

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Навчально-науковий інститут біології, хімії та біоресурсів  
кафедра ботаніки, лісового і садово-паркового господарства**

**ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ПРИ  
ВИКЛАДАННІ БІОЛОГІЇ У СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ**

**Кваліфікаційна робота**

**Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

***Виконала:***

студентка 6 курсу, 602М групи

**Скутар Тетяна Іванівна**

***Керівник:***

кандидат біологічних наук,

доцент **Романюк О.М.**

*До захисту допущено  
на засіданні кафедри  
протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 2023 р.  
Зав. кафедрою \_\_\_\_\_ проф. Чорней І.І.*

**Чернівці – 2023**

## АНОТАЦІЯ

Скутар Т.І.

### ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ПРИ ВИКЛАДАННІ БІОЛОГІЇ У СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ

У магістерській роботі представлено результати дослідження методичних шляхів реалізації наскрізної змістової лінії «Здоров'я і безпека» в середній школі. Встановлено особливості формування здоров'язберігаючих компетентностей в процесі викладання навчальних предметів з природничого циклу. Визначено методичні засоби формування основ здоров'я під час навчального процесу.

Проаналізовано ефективність застосування уроків-тренінгів як форми проведення заняття в навчальному процесі та встановлено високу результативність застосування освітніх технологій у формі уроку-тренінгу в порівнянні з традиційними освітніми методами.

Обґрунтовано методичні підходи для формування здоров'язберігаючих компетентностей в позаурочній роботі з учнями та батьками. Встановлено способи реалізації метапредметного підходу при формуванні здоров'язберігаючих компетентностей у навчально-виховному процесі на прикладі Замостянської ЗОСШ.

**Ключові слова:** біологія, основи здоров'я, здоров'язберігаючі технології, здоров'язберігаючі компетентності, середня школа, метапредметний підхід.

## ABSTRACT

Skutar T.I.

### HEALTH PRESERVING COMPETENCES IN TEACHING BIOLOGY IN SECONDARY SCHOOL

The master's work presents the results of research into methodological ways of implementing the cross-cutting content line "Health and Safety" in secondary school. The peculiarities of the formation of health-preserving competences in the process of teaching educational subjects from the natural cycle have been established. Methodical means of forming the foundations of health during the educational process have been determined.

The effectiveness of the use of training lessons as a form of conducting classes in the educational process was analyzed and the high effectiveness of the use of educational technologies in the form of a training lesson compared to traditional educational methods was established.

Methodical approaches for the formation of health-preserving competencies in extracurricular work with students and parents are substantiated. The methods of implementing the meta-subject approach in the formation of health-preserving competencies in the educational process have been established, using the example of Zamostyansk school.

**Keywords:** biology, basics of health, health-preserving technologies, health-preserving competences, high school, metasubject approach.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і тексти наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

\_\_\_\_\_ Т.І. Скутар

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	5
<b>РОЗДІЛ I. ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ</b> .....	8
1.1 Роль здоров'язберігаючих технологій в сучасній освіті .....	8
1.2 Формування здоров'язберігаючих компетентностей за допомогою метапредметних підходів .....	10
1.3 Створення здоров'язберігаючого середовища під час навчально-виховного процесу .....	12
<b>РОЗДІЛ II. МЕТОДИЧНІ ШЛЯХИ РЕАЛІЗАЦІ НАСКРІЗНОЇ ЗМІСТОВОЇ ЛІНІЇ «ЗДОРОВ'Я І БЕЗПЕКА» В СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ</b> .....	17
2.1 Формування здоров'язберігаючих компетентностей в процесі викладання навчальних предметів з природничого циклу .....	17
2.2 Формування основ здоров'я в навчальному процесі .....	27
2.3 Формування здоров'язберігаючих компетентностей в позаурочній роботі з учнями та батьками .....	38
<b>РОЗДІЛ III. РЕАЛІЗАЦІЯ МЕТАПРЕДМЕТНОГО ПІДХОДУ ПРИ ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У РАМКАХ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ HEALTHY SCHOOLS</b> .....	41
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	46
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	47
<b>ДОДАТКИ</b> .....	51

## ВСТУП

Формування здорового способу життя є першочерговим завданням у виховному процесі. Конституція України визнає життя і здоров'я людини однією з найвищих соціальних цінностей. Від вирішення завдання виховання здорового покоління залежить стан продуктивності, економіки, оборони, інтелекту, духовного потенціалу, ресурсів суспільного розвитку країни [12].

Ще в 1991 році в Україні набула чинності Конвенція ООН про права дитини. Реалізація положень Конвенції та Всесвітньої декларації про забезпечення виживання, захисту та розвитку дітей потребує цілеспрямованих дій української держави та суспільства в цілому щодо створення сприятливих умов для розвитку дітей. Адже фізичне, психологічне, соціальне та духовне здоров'я підростаючого покоління є важливим показником суспільного розвитку та потужним чинником економічного, культурного та оборонного потенціалу країни [8].

Всесвітня організація охорони здоров'я вважає цю проблему не суто медичною, а комплексною. Здоров'я визначається як філософська, соціальна, економічна, біологічна, медична категорія, об'єкт споживання, вкладення капіталу, особиста та суспільна цінність, системне, динамічне явище, яке постійно взаємодіє з навколишнім середовищем. Тому велика увага приділяється просвітницькій діяльності, пов'язаній з формуванням у підлітків здорового способу життя та усвідомлення цінностей здоров'я. Саме в дитинстві та підлітковому віці відбувається сприйняття певних норм і моделей поведінки, накопичення відповідних знань і навичок, усвідомлення потреб і мотивацій, визначення ціннісних орієнтацій, інтересів та уявлень [1,7].

Тому наше завдання – координувати налагодження системи превентивної освіти та батьківства, активно заохочувати здоровий спосіб життя, формувати культуру здоров'я з відповідними ціннісними орієнтаціями.

Діти мають усвідомлювати, що майбутнє кожної людини, як і всієї країни, за здоровим поколінням, адже здорова духом і тілом людина може творити і

приносити користь іншим. Першочерговим завданням держави в загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах залишається інформаційно-просвітницька робота з дітьми та учнівською молоддю. Сьогодні на державному рівні діє близько десяти національних програм, основною місією яких є пропаганда здорового способу життя серед дітей та підлітків [2].

Оскільки одним із пріоритетів діяльності загальноосвітніх навчальних закладів є підтримання рівня життєдіяльності підрастаючого покоління, необхідно:

- надавати реальну допомогу кожному учневі, сприяти формуванню в нього позитивних якостей, необхідних для повноцінного життя;
- нагадати учням про уважність до власного здоров'я;
- постійно пропагувати принципи здорового способу життя;
- інформувати дітей про вплив шкідливих звичок на їх здоров'я;
- формувати навички та навички здорового способу життя;
- підключати батьків та суспільство до утвердження принципів здорового способу життя [11,13].

**Об'єкт досліджень:** здоров'язберігаючі компетентності в освітньому процесі.

**Предмет досліджень:** шляхи і методи формування здоров'язберігаючих компетентностей при викладанні навчальних предметів з природничого циклу.

**Мета досліджень:** Проаналізувати методичні шляхи формування здоров'язберігаючих компетентностей та їх впровадження в процесі викладання навчальних предметів природничого циклу на прикладі Замостянської ЗОСШ.

**Завдання досліджень:**

1. Обґрунтувати методичні шляхи реалізації наскрізної змістової лінії «Здоров'я і безпека» в середній школі.
2. Встановити способи реалізації метапредметного підходу при формуванні здоров'язберігаючих компетентностей у навчально-виховному процесі.
3. Встановити особливості формування здоров'язберігаючих компетентностей в процесі викладання навчальних предметів природничого

циклу.

4. Визначити методичні засоби формування основ здоров'я під час навчального процесу.

5. Обґрунтувати методичні підходи для формування здоров'язберігаючих компетентностей в позаурочній роботі з учнями та батьками.

Робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел.

# РОЗДІЛ I. ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

## 1.1. Роль здоров'язберігаючих технологій в сучасній освіті

Сучасна освіта характеризується широким впровадженням технологічних прийомів. Це об'єктивний процес, новий етап в еволюції виховання, на якому модифікуються методи супроводу та забезпечення природного розвитку дітей. Згідно з визначенням ЮНЕСКО, технологія навчання – це систематичний метод, який враховує технічні ресурси та людські ресурси та їх взаємодію для створення, застосування та визначення всього процесу навчання та засвоєння знань. Вона вважає, що оптимізація форм навчання є його завдання [10].

Будь-яка технологія навчання повинна відповідати основним критеріям технології: концептуальності, системності, керованості, ефективності та повторюваності.

Проте ми маємо усвідомлювати, що забезпечення нової якості освіти для розвитку сучасного суспільства можливе лише шляхом створення певних умов для організації такого навчання та виховного процесу, які не завдають шкоди здоров'ю та здоров'ю дітей. Молодіжна, спрямована на збереження, зміцнення та формування здоров'я учасників навчально-виховного процесу. Це вимагає від учителів застосування унікальних методів освіти та навчання, заснованих на медичній допомозі [21].

Поняття «здоров'язбережувальна технологія» об'єднує всі напрями діяльності загальноосвітніх навчальних закладів, пов'язані з формуванням, збереженням і зміцненням здоров'я учнів.

Вчені рекомендують розібратися в наступних техніках охорони здоров'я:

1. Сприятливі умови для здобуття дітьми освіти в школі (відсутність тиску, достатні вимоги, методи навчання та виховання);
2. Оптимальна організація навчально-виховного процесу (відповідно до віку, статі, особистісних особливостей та гігієнічних норм);
3. Метод вправ зрілий і добре організований [15].

Впровадження здоров'язберігаючих технологій поєднується з використанням медицини (лікувального здоров'я, спортивного здоров'я, медичного обслуговування), соціально-адаптаційних, еколого-оздоровчих технологій і технологій забезпечення безпеки життєдіяльності.

Сутність здоров'язбереження та здоров'язберігаючих технологій виражається в комплексній оцінці умов виховання та навчання, що дозволяє учням підтримувати поточний статус, формувати більш високий рівень навичок здоров'я та здорового способу життя, контролювати показники особистісного розвитку, прогнозувати тенденції майбутнього розвитку. Можливі зміни стану здоров'я та вжиття відповідних психопедагогічних, корекційних, реабілітаційних заходів для забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальних фізіологічних «витрат» і підвищення якості життя суб'єктів у навчальних закладах [18].

Шляхом класифікаційного аналізу існуючих технологій охорони здоров'я можна виділити наступні типи:

- Здоров'язберігаючі технології – технології, що створюють безпечні умови перебування, навчання і праці в школі, а також технології, що вирішують завдання раціональної організації навчально-виховного процесу (з урахуванням віку, статі, особистісних особливостей та гігієнічних норм) , відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;
- оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я студентів і підвищення їх оздоровчого потенціалу (ресурсів): фізкультура, лікувальна фізкультура, ароматерапія, загальнозміцнювальні, гімнастика, масаж, фітотерапія, музикотерапія;
- Технологія санітарного виховання – санітарна освіта, розвиток життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання [3,7].

Ці прийоми реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загальноосвітнього циклу, введенню нових предметів у варіативні

частини навчального плану, організації факультативного навчання та додаткової освіти;

- Здоров'я та культурна освіта – надати учням особисту якісну освіту, яка допомагає зберегти та зміцнити здоров'я, сформуванню уявлення про здорові цінності, зміцнити мотивацію до здорового способу життя та підвищити відповідальність за особисте здоров'я та здорову сім'ю.

Це одна з існуючих класифікацій санітарно-освітніх технологій, запропонована вченими. Проте слід зазначити, що до поняття «здоров'я» можна віднести будь-яку технологію навчання, яка під час її реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – учнів і вчителів. . Головне, щоб будь-яка методика навчання була корисною для здоров'я [14].

Знання, володіння та застосування здоров'язберігаючих технологій є важливими складовими професійної майстерності сучасного вчителя. Вчителі, які підтримують тісні стосунки з учнями, батьками, медичним персоналом, практичними психологами, соціальними педагогами та соціальними працівниками та всіма, хто зацікавлений у збереженні та зміцненні здоров'я дітей, можуть створити освітнє середовище, яке зберігає здоров'я, що є запорукою здоров'язбереження дітей. Це буде пропаганда здоров'я школи [9].

## **1.2. Формування здоров'язберігаючих компетентностей за допомогою метапредметних підходів**

Під здоров'язберігаючими компетентностями розуміють цілісне особистісно-психологічне формування особистості, спрямоване на збереження фізичного, соціального, психологічного та духовного здоров'я – особистості та навколишнього середовища [4].

Передбачається наявність у людини комплексу розвинутих навичок, серед яких: життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю (правильне харчування, фізична активність, системи праці та відпочинку, навички гігієни та особистої гігієни), життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю.

(Ефективне спілкування, навички емпатії, вирішення конфліктів, спільна діяльність і співпраця), життєві навички, які сприяють духовному та психологічному благополуччю (самосвідомість і самооцінка, аналіз проблем і прийняття рішень, визначення життєвих цілей і планів, мотивація та воля до успіху) тренуватися) [16].

Метапредметний підхід спрямований на перехід від існуючої практики поділу знань на предмети до цілісного образного сприйняття та метаактивності світу. Метапредметні результати навчальної діяльності - це способи діяльності, придатні як в рамках навчального процесу, так і для вирішення життєвих завдань, засвоюються на основі одного, кількох або всіх предметів. Процес навчання розуміється не тільки як засвоєння систем знань, умінь і навичок, що становлять інструментальну основу здібностей учня, а й як процес становлення особистості, набуття духовного, морального і соціального досвіду [5].

Тому рекомендується спрямовувати процес навчання на формування метадисциплінарних знань та духовно-соціального розвитку особистості.

Метадисципліна пропонується як «нова форма освіти активного мислення, що базується на традиційних навчальних дисциплінах і базується на інтеграції навчальних матеріалів». Метапредметність також розглядається як «принцип інтегрованості змісту освіти як способу формування теоретичного мислення та універсальних способів діяльності, що забезпечує формування цілісної картини світу у свідомості учнів». Завдяки такому підходу учні розвивають предмет, що вивчається, як сукупність знань про навколишній світ [6].

Особливість метапредметного методу: він обов'язково передбачає роботу з діяльністю учнів, передачу учням не тільки знань, а й діяльнісних прийомів роботи зі знаннями, а також відповідних змістом блоків діяльності.

Метапредметний підхід – це добре розуміння своєї теми, яке фактично дозволяє активно трансформувати навчальний матеріал і переосмислювати його з точки зору активних одиниць змісту. Хоча метапредметний підхід допомагає уникнути небезпек вузької предметної спеціалізації, він не передбачає відмови

від суб'єктної форми, а, навпаки, створює умови для її розвитку на основі рефлексивності [17].

Це посібник для розвитку базових здібностей молодших школярів. Приклади включають мислення, уяву, проникливість, встановлення цілей або самовизначення, ідеалізацію, мову тощо. Позиціонування розвитку здібностей як основного показника якості навчальної роботи також визначає особливість інтеграції метадисципліни. Це інновація в технології з використанням іншого типу підходу [17].

Метапредметні знання – це інформація, відома та зрозуміла в концептуальній системі однієї чи кількох наук, на основі якої учні формують загальну картину світу, прагнучи зрозуміти власну поведінку від придбання та практичного застосування.

До переваг метапредметного підходу в навчанні можна віднести:

- Формування системних знань у школярів під час вивчення фізичних явищ і задач;
- Задовольняти інтелектуальні потреби школярів і розширювати їх пізнавальний кругозір у системах природничих і гуманітарних дисциплін;
- Підготовка потенційних талантів для нових наукових, промислових і технологічних галузей;
- «Інтелектуальна провокація», суть якої в нетрадиційному, новому погляді учня на, здавалося б, звичайні, зрозумілі речі; можливість розвитку креативних можливостей дитини [8,18].

### **1.3. Створення здоров'язберігаючого середовища під час навчально-виховного процесу**

Основною організаційною формою процесу сучасної середньої освіти є навчальний план. Він перш за все визначив позитивний і негативний вплив освітнього середовища на здоров'я дітей. Охорона здоров'я дітей не повинна перешкоджати вирішенню навчальних, виховних і розвиваючих завдань

навчальної програми. Крім того, валоризація навчальної програми має сприяти загальному покращенню ефективності навчання [9].

Для цього потрібно:

- дотримуватись санітарних умов поля (провітрювання, прибирання, освітлення);
- Аксіологічно доцільно включати в навчальну програму позитивні установки;
- Обирати форми та методи навчання відповідно до віку;
- Вибрати темп і темп курсу (темп курсу залежить від інтенсивності, чергування напруги і відпочинку, які учні класу можуть морально витримати);
- передбачити тривалість основних видів навчальної діяльності (дотримання норм безперервного письма, читання, норм користування комп'ютером);
- Зміна виду діяльності в курсі;
- Формування позитивних мотивів навчальної діяльності та стимулювання пізнавальних інтересів (початок позитивної психологічної діяльності має бути не з примусу, а з бажання);
- Мобілізувати більше органів чуття учнів: слух, зір, нюх, дотик (отримання інформації з багатьох каналів забезпечує кращу роботу мозку);
- Створити умови для творчості в навчальній діяльності (творчість є одним із факторів збереження здоров'я, тому що це шлях до реалізації основних здібностей учнів);
- Включати емоційно-чуттєву сферу в процес навчання (емоційно зображена інформація легше запам'ятовується);
- диференційований і персоналізований навчальний процес з урахуванням індивідуальних особливостей і стану здоров'я учня (в першу чергу, слід враховувати особливості нервової системи);
- Створити в курсі ситуацію, що стимулює пошукову активність (учень повинен чітко знати, що якщо він виконає завдання точно так, як рекомендовано, його відповідь буде успішною);
- Діагностувати початкові стадії втоми учнів, знімати напругу в статичних позах, запобігати порушенням постави та зору (не тільки навчання фізичної

культури у веселій формі, але й зниження навантаження на найбільш навантажені системи органів дитини протягом навчального дня);

- Психологічна атмосфера в класі та методи спілкування вчителів (підтримання позитивної психологічної атмосфери в класі та вибір демократичних методів педагогічної взаємодії);

- Відобразити у змісті курсу питання, пов'язані зі здоров'ям та здоровим способом життя [3,19].

У арсеналі кожного вчителя повинні бути засоби та методи, спрямовані на збереження та зміцнення здоров'я учнів, захист їх нервової системи, зняття стресу та напруги, розслаблення емоцій під час навчання. За умови створення оптимальних умов для учасників навчального процесу – гуманного змісту курсу, ефективних методів навчання, відповідних форм організації навчання, різноманітних методів підтримки студентів, комфортне середовище, право вільного вибору, - то це сприятиме хорошій адаптації учнів до уроку [1].

На заняттях з біології активно впроваджуються такі оздоровчі методики: пальчикова гімнастика, орехотерапія, пальчикова гімнастика, дихальна гімнастика, натуротерапія, рукоділля, коригувальні подушки, вправи для постави, гімнастика для очей, долоньок, використання екологічної дошки.

Впровадження екологічних здоров'язберігаючих технологій і методів екологічного виховання особистості сприяє створенню найкращих екологічних умов для життя і діяльності учнів початкових і старших класів, формуванню гармонійного ставлення до природи. У школі – це облаштування шкільної території, зони дозвілля, прокладання екологічних стежок, участь у природоохоронних заходах [1,20].

На уроці використовує методи позитивної психологічної підтримки учнів, враховує індивідуальні можливості дітей, застосовує диференційовані методи для учнів з різними здібностями, підтримує їхній пізнавальний інтерес до вивчення біології, стимулює спортивну діяльність на уроці [3 ].

Різноманітні види діяльності, які підтримують у дітей позитивне ставлення до себе, впевненість у собі, здібностях і доброзичливе ставлення до інших,

змінюють мікроклімат у класі: атмосферу, сприятливу для навчання та міжособистісного спілкування [2].

Життєві навички, які сприяють соціальному здоров'ю:

- Ефективне спілкування (рефлексія);
- Навички емпатії;
- Вирішення конфліктів (тренінговий елемент);
- Навички поведінки в стресових, загрозливих умовах;
- Навички спільної діяльності (елементи гри).

Рефлексія включає самоперевірку знань, зворотний зв'язок-завдання, проблемні запитання, очікування, ознайомлення.

Оцінка ефективності кожного заняття може бути «кольорова», наприклад:

зелений колір-мені все зрозуміло;

жовтий - є труднощі, не все цікаво;

червоний - потребую допомоги.

Життєві навички, які зміцнюють духовне та психічне здоров'я:

- позитивне ставлення до себе, до інших, до життєвих перспектив;
- Здатність реально оцінювати здібності та можливості;
- Уміння визначати життєві цілі, виходячи зі своїх потреб, нахилів і здібностей.

Релаксація є важливою стороною формування позитивного ставлення до себе та однолітків, зняття психологічної напруги після продуктивної творчої роботи на уроці.

Життєві навички, які сприяють міцному здоров'ю:

- Попередити шкідливі звички;
- Рухова активність (фізкультхвилинки);
- Навички прибирання та гігієни;
- Режими праці та відпочинку.

Відповідне чергування видів діяльності може допомогти уникнути втрат концентрації та втоми. Різноманітні види взаємодії учасників навчального процесу забезпечують активність студента, знімають втому, роблять процес емоційнішим [4,22].

Тому сучасні курси мають бути спрямовані на формування здоров'я, збереження та зміцнення здоров'я, спрямовані на формування позитивної мотивації до здорового способу життя. Він повинен навчати культурі здоров'я на основі розвитку життєвих навичок [7].

Мета технології здоров'язбережувального навчання – надати учням можливість зберегти здоров'я під час навчання в школі та сформувати знання, уміння та навички, необхідні для здоров'язбережувального підходу, навчити використовувати отримані знання в повсякденному житті.

Реалізація концепції здоров'я в сучасних навчальних курсах сприяє розвитку особистості студентів і має величезний потенціал для становлення студентів. Цей потенціал полягає в цілях виховання, його відновлювально-оздоровчому змісті, його формах і методах, які сприяють формуванню творчої спрямованості особистості, що включає усвідомлення нею важливості творчості, креативності, креативності.

Гуманістичні потреби, мотиви та цілі, що спрямовують його розвиток і подальшу життєдіяльність, формують позитивну мотивацію до здорового способу життя учнів, виховують необхідні життєві навички та спеціальні навички, знижують схильність молоді до ризикованої поведінки [22].

## **РОЗДІЛ II. ШЛЯХИ РЕАЛІЗАЦІЇ НАСКРІЗНОЇ ЗМІСТОВОЇ ЛІНІЇ «ЗДОРОВ'Я І БЕЗПЕКА» В СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ**

### **2.1 Форми поєднання змісту природничих дисциплін з наскрізною змістовою лінією «Здоров'я і безпека»**

В Україні питанням охорони здоров'я підлітків у закладах загальної середньої освіти приділяється достатня увага: реалізується багато програм Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ), просвітницько-виховні заходи на радіо та телебаченні, орієнтовані на підлітків у школах. розроблено профілактичну роботу та різноманітні методи її проведення, постійно збільшується кількість фітнес-клубів та інших спортивних закладів, необхідну інформацію містять Національні стандарти базової і повної загальної середньої освіти (2011), «Біологія» та «Основи здоров'я» в чинних навчальних програмах та шкільних підручниках. Яким би важливим не було це питання, воно досить гостре. Продовжують існувати різні ризики, які негативно впливають на здоров'я і навіть життя молодих людей. Це викликало занепокоєння освітніх кіл, сімей та інших верств суспільства [3,11,18].

Основною причиною очікування позитивного результату є надмірна драматичність багатьох подій. Тому необхідно більш обережно включати будь-яку інформацію в зміст предмета, використовуючи більш реалістичні форми і методи роздуму, засновані на життєвому досвіді учнів.

Основна шкільна біологічна освіта є одним із можливих шляхів формування системних знань про здоров'я, збереження здоров'я та безпеку життєдіяльності людини. Тому одним із його завдань є формування в учнів базових біологічних знань, відповідних умінь і навичок застосування цих знань, ціннісних орієнтацій на збереження здоров'я, що є важливим для повноцінної реалізації особистості в житті.

Реформування шкільної сімейної освіти базується на компетентнісному підході до змісту, організації та результатів навчання предметів. Саме тому у 2017 році було оновлено структуру та зміст освітньої програми з усіх предметів з урахуванням чотирьох наскрізних змістів, зокрема «Здоров'я і безпека». Ця

тематична лінія є засобом інтеграції змісту всередині та між дисциплінами та пов'язана з лідерськими (охоронними) компетентностями, які є частиною «громадянських і соціальних компетентностей, пов'язаних із філософією благополуччя та здорового способу життя» [3,35]. У процесі набуття учнями цієї здатності ключовим моментом є формування у нього розуміння: здоров'я є найвищою цінністю людини і суспільства, є основою повноцінної реалізації людини в житті [13,24].

Змістові лінії, що перетинаються, тісно пов'язані з компетентнісним потенціалом предмета «Біологія» (про це йдеться в характеристиці курсу «Біологія. 6-9 класи»), його загальною характеристикою, визначається класом (6-9 класи). ) у кожній темі (колонка плану «Зміст навчального матеріалу») [1] уточнюється та розкривається в календарно-тематичному плані) [2].

Реалізація наскрізного змістового маршруту «Охорона здоров'я» в початкових класах відбувається за змістом предмета у відповідній послідовності (додаток 15) за роками навчання (6-9 класи).

Зміст теми розділу Біологія. Шостий клас» передбачає вивчення рослин, бактерій і грибів у поєднанні з інформацією про збереження здоров'я та безпеки життя людини.

Зміст предмета «Вступ» насичений змістом охорони здоров'я, спрямованим на усвідомлення учнями важливості безпечного та здорового середовища життя.

Зміст теми 2 «Одноклітинні організми». «Перехід до багатоклітинності» допомагає учням зрозуміти небезпеку інфекційних і паразитарних захворювань. Під час впровадження наскрізного змісту «Здоров'я та безпека» 11-річні діти повинні розуміти інфекційні та паразитарні захворювання, їх причини, передачу та інформацію про наслідки.

Наприклад, навчальні матеріали про бактерії зосереджуються на розкритті їх позитивного та негативного значення. Засвоєння навчального матеріалу є ефективним, якщо воно базується на життєвому досвіді учнів.

Наприклад, на заняттях учням методично доцільно встановлювати логічні змістові зв'язки між бактеріальними захворюваннями, антибіотиками, кишковою паличкою та кисломолочними продуктами, історія розвитку мікробіології як науки розкриває її роль у порятунку людини. Вкладено. життя, захищене від багатьох смертельних інфекційних хвороб (чума, тиф тощо).

Важливим аспектом у вивченні цих питань є дотримання особистої гігієни, профілактичні щеплення (наприклад, проти дифтерії, правця, туберкульозу). Водночас студентам можна поради звернути увагу на свої медичні картки, чи є в них результати вакцинації. Це не тільки дає можливість подумати учням, а й батькам [17,19].

Спрямованість тем підручника 3 «Рослини» та 4 «Різноманітність рослин» допомагає учням усвідомити важливість зелених насаджень у створенні доброго середовища проживання та зміцненні здоров'я.

Питання фотосинтезу, коли зелені рослини використовують енергію сонця для перетворення неорганічних речовин (вуглекислого газу та води) у навколишньому середовищі в органічні речовини. При цьому в навколишнє середовище виділяється необхідний для дихання кисень. Вчителі звертають увагу учнів на залежність чистоти повітря від зелених насаджень. Учні можуть брати участь у висадці їх біля шкіл та інших місць у районах, де вони проживають. Участь у акціях «Інвентаризація зелених насаджень», «Майбутнє лісу у твоїх руках», «Посади своє дерево», «За чисте довкілля» та «Висаджуємо дерева для збереження міста» досягли результатів. Наприклад, кампанія «Громадська інвентаризація зелених насаджень» має на меті забезпечити облік та контроль стану зелених насаджень та їх якості [17,19].

Тема 5 «Гриби» також спрямована на охорону здоров'я та безпеки життя учнів. Гриби, як і багато інших організмів, можуть бути небезпечними, спричиняючи отруєння та різні захворювання. Тому особливо актуальним є проведення практичної роботи «Розпізнавання їстівних отруйних грибів у місцевості», щоб учні за допомогою атласів та маркерів навчилися визначати гриби.

Медичний аспект цієї функції полягає в тому, щоб пролити світло на широкий спектр використання різних видів грибів у медичній промисловості. Учні знайомі з поняттям «антибіотики», тому рекомендуємо звернути увагу на те, що деякі види грибів виробляють антибіотики, які є засобом боротьби з інфекційними захворюваннями. Якщо учні будуть залучені до розкриття наукового подвигу Олександра Флемінга та його колег, які відкрили антибіотик «пеніцилін», то усвідомлення цінності грибів буде систематично зміцнюватися в навчальних матеріалах, а в 1945 році були нагороджені Нобелівською премією в галузі медицини [17,19].

Компетентнісні можливості змісту біології у сьомому класі орієнтують учнів на вивчення біологічних особливостей паразитичних безхребетних з метою запобігання їх зараженню. Системна можливість реалізації змісту «Здоров'я та безпека» полягає у розкритті в учнів ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Підростаючи, людина буде оточена тваринами вдома, на вулиці тощо. Вона не могла не зв'язатися з ними. Тому вчителі повинні звернути увагу учнів на види тварин, які є переносниками різноманітних захворювань і є першопричинами виникнення захворювань. Тому поводитися з тваринами потрібно обережно. Крім того, основний спосіб уникнути зараження та зберегти здоров'я – дотримання правил особистої гігієни, попередження зараження паразитичними безхребетними та проведення профілактичних заходів [23].

Компетентнісний потенціал змісту біології восьмого класу найбільш насичений знаннями оздоровчого спрямування. «Можливість методичної реалізації змісту «Безпека здоров'я» полягає у розкритті чинників підтримання здорового способу життя, які найбільшою мірою залежать від самої людини: це фізична культура; розумне та збалансоване харчування; збереження чистого повітря; загартовування організму; профілактичні заходи; профілактика захворювань, що передаються статевим шляхом (ЗПСШ та СНІД); дотримання особистої гігієни; відмова від куріння, вживання алкогольних напоїв,

наркотичних та інших токсичних речовин; інтелектуальний, моральний і духовний розвиток особистості та ін. Доцільне використання сучасних виразів актуального змісту (плакати, брошури, малі проекти), організація учнівської діяльності (майстер-класи, акції тощо)» [14,26]

Формування спортивної культури стосується змісту теми «Опора і рух», де розкриваються знання про опорно-руховий апарат; правила безпечної поведінки під час катання на роликівих ковзанах, ковзанах, лижах, скейтборді, сноуборді та користуванні різноманітним спортивним інвентарем; навички забезпечення надання першої допомоги при ураженні опорно-рухового апарату ціннісна орієнтація на усвідомлення учнями наслідків гіподинамії та значення рухової активності для збереження фізичного здоров'я. Ці знання, уміння та ціннісні орієнтації необхідно формувати у процесі вивчення учнями предметів «Фізичне виховання» та «Основи здоров'я». На уроках фізичної культури учні повинні застосовувати біологічні знання про фізичні та розумові можливості організму людини (наприклад, вивчати зміни частоти серцевих скорочень і артеріального тиску до і після фізичного навантаження, свідоме подолання фізичних перешкод тощо). У школі є такий досвід: учні висловлювали інформацію про низьку м'язову силу, випускаючи брошури, наприклад «Гіподинамія — ворог сучасної людини» [9,12].

Теми «Травлення та харчування» та «Обмін речовин та енергії» розкривають раціональне та збалансоване харчування, приділяючи особливу увагу тому, як захистити органи травлення від різноманітних впливів та дотримуватись раціонального та збалансованого харчування; розвивати навички розрахунку енергії організму. Вживати та обирати харчові продукти з урахуванням медико-біологічних вимог до їх якості та безпеки; дотримуватись гігієни харчування; запобігати захворюванням органів травлення та харчовим отруєнням; знати про негативний вплив алкогольних напоїв і паління на травлення. Під час вивчення даної теми учні повинні брати участь у розробці

різноманітних малих проєктів та брати участь у різноманітних акціях, таких як «Здорові зуби – здорове тіло», «Ми за здорове харчування!».

Тема «Дихання» розкриває необхідність збереження чистого повітря та захисту органів дихання, дозволяє зосередити увагу учнів на негативному впливі куріння та забрудненого повітря на дихання та здоров'я людини. Тому важливо прищеплювати учням навички дотримання гігієнічних норм щодо чистоти повітря та регулярного провітрювання класів і будинків. Такі акції, як «Чисте повітря – панацея для здоров'я» та «Ми за чисте повітря» можуть бути спрямовані на цю тему.

Загартовування організму відноситься до змісту теми «Виділення». «Терморегуляція». Зміст даної теми спрямований на закріплювальний метод. Його засвоєння необхідно поєднувати зі змістом відповідної теми навчального предмету «Основи здоров'я». При обговоренні цього питання звертайте увагу на переваги та недоліки. Використання народної мудрості на уроці є методичним і ефективним. Наприклад, одне з лат. прислів'я «*Mens sana in corpore sano*» - «У здоровому тілі - здоровий дух» увійшло в народну скарбницю, втілюючи єдність тіла і духу.

Теми «Транспорт речовин» і «Виділення», «Терморегуляція і сенсорні системи» також акумулюють практично всі фактори здорового способу життя, спрямовані на:

- Заходи профілактики захворювань серцево-судинної системи: фізичні вправи, уникнення психоемоційних навантажень, правильне харчування, відпочинок на природі тощо;
- розуміти негативний вплив алкогольних напоїв на серцево-судинну систему та функцію нирок;
- Розкрити значення сенсорних систем і шкіри в адаптації організму до умов середовища;
- Визнати важливість дотримання правил переливання крові для профілактики інфекційних захворювань, що передаються через кров (СНІД, гепатит С та ін.),

гігієни очей і слуху, безпечної поведінки вдома, на пляжі, практичних занять з біології, хімії, фізики, праці, та інших правил безпеки на роботі [17,19].

Важливим аспектом здорового способу життя є профілактичні заходи. Ця інформація стосується майже всіх тем:

- «Дихальна», флюорографія є одним із способів профілактики туберкульозу;
- «Матеріальне транспортування», своєчасна профілактика щеплення проти кору, грипу, правця тощо;
- «Ендокринна система», регулярно здавати кров на визначення рівня глюкози в крові для своєчасного виявлення цукрового діабету, вживання йодованої солі є одним із способів профілактики дефіциту йоду в організмі;
- «Зв'язок організму людини із зовнішнім середовищем. Нервова система» та «вища нервова діяльність», дотримання правил чергування розумової діяльності та відпочинку, значення сну для повноцінної життєдіяльності організму.

Інтелектуальний, моральний і духовний розвиток людини є основою розвитку людини. Ця інформація включена в тему "Розширена нейронна активність". Їхня мета – дати можливість учням усвідомити психофізіологічні особливості особистості, значення самовиховання у формуванні особистості, безпечний вплив соціальних факторів на формування особистості [14,25].

У шкільні роки психіка дитини інтенсивно розвивається і піддається різноманітним впливам. Тому в процесі засвоєння біологічних знань на уроках необхідно постійно залучати учнів до бесіди про ризики, які можуть завдати шкоди здоров'ю та життю людини. Це особисте спілкування з незнайомими людьми, реєстрація в незнайомих групах соціальних мереж [14,37].

Методи профілактики захворювань, що передаються статевим шляхом (ІПСШ та СНІД) розкриваються в темі «Репродукція та розвиток людини». Його зміст розрахований на усвідомлення учнями необхідності збереження репродуктивного здоров'я молоді та здорового способу життя як необхідної умови народження здорових дітей. Ці знання та цінності необхідно формувати в учнів через курси, які включають предмети «Основи здоров'я». При вивченні

даної теми необхідно звернути увагу учнів на статеве здоров'я, враховуючи їх інтерес до цих питань. Підлітків цікавить, що таке стать, сексуальна орієнтація, поведінка, сексуальна поведінка тощо. Враховуючи делікатність цих питань, до цієї роботи необхідно залучати фахівців: гінекологів, сексологів, венерологів та інших, які пояснюватимуть підліткам природу партнерства між хлопцями та дівчатами, наслідки легковажних, безвідповідальних стосунків та їх вплив на підлітків. майбутнє життя. Участь батьків важлива для просування сімейних цінностей та відповідальної поведінки при виявленні проблем репродуктивного та сексуального здоров'я у молоді [14,25].

При реалізації змісту «Здоров'я та безпека» необхідно наголосити на тому, щоб учні приділяли увагу особистої гігієни та уникали шкідливих звичок, таких як паління та вживання алкоголю, наркотики та інші токсичні речовини, надмірне використання комп'ютерних та інших ігор, вони впливають на якість життя людини. Ці питання розглядаються майже в усіх темах навчального модуля «Біологія, 8 клас».

Під час навчального процесу особливу увагу необхідно приділяти оволодінню різноманітними методами надання першої медичної допомоги. Основним завданням є найпростішими лікувальними заходами врятувати життя постраждалих, зменшити біль у постраждалих та запобігти можливим ускладненням. Під час надання екстреної медичної допомоги ефективним є проведення майстер-класів, які часто створюють різноманітні ситуації, які можуть несподівано виникнути в житті, часто за браком часу та людини без спеціальної медичної освіти [7,11].

Моделюючи різні види першої допомоги, учні формують навички, необхідні для того, щоб почуватися впевнено в подібних життєвих ситуаціях. У таких ситуаціях важливо не панікувати, а діяти швидко і рішуче, адже в цій ситуації дорога кожна секунда.

Наприклад, люди повинні усвідомлювати, наскільки важливо вчасно надати першу допомогу при артеріальній кровотечі.

Учні повинні дізнатися про важливість першої допомоги, яку надає Міжнародний рух Червоного Хреста і Червоного Півмісяця, і про те, що 13 вересня відзначається Всесвітній день першої допомоги. Його визнаними спонсорами є члени національної організації – Міжнародного руху Червоного Хреста і Червоного Півмісяця [6]. Навчальні заклади проводять різноманітні промо-акції, майстер-класи.

Популярний відеохостинг YouTube пропонує безліч різноманітних рекламних роликів, кліпи з яких можна використовувати для презентацій та обговорень на уроках тощо.

Компетентнісний потенціал змісту біології в дев'ятому класі зосереджується на розвитку вміння описувати переваги та можливі ризики використання генетично модифікованих організмів; застосовувати знання для оцінки можливих позитивних і негативних наслідків використання сучасних біотехнологій; висловлювати судження про ймовірність використання генетично модифікованих організмів. модифіковані організми [17,19].

Зміст теми 3 «Принципи функціонування клітини» допомагає учням застосовувати знання про процеси клітинної життєдіяльності, щоб надихнути на здоровий спосіб життя.

Для учнів важлива інформація про обмін речовин та його біологічне значення для загального функціонування організму. Школярі повинні спиратися на знання процесів життєдіяльності тварин, а також метаболізму людини та перетворення енергії.

У цій темі було широко вивчено фотосинтез і виявлено його біологічне значення для підтримки життя на Землі, тобто його роль на планеті.

Зміст теми 4 «Збереження та впровадження генетичної інформації» та теми 5 «Регуляція успадкування ознак» орієнтує учнів на розуміння важливості генетичного консультування та методів молекулярної діагностики для народження здорових дітей. Викладач звертає увагу учнів на дослідження генетичних особливостей сім'ї та планування сім'ї, методів запобігання впливу мутагенних факторів, генетичних захворювань людини.

Виконаний учнями проект «Склади власне генеалогічне дерево та покажи спадковість певних ознак (за вибором учнів)/Генеалогія родин видатних діячів (за вибором учнів)» був добре організованим, ефективним та викликав інтерес учнів.

При реалізації наскрізного змісту «Здоров'я та безпека» змістовне наповнення теми має бути насичене прикладами з життя та соціальних мереж, враховуючи трагічні наслідки негативних звичок батьків на їхніх дітей: куріння, вживання алкоголю, вживання наркотичних засобів.

Також можна залучати учнів до створення брошур і плакатів, використовувати їх на уроці, залучати до рольових ігор.

Тема 8 «Надорганічні біологічні системи» має на меті дати змогу учням зрозуміти вплив впливу людини на природні екосистеми на здоров'я людини, сприяти дотриманню екологічної культури в повсякденному житті та формуванню активної громадянської позиції у сфері охорони навколишнього середовища як напрямку для боротьби за здоров'я.

Тому ця тема переплітається навколо трьох змістових ниток: «Екологічна безпека та сталий розвиток», «Здоров'я та безпека» та «Відповідальність громадян», акцентуючи увагу на захисті навколишнього середовища та покращенні якості життя людини.

Вивчати особливості функціонування популяцій, екосистем і біосфери для підтвердження заходів їх захисту, прогнозувати наслідки впливу людини на екосистеми, визначати правила поведінки сучасних екосистем, брати участь у природоохоронній діяльності та практикувати екологічну культуру в повсякденному житті, створювати хороші умови для життя і здоров'я людини. Тут індивідуальна відповідальність громадян безпосередньо залежить від екологічної безпеки та сталого розвитку, а також від здоров'я та безпеки життя людини. Це стосується поведінки в лісах, пов'язаної з викидами відходів та їх накопиченням [15,27].

Учні, як члени суспільства, є свідками засмічення міст, парків, скверів, насаджень, берегів водойм і водойм. Водночас вони є потужною силою, яка

може подолати багато перешкод, беручи участь у масових кампаніях (таких як кампанія «Врятуймо наші міста від сміття») та розробляючи проекти для створення рішень проблем утилізації сміття. Студенти дізналися про історію відходів у Львові, що привернуло увагу до проблем поводження з відходами всієї країни.

Та сама проблема стає дедалі гострішою у великих і малих містах і селах. Проблема полягає не лише в інвестиціях та проектуванні сміттепереробних комплексів, а й у культурі мешканців щодо поводження з відходами та їхній платоспроможності за якісне поводження з відходами [5,38].

Тому надзвичайно важливим є поєднання різних форм організації навчання для наповнення предметного змісту спеціальними знаннями, уміннями та ціннісними орієнтаціями для міждисциплінарної реалізації «здоров'я та безпеки». Такий підхід сприяє розвитку предметної та ключової (здоров'язберезувальної) компетентностей учнів. Результативною виявилася їх безпосередня участь у різноманітних акціях, зокрема «Здоровий спосіб життя молоді», «Вчимося здоров'ю», «Молодь у боротьбі зі СНІДом», «СНІД-НІ», участь у міжнародних санітарно-просвітницьких програмах, зокрема програма «Рівність» - Рівність», а також громадські організації, зокрема програма «TYVER Школи безпеки та виживання дітей» [13,29].

## **2.2 Формування здоров'язберігаючих компетентностей в процесі викладання біології та основ здоров'я**

Під час навчального процесу при викладанні біології школярі необхідні теоретичні знання та практичні вміння та навички по застосуванню різних способів збереження власного здоров'я та здоров'я своєї родини, односельців. Доцільно використовувати різні форми та методи проведення уроку для формування в учнів необхідних компетентностей на основі вираховування певної вікової категорії учнів, їх рівня знань та умінь [17,39].

Під час проведення занять з біології велика увага надається отриманню учнями знань про закономірності та особливості будови та функціонування людського організму.

Зокрема, під час розгляду теми: Поняття про серцевий цикл. Робота серця та її регуляція. Вимірювання частоти серцевих скорочень (додаток 1), яка розглядалась для учнів 8 класу, завданням учителя є пояснення про серцево-судинну систему людини; про серцевий цикл та особливості його фаз. На уроці розглядаються процеси роботи серця та чинники, що регулюють його роботу. Вчитель наголошує на необхідності дбати про своє здоров'я, вміти спостерігати за своїм станом і станом оточуючих, особливо людей літнього віку, у яких загострюються серцево-судинні захворювання, які досить часто є причиною смерті людей. Наголошується на тому, що своєчасно надана допомога людині, яка має проблеми з серцевою діяльністю, істотно підвищує шанси на збереження її життя [1,19].

Важливе значення для навчально-виховного процесу та становлення учнів як свідомої частини суспільства має набуття ними практичних навичок і вмінь, необхідних для піклування про своє здоров'я та здоров'я оточуючих.

Зокрема, значна увага приділяється набуттю учнями вмінь надавати першу допомогу при різних видах кровотеч (додаток 2). На занятті з даної теми розглядаються теоретичні питання про різні види кровотеч та причини їх виникнення. Учні 8 класу на практичних заняттях навчаються правилам надання першої медичної допомоги у випадку виникнення різних видів кровотеч у певних ділянках тіла людини; засвоюють правила допомоги постраждалому у разі їх виникнення. Такі заняття сприяють підготовці учнів до самостійного життя та виховують бережне відношення до здоров'я людей.

Заняття за подібною тематикою проводяться і для учнів старших класів (додаток 3). Зокрема, для учнів 10 класу розглядається Тема: Перев'язки та правила їх накладання. Під час теоретичної частини заняття вчитель, використовуючи наочні засоби, розповідає та демонструє різні типи пов'язок; пояснює правила їх накладання. Учні розглядають різні види

перев'язувального матеріалу та визначають їх властивості і особливості процесу перев'язування. Цікавою частиною уроку є демонстрація накладання різних типів пов'язок вчителем, після чого учні в групах вчать самостійно їх накладати. Отримані навички в учнів старших класів є необхідною умовою нашого сьогодення, які дозволять, при необхідності, зберегти багатьом людям життя.

Основою здоров'я людини є її харчування. Це один з небагатьох чинників, яким людина може керувати, визначаючи свій стан здоров'я, якість життя та довголіття. Такі актуальні питання нами розглядалися з учнями 10 класу під час розгляду теми: Раціональне харчування-основа нормального обміну речовин (додаток 4). Тип уроку: комбінований з елементами тренінгу. В теоретичній частині уроку учні встановлювали негативні наслідки, які мають місце при надлишковому чи недостатньому вживанні основних харчових нутрієнтів-вуглеводів, жирів, білків, а також вітамінів; встановлювали значення органічних сполук та мінеральних речовин, які є необхідними складниками здоров'я людини. В практичній частині учні вчилися розробляти правильну обґрунтовану стратегію харчування, яку доцільно застосовувати у різних умовах фізичного та психо-емоційного навантаження, яка в цілому забезпечує формування здорового способу життя. Важливою практичною змістовою частиною заняття було отримання навичок аналізу свого добового харчового раціону і визначення його відповідності критеріям раціонального харчування.

Застосування такого типу уроку, який має елементи тренінгу, забезпечує отримання учнями вмінь розраховувати власний основний обмін, аналізувати його та цій підставі складати для себе збалансований харчовий раціон, який можна успішно використовувати у власному житті.

Таким чином, під час проведення занять з біології для учнів нашої школи забезпечується формування здоров'язбережувальних компетентностей, на основі яких учні отримують необхідні теоретичні базові знання та практичні вміння і навички для збереження здоров'я; пропагується у різних формах і

методах здоровий спосіб життя, який є визначальною умовою для створення здорового генофонду населення України.

З 2020 року я працюю на посаді вчителя Замостянської загальноосвітньої школи I-III ступенів Вашківцевої міської ради, викладаючи навчальні дисципліни Біологію та Основи здоров'я для учнів 6, 7, 9, 10 класів.

Під час навчально-виховного процесу нами застосовуються різні методи та форми навчання, які засвідчують їх високу результативність та ефективність застосування. Розробка плану-конспекту будь-якого типу уроку здійснюється згідно вимог навчальної програми, яким має повністю відповідати тема, зміст, мета та завдання уроку.

При проведенні уроку нами дотримуються загальнодидактичні вимоги: урок має бути добре структурований за змістом та тривалістю розгляду питань відповідно до вимог шкільної програми, враховуючи загальний рівень знань та підготовку учнів по темі конкретного уроку. Під час підготовки уроку нами підбираються найбільш раціональні методи, прийоми і засоби навчання, які повинні забезпечити пізнавальну активність і творчий розвиток учнів.

Як засвідчує педагогічний досвід, під час занять доцільно застосовувати, зокрема, комбінований тип уроку, на якому з відповідною ефективністю застосовуються різні елементи сучасних освітніх технологій, що забезпечує отримання належних знань та їх успішне засвоєння.

Даний тип уроку нами був застосований під час вивчення Основ здоров'я при розгляді теми: Конфлікти і здоров'я. Поняття конфлікту. Види і способи розв'язання конфліктів (додаток 5).

*Мета заняття*- забезпечити розширення знань школярів про види конфліктів та їх вплив на здоров'я людини; сприяти формуванню умінь щодо об'єктивного аналізу та адекватної оцінки різних життєвих ситуацій; умінь по правильному виборів шляхів для вирішення певних проблем; здійснювати роз'яснення щодо способів запобігання прояву конфліктних ситуацій, а також при їх виникненні навчити знаходити шляхи для подолання конфліктних ситуацій; формувати в учнів співчуття та розуміння станів, почуттів та запитів

людей, які стикнулись з різними життєвими проблемами; сприяти виховання у школярів толерантного терпимого відношення до поглядів та переконань інших людей, налагоджувати товариські дружелюбні стосунки.

При розгляді пролемних завдань учні у групах виконували справи типу мозкового штурму та вирішували поставлені завдання, демонструючи вміння співпрацювати у робочих групах для пошуку компромісних рішень. Результатом уроку є отримання навичок для розв'язування конфліктних ситуацій та вміння відстоювати особисту позицію в житті, мати чітку громадянську позицію.

Свої навчально-методичні особливості використання має інтерактивний тип уроку. Його елементи нами були застосовані при проведенні уроку з Основ здоров'я на тему: Значення води і харчування для розвитку і здоров'я підлітків. Поживні речовини (додаток 6).

Освітньою метою заняття є ознайомлення учнів із складовими компонентами харчових продуктів їх ровесників у відповідності до певної вікової групи; привити навички аналізувати якість харчового раціону, розрізняти корисні компоненти їжі та шкідливі інгредієнти, які здатні нанести шкоду здоров'ю; провести роз'яснювальну роботу про те, що правильно організоване харчування є однією з головних умов міцного здоров'я та довголіття; сформувати в учнів розуміння важливості дотримання правила про необхідність збалансованого вживання їжі, яка містить усі важливі поживні органічні речовини, вітаміни та мінеральні сполуки; роз'яснити в чому полягає суть зневоднення та акцентувати увагу дітей на важливості та необхідності рівномірного розподілу денної норми води протягом дня.

Розвиваюча мета уроку передбачає розвиток в учнів розуміння біологічного значення води та поживних сполук для людського організму; формування творчих здібностей учнів, вміння висловлювати свої думки, аргументувати свою позицію. Виховною метою заняття є виховання культури здорового харчування та відповідального ставлення до власного здоров'я.

Для вивчення нового матеріалу вчителем формуються групи для

виконання дослідницької роботи. Команди учнів по черзі показують міні-вистави- в цікавій формі розповідаючи про різні групи поживних речовин та їх значення для організму людини.

Ефективним засобом навчальної діяльності є проведення уроків-тренінгів. Успішним засобом навчання при організації та проведенні таких типів занять є робота учнів у невеликих групах. Вважаю, що вибраний тип і структура заняття відповідають в повній мірі поставленій меті уроку та його завданням.

Грунтуючись на психологічних основах організації навчання, а також для забезпечення активної особистої інтелектуальної діяльності школярів на занятті використовуються різні методи, прийоми, підбираються різноманітні завдання, вправи, які доступні для виконання учнями; досить часто подання навчального матеріалу супроводжується переглядом відео, що становить певний інтерес для учнів та підвищує рівень засвоєння знань [19,34].

Зміст, структура та наповнення уроку має повністю відповідати особливостям вікових груп школярів. Важливою рисою уроків-тренінгів є отримання школярами можливості показати свій рівень знань, вмінь та навичок комунікативного характеру- вміння спілкуватися, вислуховувати одне одного, налагоджувати контакти з іншими учасниками учнівського колективу. Використання таких методів сприяє засвоєнню навчального матеріалу на належному рівні. Для перевірки ефективності застосування уроків-тренінгів під час подачі навчального матеріалу нами на прикладі 6 класу проведено оцінку знань учнів. У класі навчається 25 учнів. Всі учні класу мають доволі непоганий потенціал у навчанні.

На початку уроку учні 6 класу написали контрольний зріз знань по попередній темі. роздавався матеріал для перевірки знань попередньої теми. В результаті перевірки виявлено, що Із 25 дітей написали роботу на високий рівень 6 учнів, на достатній – 11 учнів, на середній – 5 учні та на початковий рівень – 3 учні (табл.1).

Таблиця 1

**Перевірка знань учнів 6 класу Замостянської ЗОСШ  
на початку уроку**

<b>Рівень знань</b>	<b>Кількість учнів</b>	<b>%</b>
Високий рівень (10-12 балів)	6	24
Достатній рівень (7-9 балів)	11	44
Середній рівень (4-6 балів.)	5	20
Початковий рівень (1-3 бали)	3	12
<b>Всього учнів</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

При поданні нової теми навчального матеріалу, яка за змістом і складністю не відрізнялася від попередньої теми, з використанням уроку-тренінгу нами вкінці заняття було проведено підсумкову контрольну роботу на закріплення отриманих знань учнів.

Встановлено, що використання уроку-тренінгу підвищило якість засвоєння знань в порівнянні з традиційною формою проведення заняття. Високий рівень виявлено в 10 учнів, достатній рівень показали також 10 учнів; на середній рівень відповіли 5 учнів (табл.2).

Таблиця 2

**Перевірка знань учнів 6 класу Замостянської ЗОСШ  
вкінці уроку**

<b>Рівень знань</b>	<b>Кількість учнів</b>	<b>%</b>
Високий рівень (10-12 балів)	10	40
Достатній рівень (7-9 балів)	10	40
Середній рівень (4-6 балів)	5	20
Початковий рівень (1-3 бали)	0	0
<b>Всього учнів</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

Виявлено, що урок-тренінг сприяє кращому запам'ятовуванню учнями навчального матеріалу в порівнянні з традиційними освітніми методами. В учнів покращується пам'ять та логічне мислення; вони активно працювали та обґрунтовано відповідали на поставлені запитання.

Отже, в результаті застосування уроків-тренінгів спостерігається зростання частки учнів з високим рівнем знань з 24% до 40% за рахунок збільшення рівня знань учнів, які мали попередньо середній рівень. Встановлено, що після застосування уроку-тренінгу жоден учень не мав початкового рівня знань.

В цілому, 80% учнів продемонстрували в однаковій мірі достатній та високий рівень знань, що свідчить про високу результативність застосування освітніх технологій у формі уроку-тренінгу.

Отже, уроки-тренінги є способом організації навчально-виховної діяльності під час якої забезпечується активна участь всіх учнів у засвоєнні знань. Акцентується увага на особистій відповідальності кожного школяра за виконання конкретного поставленого або ж наголошується, що від якості і швидкості виконання залежить виконання завдання, яке визначене вчителем для певної групи учнів.

Такий тип уроку, як урок-тренінг є основною формою успішної реалізації здоров'язберігаючих компетентностей під час навчально-виховного процесу у середній школі. Під час занять закладаються основи здорового способу життя.

При проведенні уроку для учнів 9 класу на тему: Принципи здорового харчування, проведеного у формі тренінгу, учні знайомились та засвоювали на візуальних прикладах основні правила здорового харчування (додаток 7).

Учні разом із вчителем у вигляді бесіди обговорювали принципи правильного вибору свого харчового раціону; особливості режимів харчування та визначали негативні наслідки для здоров'я, до яких може призвести вживання неякісної їжі.

У вигляді різних вправ, які виконували групи учнів (додаток 7),

створювались візуальні засоби, колажі, кольорові плакати та моделі здорового харчування. Їх використання забезпечує більш ефективне засвоєння знань про принципи здорового харчування, які необхідно втілювати у життя та дотримуватись повсякденно.

В рамках тематичного плану навчального предмету «Основи здоров'я» нами проведено урок для учнів 8 класу на тему: «Харчування і здоров'я» (додаток 8). Головною метою заняття є формування в школярів уявлень та розуміння основ про раціональне харчування, сприяння об'єктивному усвідомленню важливості необхідності та відповідальності за збереження здоров'я. Проведення уроку у формі тренінгу сприяє кращому засвоєнню знань та виробляє практичні навички по оцінюванні якості харчових продуктів різного походження.

В розрізі здоров'язберігаючих освітніх технологій згідно тематичного плану з Основ здоров'я нами проводився інтегрований урок в 9 класі на тему: «Ми те, що ми їмо» (додаток 10). Мета уроку передбачала аналіз хімічного складу, властивостей, біологічного значення та форм практичного застосування різних харчових нутрієнтів. На уроці даного типу нами використовувались проблемно-пошуковий метод навчання, в якості випереджувального заняття виконувалась попередня робота у невеликих домашніх групах. Вчитель проводив пояснення матеріалу у формі розповіді та заслуховувались підготовлені повідомлення учнів. Під час заняття перед школярами була поставлена проблема, яку вони вирішували протягом всього уроку.

Для формування предметних компетентностей та більш наочного представлення навчальних матеріалів, які розглядались на уроці, нами застосовувалась мультимедійна презентація.

Таким чином, застосування міжпредметних зв'язків при проведенні інтегрованих уроків дозволяє об'єднати програмний навчальний матеріал у вигляді чітких структурованих та систематизованих знань, застосувати творчий підхід для виконання поставлених завдань, що вимагає застосування знань з інших суміжних навчальних предметів, здійснювати аналіз природних процесів

і явищ з погляду їх трактування іншими предметами, сприяючи підпорядкуванню окремих ознак більш узагальненим.

Як засвідчує набутий досвід, заняття такого типу забезпечують більш ґрунтовне та якісне засвоєння навчального матеріалу будь-якої складності в порівнянні з традиційними освітніми формами навчання.

Інтегровані уроки допомагають учням більш якісно засвоювати теоретичні знання та виробляють вміння застосовувати їх на практиці для вирішення конкретних проблем і завдань.

Цікавою узагальнюючою формою організації навчального процесу, яку ми використали для учнів 9 класу є проведення інтегрованого системно-узагальнюючого уроку-тренінгу з біології та основ здоров'я з використанням матеріалів екологічного освітнього проекту «Зелений пакет» (додаток 12).

*Мета:* сформувати в школярів необхідні уявлення про живих істот, які є невід'ємною складовою цілісної живої природи, про унікальні властивості, особливості та неповторність усіх її частин. Визначити ознаки подібності та відмінності між людиною як видом та іншими учасниками природного середовища. Прививати бережливе та ощадливе ставлення до навколишнього середовища. Забезпечувати розвиток екологічного мислення у школярів, вміння клопотатись про природне довкілля, особисте здоров'я, навчити вмінню переконувати інших не забруднювати навколишнє середовище і природу.

Для досягнення мети спочатку застосовувався мозковий штурм для встановлення причин виникнення життя на Землі.

У змістовому блоці «Біологія» учні у вигляді вправ «Знайомство» знайомляться з різноманітністю живих організмів, особливостями їх життєдіяльності та поведінки. Учні складають маршрути подорожі, під час яких виконують завдання по виявленню властивостей та спільних ознак компонентів живої та неживої природи.

Учні за допомогою методики «Vebbing» (плутанина слів) отримують у своє розпорядження певний набір біологічних термінів, навчаються будувати логічні

змістові блок-опори на основі яких формують обґрунтовану відповідь та до неї створюють презентації.

За одним з маршрутів учні об'єднуються у міні-групи для виконання досліджень природи. Вони складають опорні схеми відповідей та за методикою «Колаж» відповіді у формі міні-презентацій.

Для блоку «Основи здоров'я» учні за допомогою вчителя виділяють корисні ознаки рослин, які визначають вплив на здоров'я людини. Запрошені учні 10 класу в якості волонтерів проводять пропагування здорового способу життя.

На основі отриманих літературних джерел, інтернет-ресурсів та технічних засобів навчання учні, розділившись на групи створюють пам'ятки дієтологів та імунологів.

Завершуючим етапом заходу є застосування інтерактивного методу «Мікрофон»: учні для обговорення актуальних проблем охорони природи та збереження біорізноманіття об'єднуються у групи для аналізу екологічних проблем на основі відомих цифр та статистичних даних. Обговорюються проблеми щодо глобальних втрат, які несе біосфери внаслідок людської діяльності та обумовлюється необхідність застосування заходів по її збереженню.

Таким чином, проведення наведеного інтегрованого системно-узагальнюючого уроку-тренінгу сприяє розширенню кругозору учнів, гармонійному поєднанню знань з біології та основ здоров'я з вміннями обґрунтовувати практичні заходи по збереженню та відтворенню природного середовища, його компонентів та взаємозв'язків між живими організмами.

Підвищується загальний рівень екологічного мислення, культури та свідомості.

### **2.3. Формування здоров'язберігаючих компетентностей в позаурочній роботі з учнями та батьками**

Велике значення у формуванні здоров'язберігаючих компетентностей відіграє позаурочна робота з учнями, до якої при необхідності також залучається батьківський колектив. Це сприяє згуртованості учнів, формуванню колективної відповідальності та підтримки; пошуку шляхів вирішення завдань та активної пізнавальної діяльності [28,32].

Також нами для учнів 6 класу була проведена класна година- тренінг (додаток 9) на тему «Здоров'я -це краса».

*Мета заняття* – розширити знання учнів про взаємозв'язок здоров'я та краси; вплив здорового способу життя на стан людини, її фізичний та духовний світ.

Учні, розбившись на групи, у вигляді вправ висловлювали свої думки та очікування від тренінгу. Вони створювали яскраві колажі та представляли їх у класі. Під час тренінгу учні, працюючи в групах, створюючи колажі, в яких відтворювали красу здоров'я, також навчались працювати у команді, обгрутовано та впевнено відстоювати свої позиції, ділитися враженнями, вміти враховувати думки інших учасників та виробляти навички працювати разом для виконання спільної справи. На завершальному етапі тренінгу учні склали Коло здоров'я, на якому всі учасники відмічали по черзі потрібні компоненти для розвитку здорового та гарного людського організму.

В рамках навчальної дисципліни Основи здоров'я як форму позаурочної діяльності доцільно проводити спільні зустрічі учнів та їх батьків. Під час проведення таких заходів варто застосовувати тематичні бесіди, диспути щодо здоров'я дітей.

Так, в 6 класі Замостянської загальноосвітньої школи під час позаурочного заходу проведено бесіду на тему «**Здорова дитина-щаслива родина**».

В рамках позаурочної роботи нами проведено захід на тему: Здоров'я дитини – здорове харчування (додаток 13).

*Мета заходу:*

- узагальнення отриманих знань учнів щодо складових компонентів харчового раціону, розуміння корисної їжі та її позитивний вплив на загальний стан організму та його здоров'я;
- роз'яснення способів, за якими можна відрізнити корисні та шкідливі харчові продукти;
- встановити фізіологічне значення поживних речовин та мінеральних сполук для людського організму;
- обґрунтувати критерії, за якими необхідно підбирати раціон страв для здорового харчування;
- забезпечити виховання в учнів відповідального відношення до власного організму та здорового способу життя.

Під час заходу нами використовувались різні засоби візуалізації: ілюстрації, плакати з висловами про харчування, карти подорожі, картки для групових ігор. Така форма організації подання інформації забезпечує краще розуміння учнями матеріалу та підвищує ефективність засвоєння знань.

Вкінці осіннього семестру 2022-2023 н.р. з учнями 6 класу нами проведено позакласний захід Новорічна гра «Веселе свято» (додаток 14).

*Мета заходу:*

- засвоїти навички по застосуванню отриманих знань з природознавства, географії та біології про особливості росту та розвитку символічних видів рослин для організації Новорічних свят, Великодня, Зелених свят;
- сформувати уявлення про екологічне значення представників відділу Голонасінні рослини для оздоровлення повітря;
- виховувати почуття бережливого та раціонального ставлення до живої природи; привити навички використовувати штучного походження символічні вироби для відзначення свят, завдяки чому ми зберігаємо природні зелені насадження;
- розвинути особистісні якості учнів- такі як ерудованість, комунікативність, винахідливість та під час проведення новорічних заходів;

- засвоїти знання про фізіологічне значення фруктів та овочів для підтримання та покращення здоров'я людини;
- сприяти вихованню в учнів толерантності та поваги до давніх українських традицій.

На таких тематичних заходах, присвячених відзначенню певних календарних дат, в рамках формування біологічних знань про природу та здоров'язбережувальних компетентностей органічно поєднуються набуті учнями теоретичні знання з біології з практичними знаннями з основ здоров'я, вміннями застосовувати отримані знання і навички в повсякденному житті, побуті; свідомо підходячи до власного харчового раціону та здоров'я молодої людини [17,31].

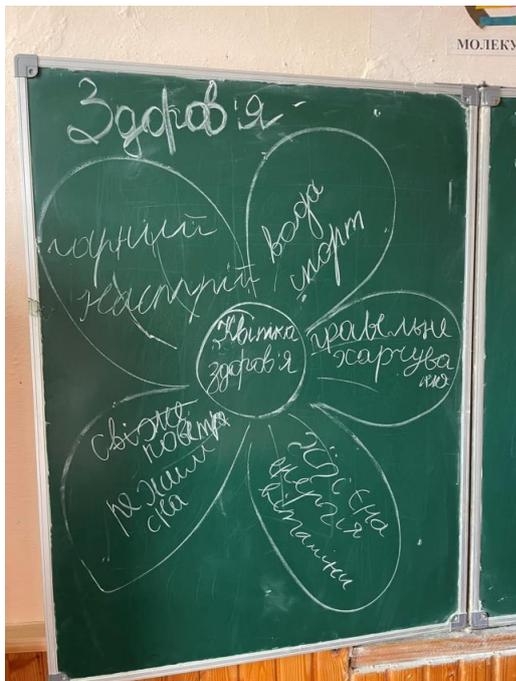
### **РОЗДІЛ ІІІ. РЕАЛІЗАЦІЯ МЕТАПРЕДМЕТНОГО ПІДХОДУ ПРИ ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У РАМКАХ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ HEALTHY SCHOOLS**

Для розробки та впровадження соціальних проєктів, направлених на формування здорового способу життя молодого покоління застосовуються різноманітні форми та методологічна розробки для такого типу діяльності. Акцентування уваги під час занять на проблемах, які цікавлять школярів сприяє їх залученню до активної роботи у заходах та проєктах [11,29].

Для учнівського середовища обов'язковою цікавою формою спілкування є колективні форми проведення навчання у ігровій формі, конкурсів, брейн-рингів, у яких учасники демонструють вміння спілкуватись та допомагати одне одному. Навчальний матеріал доцільно подавати у цікавій та доступній розвиваючій формі, яка забезпечує не тільки репродуктивне засвоєння знань, але також спонукає до аналітичного мислення, усвідомлення суті проблеми, яка розглядається та передбачає набуття необхідних вмінь та навичок для визначення умов, необхідних для дотримання здорового способу життя [15,33].

Особливо результативним видом діяльності з школярами є планування роботи по формуванню основ здорового способу життя, яке передбачає застосування різноманітних методів та є невід'ємним елементом глобальної програми щодо формування здорового способу життя; акцентуючи увагу на актуальних сьогоdnішніх проблемах людського середовища та враховує персональні особистісні, психо-емоційні, соціально- культурні, характер родинних стосунків та назку інших факторів, які визначають особисту поведінку людини та ставлення до оточуючих [21,30].

Під час виконання заходів, передбачених програмою HEALTHY SCHOOLS нами проводилось роз'яснення у популярній формі щодо харчового раціону дітей та його важливі складові; значення споживання їжі, багатої на вітаміни в зимовий період. У формі бесіди батьки учнів ділились інформацією та власним досвідом щодо основних способів профілактики вірусних та бактеріальних захворювань дихальної



системи людини, характерних важливих особливостей певних вікових категорій школярів стосовно правильного розкладу дня та ефективних засобів, які б сприяли загартовуванню учнів. Школярі зобразили квітку здоров'я, на її віночках відмітили головні фактори, які визначають формування здорового організму людини.

Впровадження в освітній процес у школі знань про раціональне харчування та здоровий спосіб життя на сьогоднішньому етапі розвитку вітчизняної освіти є важливою частиною навчального процесу. Сучасне покоління молодих людей повинно мати чітке розуміння важливості підтримки власного здоров'я, володіти достатньою інформацією про здорове харчування, якість та безпечність харчових продуктів.

Впровадження необхідних знань та вмінь щодо основ здорового харчування у навчально-виховний процес є актуальним завданням сучасної вітчизняної освіти. Набуті знання однозначно сприяють збалансованому та гармонійному фізичному і психо-емоційному розвитку школярів, сприяють їхній соціальній адаптації. Такий тип освіти має впроваджуватись з раннього віку та продовжуватись усе свідоме життя [23,36].

Проект «Скарбничка здоров'я».

Реалізація проекту передбачається базі загальноосвітньої середньої школи. Програма зорієнтована на широке залучення учнів різного віку до активної фізичної діяльності, пропаганду та популяризацію раціонального харчування.

Завдання проекту:

- формування учнівського активу з метою організації тематичних доповідей про здорове та якісне життя лекцій;
- розширення та поглиблення знань про природну рослинність, її корисні та лікувальні властивості, приготування фіточаїв для профілактики та лікування різноманітних хвороб;
- виготовлення інформаційних стендових матеріалів.

Основні складові проекту:

1. Створення і підготовка ініціативної групи.
2. Організація відкритих зустрічей-консультацій із фахівцями по фітотерапії.
3. Доповіді лекторської групи з інформацією про способи приготування та використання фіточаїв для профілактики та лікування різних захворювань.
4. Проведення тематичних екскурсій для школярів для ознайомлення з багатством рослинного світу.
5. Підготовка інформаційних стендових матеріалів: брошури «Ліки під твоїми ногами», «Домашня зелена аптека»; тематичні плакати «Екологічний стан навколо нас»; роздача газет «Екологія здорового способу життя», «Зелена неділя»; видання збірки «Рецепти довголіття».

Інформаційна кампанія, яка проводилась в рамках реалізації проекту,

спрямована на популяризацію серед школярів інформації про способи застосування лікарських рослин для оздоровлення організму та лікування від хвороб.

Проект «Не піддавайся тютюновій спокусі».

*Мета проекту:* формування необхідних навичок щодо здорового способу життя серед учнівської молоді. Організація колективної діяльності стосовно профілактики пагубних звичок, яка здійснюється через дитячі різноманітні дитячі організації.

Заходи проекту:

1. Організація циклу тренінгових занять на тему «Вмій сказати ні», які спрямовані на формування навиків відмови від згубних для здоров'я звичок;
2. Виготовлення рекламних стендів на тему «Ровеснику, я обираю здоровий спосіб життя!»;
3. Проведення інтерактивної гри «Увімкни розум» середучнів загальноосвітніх шкіл;
4. Конкурс антиреклами «Тютюнова спокуса» серед учнів навчальних закладів;
5. Шкільна конференція на тему «Куріння – шкода здоров'ю, потомству, красі, грації»;
6. Видання кишенькових календариків, плакатів, брошур з інформацією про здоровий спосіб життя.

Заходи, які здійснюються в рамках проекту, орієнтовані на формування особистих думок школярів стосовно вживання наркотичних речовин, алкоголю, тютюнопаління, отримання навичок обґрунтованої відмови та вміння протистояти соціальному пресингу.

Проект сприяє залученню якомога більшої кількості учнів до активної волонтерської діяльності з пропагування здорового способу життя.

Проект «Велика перерва».

*Мета проекту:* системне застосування у навчальному закладі освітніх програм, які направлені на становлення здорової особистості, формування у

школярів потреби організувати діяльність щодо збереження власного здоров'я.

Проект орієнтований на створення комплексної системи, метою якого є зміцнення та покращення здоров'я школярів, масове залучення учнів до активних занять спортом, організацію цікавого та змістовного дозвілля.

Заходи, що реалізуються в межах проекту:

1. Проведення тематичних уроків про здоров'я, орієнтованих для школярів середніх і старших класів (кожного місяця);
2. Захід «В гостях у лікаря Айболить»- проведення уроків здоров'я, розрахованих для школярів молодших класів (кожного місяця);
3. Засідання центру «Здоров'я»;
4. Конкурс на кращу казку на тему «Твоє здоров'я у твоїх руках»;
5. Конкурс на кращий твір «Наркоманія – загроза людству»;
6. Тренінгове заняття з підготовки активістів-добровольців для організації роботи по популяризації здорового способу життя;
7. Фестиваль «Здорова людина – здорове суспільство»;
8. Фоторепортаж «В здоровому тілі – здоровий дух»;
9. Діяльність спортивних секцій: секція аеробіки, «Богатир»;
10. Спортивне свято «Роби з нами, роби як ми, роби краще нас».

Здійснюється інформаційний супровід проекту; проводиться підготовка відео «Велика перерва», виготовляють необхідні інформаційно-рекламні матеріали, також здійснюється робота над розробкою навчально-методичного посібника «Поради доктора Айболить», рекомендованого для вікової групи молодшої школи.

Проект «Шанс».

*Мета проекту:* запобігання негативного впливу основних факторів навколишнього середовища різні вікові групи школярів. Основним завданням проекту є надання учням необхідної інформації про шкідливий вплив споживання алкоголю, паління тютюну; про заходи, за допомогою яких можна вберегтися від СНІДу.

## ВИСНОВКИ

1. Під час проведення занять з біології забезпечується формування здоров'язбережувальних компетентностей, на основі яких учні отримують необхідні теоретичні базові знання та практичні вміння і навички для збереження здоров'я; пропагується у різних формах і методах здоровий спосіб життя, який є визначальною умовою для створення здорового генофонду населення України.
2. Реалізація метапредметного підходу під час формування здоров'язберігаючих компетентностей визначає належний рівень володіння навичками щодо самостійного отримання нових знань, раціональної організації навчальної діяльності, аналітичного мислення, вирішення проблемних завдань, вмінь працювати в групі та нести особисту відповідальність за якість виконаної роботи.
3. Наповнення предметного змісту навчальних предметів «Біологія» та «Основи здоров'я» спеціальними знаннями, вміннями і ціннісними орієнтаціями стосовно реалізації наскрізної лінії «Здоров'я і безпека» в поєднанні з різними формами організації навчання є надзвичайно важливим. Такий підхід сприяє розвитку в учнів як предметної так і ключової (здоров'язбережувальної) компетентностей.
4. Виявлено, що застосування уроків-тренінгів як форми проведення заняття сприяє кращому запам'ятовуванню учнями навчального матеріалу в порівнянні з традиційними освітніми методами. В результаті застосування уроків-тренінгів спостерігається зростання частки учнів з високим рівнем знань з 24% до 40% за рахунок збільшення рівня знань учнів, які мали попередньо середній рівень. Встановлено, що після застосування уроку-тренінгу жоден учень не продемонстрував початкового рівня знань. У 80% учнів зафіксовано достатній та високий рівень знань, що свідчить про високу результативність застосування освітніх технологій у формі уроку-тренінгу.
5. Сучасні освітні технології передбачають інтеграцію навчальних методик, які орієнтовані на отримання необхідних знань про навколишній світ, природне середовище, закономірності його функціонування та сприяють пошуку оптимальних шляхів для забезпечення нормальної життєдіяльності людини. Компетентнісний підхід в сучасній освіті обґрунтовує розвиток моделі навчальної діяльності, згідно якої забезпечується набуття на різних рівнях освіти компетенції, які визначають основи здоров'я людини, її життєдіяльності та моральних і суспільних цінностей.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрющенко, Т. Здоров'язбережувальна компетентність – змалку / Т. Андрющенко // Палітра педагога. – 2014. – №6. – С. 6-9.
2. Антонюк, Л. В. Формування здоров'язбережувального середовища в навчальному закладі / Л. В. Антонюк // Осн. здоров'я. – 2014. – №4. – С. 6-9.
3. Бартошук, І. Здоров'язбережувальні компетентності на уроках основ здоров'я / І. Бартошук // Здоров'я та фіз. культура. – 2014. – №22. – С. 4-5.
4. Батюк, С. Цінність здоров'я і здорового способу життя: проект // Поч. освіта. – 2013. – №25-26 (лип.). – С. 3-29.
5. Бевз Г.М., Главник О.П. Технологія проведення тренінгів з формування здорового способу життя молоді. Київ, 2005. С.88–146.
6. Бережна, Т. Створення здорового середовища навчального закладу як шлях збереження і зміцнення здоров'я учнів / Т. Бережна // Рідна шк. – 2012. – №1-2. – С. 44-47.
7. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим // Здоров'я та фізична культура. – 2005. – №2. – С. 1-4.
8. Бойченко, Т. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України / Т. Бойченко // Осн. здоров'я та фіз. культура. – 2008. – №11-12. – С. 6-8.
9. Бузницька, О. М. Програма гуртка «Здоровий спосіб життя» для учнів 10 класів природничого профілю навчання / О. М. Бузницька // Осн. здоров'я. – 2013. – №9. – С. 31-40.
10. Васильєва, Н. М. Здоров'язбережувальні технології на уроках основ здоров'я / Н. М. Васильєва // Осн. здоров'я – 2014. – №8. – С. 44-46.
11. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – №8. – С. 1-6.
12. Ващенко О. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах / О. Ващенко, С. Свириденко // Директор школи. - 2006. - № 20. С. 12.
13. Ващук С. Потреба бути здоровим / С. Ващук // Директор школи. - 2006. - № 39. - С. 18-24.

14. Васьківська Г. О. Метапредметний підхід у процесі формування системи знань про людину в старшокласників [Текст] / Г. О. Васьківська // Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. – 2013. – Вип. 3.
15. Власенко, Л. В. Організація здоров'язбережувального навчального процесу на уроках і в позаурочний час у початковій школі / Л. В. Власенко // Осн. здоров'я. – 2012. – №4. – С. 21-25.
16. Волкова І.В., Марінушкіна О.Є., Покроєва Л.Д., Рябова З.В. Становлення шкіл сприяння здоров'ю. – Харків: ХОНМІБО, 2007. – 40 с.
17. Волобуєва, Т. Здоров'язбережувальна технологія як система заходів з охорони та зміцнення здоров'я учнів / Т. Волобуєва // Рідна шк. – 2012. – №7. – С. 35-39.
18. Гігієнічні та соціально-психологічні аспекти моніторингу здоров'я школярів: Матеріали науково-практичної конференції // Харків: ІОЗДП АМНУ, 2006. – 226 с.
19. Гільова, І. С. Організаційно-методичні прийоми збереження здоров'я учнів і пропаганда здорового способу життя / І. С. Гільова // Осн. здоров'я та фіз. культура. – 2006. – №1. – С. 18-20.
20. Гуменюк С.В. Здоров'язберігаючі технології в системі освіти /С. Гуменюк //Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота».- 2013. Вип. 26- С.55-56.
21. Денисенко, Н. Освітній процес має бути здоров'язбережувальним / Н. Денисенко // Дошк. виховання. – 2007. – №7. – С. 8-10.
22. Долбенко Т. Активізація пізнавальної діяльності підлітків: ігрові технології // Рідна школа. 2004. №10. С.76–78.
23. Драган, О. А. Педагогічні умови формування культури здоров'я особистості в позашкільних навчальних закладах України / О. А. Драган // Осн. здоров'я і фіз. культура. – 2005. – №6. – С. 8-11.
24. Жадан, О. М. Інтегровані уроки здоров'я – фактор якості викладання предмета / О. М. Жадан, О. Д. Яненко // Осн. здоров'я. – 2013. – №7. – С. 22-25.

25. Здоров'язбережні технології (здоров'язбережна організація навч. процесу) // Завуч. – 2012. – №9. – С. 27-30.
26. Коваленко, Н. Збереження здоров'я дітей / Н. Коваленко // Сучасна шк. України. – 2015. – №11. – С. 8-13.
27. Коротун Н. Здоров'язберігаючі технології навчання / Н. Коротун // Почат. освіта. – 2013. – №9. – С. 8-10.
28. Крамаренко С.Г. Інтерактивні техніки навчання. Донецьк, 2006 р.-116с.
29. Малащенко, М. П. Шляхи реалізації здоров'язбережувальних освітніх технологій у початковій школі / М. П. Малащенко // Осн. здоров'я. – 2012. – №2. – С. 2-5.
30. Матеріали V міжнародної науково-практичної конференції “Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку” / За ред. проф. М.С. Гончаренко: // м. Харків: 2007. – Т.4. – 208 с.
31. Михайленко, І. Ф. Види навчальних завдань на уроках основ здоров'я / І. Ф. Михайленко // Основи здоров'я. – 2013. – №4. – С. 4-10.
32. Панькова, Н. Організація здоров'яспрямованої діяльності навчального закладу / Н. Панькова // Директор шк. – 2013. – №4. – С. 1-5.
33. Пометун О., Пироженко Л.. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання. К.А.с.к., 2004.-127с.
34. Романова, О. Інноваційні технології (збереження здоров'я в освітніх закладах) / О. Романова // Сучасна шк.України. – 2015. - №11. – С. 4-7.
35. Руденко, Л. Оптимальні технології навчання : впровадження в діяльність учителя основ здоров'я // Здоров'я та фіз. культура. – 2014. – №24. – С. 13-15.
36. Смирнова, Н. К. Здоров'язберігаюча педагогіка та технології її реалізації / Н. К. Смирнова // Позакл. час. – 2010. – №9. – С. 88-102.
37. Сучасний навчальний заклад – Школа сприяння здоров'ю: Матеріали Всеукраїнського науково-практичного семінару // Л.Д. Покроєва, С.Є. Вольянська, І.В. Волкова, В.І.Олійник – Харків: ХОНМІБО, 2006. –148 с.

38. Чубукова, В. М. Права і обов'язки учнів щодо збереження та зміцнення здоров'я. Особиста відповідальність за здоров'я / В. М. Чубукова // Осн. здоров'я та фіз. культура. – 2007. – №6. – С. 17-19.

39. Ященко, Л. Особливості впровадження комплексної програми «Крок за кроком до здоров'я» / Л. Ященко // Осн. здоров'я та фіз. культура. – 2007. – №11. – С. 16-20.