціальному житті. Так, наприкінці 80-х років минулого сторіччя виникла потреба внесення істотних змін до програм з російської та української літератури, коли було знято заборону на твори незаслужено витіснених з духовного простору письменників, розширено перелік сучасних авторів. Необхідність загального екологічного навчання і виховання значно змінила програму з географії.

Внесенням змін до програм займаються комісії, створені при Науково-методичному центрі Міністерства освіти і науки, до яких входять провідні вчені, спеціалісти-практики.

Відповідно до навчальних програм розробляють підручники і навчальні посібники.

Література

1. Бойченко Т., Колотій Н. Викладання курсу «Основи здоров'я» в загально-освітніх навчальних закладах (Експериментальний навчально-методичний посібник для вчителів). – К. : ДПІ СМ, УІСД, 2004. – 244 с.
2. Ващенко Л. С., Бойченко Т. Є. Основи здоров'я: Книга для вчителя. – К.: Генеза, ЮНІСЕФ, 2005. – 240 с.
3. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я: Вправи для учнів. – К. : Алатон, 2005.
4. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я: Посібник для вчителя. – К. : Алатон, 2005.
5. Горяна Л. І. Педагогічні умови організації навчально-виховного процесу курсу «Основи здоров'я» // Основи безпеки життєдіяльності. – 2005. – № 1. – С. 61-63.
6. Єресько О. В. Особливості змісту шкільного предмета «Основи здоров'я» // Безпека життєдіяльності. – 2005. – № 2. – С. 56-59.
7. Холодова Н. О. Порадник учителю основ здоров'я: Методичні рекомендації та орієнтовне планування уроків основ здоров'я (5-9 класи). – Харків: ХОНМІБО, 2008. – 108 с.