

**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**

**ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ  
МЕТОДІВ НАВЧАННЯ НА УРОКАХ ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКИ ТА  
ДОБРОБУТУ В РОЗРІЗІ ВИВЧЕННЯ ПОНЯТЬ ЗДОРОВ'Я ТА  
ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ УЧНЯМИ 5-ИХ КЛАСІВ**

**Кваліфікаційна робота**

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

***Виконала:***

студентка 6 курсу, 602М групи

**Жураківська Мар'яна Іванівна**

***Керівник:***

доктор біологічних наук,

професор **Чорней І.І.**

*До захисту допущено*

*на засіданні кафедри*

*протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 2023 р.*

*Зав. кафедрою \_\_\_\_\_ проф. Чорней І.І.*

**Чернівці – 2023**

## АНОТАЦІЯ

Магістерська робота студентки 6 курсу, групи 602 Жураківської М.І. на тему «Дослідження ефективності застосування сучасних методів навчання на уроках здоров'я, безпеки та добробуту в розрізі вивчення понять здоров'я та фізичного розвитку учнями 5-их класів», спеціальності 014.05 – Середня освіта (Біологія та здоров'я людини). Виконана у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича, 2023 р.

Роботу присвячено дослідженню ефективності застосування у сучасному освітньому процесі новітніх методів та методичних прийомів інтерактивного характеру, спрямованих на гейміфікацію навчання, з метою формування у школярів умінь та навичок, які, дадуть їм змогу вчитися думати, оцінювати, порівнювати, логічно доповнювати, а не просто запам'ятовувати і відтворювати інформацію.

В ході проведення дослідження апробовано розроблений навчально-методичний комплекс та проведено порівняльний аналіз ефективності обраних методів та форм навчально-виховного процесу за відношенням до традиційних методів викладання. Аналіз результативності учнів досліджуваних класів, продемонстрував чітке переважання саме у класі, де були застосовані інтерактивні методи навчання, дидактичні ігри та елементи формувального оцінювання, що підтверджує їх суттєву ефективність.

*Ключові слова:* здоров'я та фізичний розвиток, анкетування, тестування, інтерактивні методи навчання.

## SUMMARY

Master's thesis of the 6th year student, group 602 Zhurakivska M.I. on the topic "Investigation of the effectiveness of the application of modern teaching methods in the lessons of health, safety and well-being in terms of studying the concepts of health and physical development by students of 5th grades", specialty 014.05 - Secondary education (Biology and human health). Performed at Yuri Fedkovich Chernivtsi National University, 2023.

The work is devoted to the study of the effectiveness of the application in the modern educational process of the latest methods and methodological techniques of an interactive nature, aimed at the gamification of learning, with the aim of forming the abilities and skills of schoolchildren, which will enable them to learn to think, evaluate, compare, logically supplement, and not just remember store and reproduce information.

In the course of the research, the developed educational and methodological complex was tested and a comparative analysis of the effectiveness of the selected methods and forms of the educational process in relation to traditional teaching methods was carried out. The analysis of the performance of the students of the studied classes showed a clear predominance in the class where interactive teaching methods, didactic games and elements of formative assessment were applied, which confirms their significant effectiveness.

*Keywords:* health and physical development, questionnaires, testing, interactive learning methods

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

\_\_\_\_\_ Жураківська М.І.

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	5
1. ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ .....	8
1.1. Системи оцінювання навчальних досягнень учнів у НУШ. Методи навчання .....	8
1.2. Компетентнісний підхід до навчання. Формування ключових компетентностей на уроках ЗБД .....	17
1.3. Фізичне здоров'я та фізичний розвиток .....	25
2. МАТЕРІАЛИ І МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕНЬ .....	32
2.1. Об'єкт та методи дослідження .....	32
3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ .....	36
ВИСНОВКИ .....	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ .....	57
ДОДАТКИ .....	64

## ВСТУП

З 2017-2018 навчального року в Україні розпочалася реформа Міністерства освіти і науки, яка носить назву – Нова українська школа (НУШ). Вона прийшла на зміну морально та фактично застарілій системі радянського зразку, основою якої були класичні уроки на яких застосовувалися традиційні методи та методичні прийоми навчання, не актуальні, зважаючи на сучасні вимоги та потреби школярів. Комплекс заходів та інновацій, які привносить дана реформа має на увазі кардинально нові стандарти початкової освіти. Зміни торкнулися як загальних підходів до навчання вчителів, принципів їх підготовки, так і власне процесу навчання дітей, підбору та впровадження новітніх методів викладання, створення специфічних середовищ навчання, адаптації закордонних методик та елементів освітнього процесу тощо. Головною метою цієї реформи спеціалісти визначають створення такої школи, яку дітям буде максимально комфортно відвідувати. Тобто принциповою позицією є заохочення дітей у всіх проявах їх шкільної активності, створення позитивної атмосфери як в процесі навчання, так і в позаурочний час, формування «привабливого» іміджу власне освітньої діяльності, на противагу сухому та одноманітному завантажуванню дітей великими об'ємами інформації. Крім цього, основною метою власне навчання в такій школі, буде не стільки надання певного базису знань, накопичення дітьми певного об'єму загальної та спеціалізованої інформації, скільки формування в них вмінь та навичок правильного застосування отриманих знань у повсякденному житті та майбутній професійній діяльності. З цією метою в початковій та, частково, середній школах активно відбуваються процеси гейміфікації (ігровизації) навчання та впровадження інтерактивних елементів викладання. У списку змін, запроваджених реформою, цікавим є створення нового освітнього простору, який потребує широкого застосування мультимедійних засобів навчання та оновленого обладнання для НУШ.

Проте, оскільки реформи такого роду являють собою дуже складний і тривалий процес, який вирішує цілу низку комплексних задач, на його шляху виникають численні проблеми та перепони. Так, наприклад, у зв'язку із великою кількістю як предметів навчання, так і власне об'єму матеріалу, який, в ході їх вивчення, надається учням, не вдається швидко та результативно впроваджувати новітні освітні системи у відповідні навчальні програми. Власне впровадження таких елементів навчання відбувається за принципом пріоритетності навчальних предметів, що розтягує загальний перехід шкільного навчання у новий формат. Крім цього, серйозною проблемою залишається визначення доцільності використання конкретних елементів сучасного уроку при викладанні кожного, окремо взятого предмету, та навіть конкретного його розділу. Найчастіше причиною цього стає недостатність або відсутність попередньої апробації визначених методів та елементів уроку, що унеможлиблює об'єктивну, а головне, достовірну оцінку їх ефективності.

Враховуючи все вищесказане **метою** нашої роботи було оцінити різницю ефективності засвоєння учнями 5-их класів матеріалу, викладеного засобами традиційного уроку та уроку із застосуванням інтерактивних методів і елементів формувального оцінювання, в розрізі вивчення розділу «Здоров'я та фізичний розвиток», на уроках здоров'я, безпеки і добробуту (ЗБД).

Для досягнення поставленої мети були сформульовані наступні **завдання**:

1. Визначити попередній рівень знань учнів досліджуваних класів, стосовно поняття здоров'я та їх розуміння важливості дотримання принципів здорового способу життя;
2. Розробити та провести апробацію відповідного меті дослідження навчально-методичного комплексу, який буде містити: бланки анкетування «Здоров'я та здоровий спосіб життя», плани-конспекти уроків з тем «Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток»,

«Харчування і здоров'я» та «Рухова активність і відпочинок», роздатковий матеріал (вхідні/вихідні білети, макети квітки, картки «смайл»), а також комплекс контрольних-оціночних заходів у вигляді бланків тестувань та діагностувальної контрольної роботи;

3. Проаналізувати та порівняти результативність засвоєння викладеного матеріалу учнями, враховуючи специфіку викладання навчального матеріалу (традиційні та інноваційні уроки);

4. Провести об'єктивну та аргументовану оцінку розробленого та апробованого НМК, а також методів і форм навчання, що були застосовані в ході роботи.

## 1. ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ

### 1.1. Системи оцінювання навчальних досягнень учнів у НУШ.

#### Методи навчання

Система оцінювання знань – це комплекс заходів оцінювання якості засвоєння освітніх програм учням [1].

У світі є безліч систем і шкал оцінювання знань. У деяких з них прийнято використовувати цифрові позначення розрядів, причому допускаються дробові оцінки, інші шкали, наприклад у США, за традицією мають справу з літерними позначеннями [2]. Американська шкала також має чисельну інтерпретацію, при якій найвищим оцінкам А та А+ відповідають 4 та 5 балів відповідно [3].

Україна ж восени 2000 року презентувала свою нову шкалу оцінювання, яка замінила радянську.

Нова система оцінювання базується на існуючій раніше 5-бальній шкалі оцінок, яка співвідноситься з 12-бальною системою оцінювання. Оцінка 12 виставляється виключно за визначні успіхи або за якусь творчу роботу.

Виділяють чотири рівні знань учнів:

- Четвертий рівень – високий (10-12 балів). Знання учня глибокі, тверді, системні; учень вміє використовувати їх для виконання творчих завдань, його навчальна діяльність відрізняється вмінням самостійно оцінювати різноманітні ситуації, явища та факти, виявляти та відстоювати особисту позицію;
- Третій рівень – достатній (7-9 балів). Учень знає суттєві ознаки понять, явищ, зв'язки між ними, вміє пояснювати основні закономірності, і навіть самостійно використовує знання у стандартних ситуаціях, володіє розумовими операціями (аналізом, абстрагуванням, узагальненням). Відповіді правильні, логічно обґрунтовані, але учневі бракує власних суджень;

- Другий рівень – середній (4-6 бали). Учень відтворює основний навчальний матеріал, здатний виконувати завдання за зразком, володіє елементарними вміннями навчальної діяльності;
- Перший рівень – початковий (1-3 бали). Відповідь учня фрагментарна, характеризується початковими уявленнями про предмет вивчення [4].

З 2021 року, в рамках реформи НУШ, принципи оцінювання учнів 1-4 класів були змінені. Головною зміною стала заміна оцінки у балах на «вербальну оцінку окремих результатів навчання учня/учениці». У рекомендаціях МОН вводяться поняття вербальної оцінки (оціночного судження) та рівневої оцінки (оціночного судження із зазначенням рівня результату), які можуть бути виражені усно та письмово.

Тепер рівнева оцінка враховуватиме досягнення учнів певного рівня знань та позначатиметься літерами:

П – Початковий рівень;

С – Середній;

Д – достатній;

В – високий [5].

При цьому вербальною оцінкою вчителям рекомендують висловлювати результат особистісних досягнень учнів 1-4 класу, а результат навчання – вербальною оцінкою у 1-2 класах та вербальною чи рівневою оцінкою на вибір закладу у 3-4 класах [6].

В загальному оцінювання діяльності учнів є важливим елементом педагогічного процесу, а оцінка – потужним педагогічним засобом, який виконує те чи інше завдання вчителя. Будь-яка оцінювальна діяльність виходить із потреби учня чи вчителя отримати інформацію про те, наскільки ефективно проходить їхня взаємодія в ході освітнього процесу.

Основний принцип педагогічних процесів – сприяти розвитку учнів. Навчання та розвиток учня постійно перебувають у процесі зміни [7].

Для досягнення навчальної самостійності, ініціативності та відповідальності учнів початкових класів особливе значення має контрольно-оцінна самостійність, тобто вміння учня самостійно контролювати та оцінювати діяльність як власну, так і своїх однокласників, встановлювати та усувати причини труднощів, що виникають під час навчання. Ці вміння формуються за умови систематичного проведення формувального оцінювання у повсякденній практиці [8].

На кожному уроці вчителю дуже важливо замислюватися над такими питаннями, як:

- Наскільки учні засвоїли пройдений матеріал?
- Як я можу це перевірити?
- Яке завдання викликало в учнів труднощі? Чому?
- Якщо завдання стало проблематичним, що потрібно змінити в методиці викладання? [9]

Якщо вчитель не замислюватиметься над цими питаннями, то складання планів уроків, створення позитивної атмосфери під час уроку, дотримання та облік освітніх стандартів, навчання згідно з навчальним планом не принесе позитивних результатів.

Вчитель відповідає за знання, які дає під час уроку. Яким чином він може визначити рівень засвоєння матеріалу?

Оцінювання та навчання є взаємопов'язаними процесами. Існує три взаємозалежних види оцінювання: діагностичне, формувальне та підсумкове.

Без результатів діагностичного оцінювання вчитель не зможе застосувати формувальне оцінювання належним чином. А якість формувального оцінювання на уроці буде впливати на результати підсумкового оцінювання. Зберігаючи таку послідовність при оцінюванні, можна досягти високого рівня навчання [10].

Подані в таблиці види оцінювання є частиною кожного уроку, незалежно від предмета чи класу (Табл.1.1). Діагностичне оцінювання зазвичай проводиться на початку навчального року чи на першому занятті

вивчення теми, навчального розділу тощо. Метою діагностичного оцінювання є отримання інформації про те, на якому рівні щодо цілей навчання на початку вивчення програмної теми, розділу знаходяться учні. Воно дозволяє вчителю коригувати навчальний план з урахуванням потреб учнів, прогнозувати та долати потенційні труднощі у навчанні.

Поряд з цим, формувальне та підсумкове оцінювання є двома з найбільш широко використовуваних видів оцінювання освіти. Вони доповнюють одне одного: формувальне оцінювання перевіряє успішність у процесі навчання, а підсумкове оцінювання служить «остаточною оцінкою» [11].

Таблиця 1.1. Види оцінювання в сучасному освітньому процесі [12]

	Діагностичне оцінювання	Формувальне (формативне) оцінювання	Підсумкове оцінювання
Що це?	Визначення вихідного рівня сформованості компетентностей учня (оцінка не виставляється в класний журнал)	Це оцінювання безпосередньо в процесі навчання, спостереження, аналізу навчальних досягнень учня, за результатами якого вчитель не виставляє оцінку, а проводить корегування	Кінцеве оцінювання навчальних досягнень учня, за результатами якого в журнал виставляється оцінка
Коли застосовується?	Проводиться на початку певного етапу навчання (теми, розділу, семестру, навчального року) або на початку роботи вчителя з новим класом/учнем	Проводиться регулярно на протязі кожного уроку	Проводиться в кінці вивчення теми, розділу, семестру, навчального року
Мета застосування?	Дозволяє визначити рівень підготовки учнів і занести відповідні корективи в плани вчителя (урочні, календарні тощо)	Дозволяє відстежувати прогрес учнів і заносити зміни в процес навчання (корегуються плани уроків, підходи на окремих учнів)	Надає інформацію про ефективність та повноту засвоєння учнями викладеного матеріалу

Традиційно вчителі використовують оціночні методи визначення рівня знань учнів на певний момент часу. Це підсумкове оцінювання, яке проводиться наприкінці певного періоду часу, наприклад, наприкінці вивчення навчальної теми, навчальної чверті, навчального року [13]. Якщо вчитель прагне досягти вищих результатів підсумкового оцінювання, йому також слід зосередитись на застосуванні формувального оцінювання – оцінювання для навчання.

Формувальне оцінювання – це планомірне та систематичне використання вчителем у щоденній роботі п'яти компонентів:



Рис. 1.1. Компоненти формувального оцінювання

На відміну від діагностичного і підсумкового, формувальному оцінюванню притаманні деякі особливості, зумовлені специфікою його реалізації, такі як:

- Являє собою невід'ємну частину процесу навчання, проте не є окремим уроком;

- використовується щодня на кожному уроці;
- забезпечує умови для покращення знань кожного учня індивідуально;
- розуміння вивченого перевіряється кілька разів протягом одного уроку із застосуванням різних прийомів;
- проводиться з метою визначення проблем, а не для виставлення оцінок;
- результати використовуються у плануванні процесу навчання;
- універсальність підходу та різниця прийомів формувального оцінювання дозволяють планувати різноманітні уроки, що у свою чергу є умовою для мотивації учнів до процесу навчання [14].

Кожний із зазначених на рисунку 1 компонентів формувального оцінювання являє собою невід'ємну частину ефективного та грамотно побудованого уроку, проте вони потребують певних знань і вмінь для реалізації, зважаючи на специфіку власне формувального оцінювання (Рис. 1).

Так, наприклад, існує декілька аспектів активності учнів:

1. Розуміння цілей навчання, очікуваних результатів - розуміння мети уроку дозволяє кожному учневі бути його активним учасником. Формулювання очікуваних результатів має бути зрозумілим учням, при цьому рекомендується залучати їх до цього процесу поступово. Список очікуваних результатів вивіщується на дошці, щоб під час уроку у вчителя та учнів була можливість звертатися до поставлених цілей, очікуваних результатів, та перевіряти рівень їх досягнення [15];

2. Знання та розуміння учнями критеріїв оцінювання - розробка критеріїв робить процес оцінювання прозорим та зрозумілим для всіх. Спільна з учнями розробка дозволяє сформувати позитивне ставлення до оцінювання [16].

Важливим фактором виступає послідовність роботи з критеріями оцінювання, яка передбачає наступні кроки:

- Розробка критеріїв оцінювання (здійснюється вчителем самостійно чи разом із учнями);
- Надання та, за необхідності, пояснення змісту критерію учням перед виконанням роботи;
- Виконання роботи з урахуванням розроблених критеріїв оцінювання;
- Подання роботи (читання, переказ, відповіді на запитання, презентація та ін.).
- Оцінювання робіт учнів вчителем, учнями (самооцінювання, взаємооцінювання) відповідно до критеріїв оцінювання;

3. Правильний вибір вчителем прийомів навчання – прийоми навчання можуть визначатися особливостями навчання, це може бути постановка проблемних ситуацій, або докладне планування дій учнів задля досягнення конкретних цілей тощо [17.].

Оцінювання – одна з найважливіших навичок, які учні повинні опанувати протягом навчального процесу.

Знаходити помилки, співставляти результати роботи з критеріями оцінювання, вислуховувати відповідь однокласника – це складні, але вкрай необхідні навички, що формуються з допомогою методів самооцінювання та взаємооцінювання.

Отже, самооцінювання – це процес, спрямований на накопичення та аналіз інформації про сильні і слабкі сторони своєї роботи, а також можливості та аспекти, що потребують поліпшення.

Навичка самооцінювання в учня повинна формуватися за допомогою оцінювання своєї роботи з цілого ряду критеріїв. У цьому випадку він вчитиметься бачити свою роботу як суму багатьох умінь, кожне з яких має свої критерії оцінювання.

Таким чином, учень зможе відстежувати та оцінювати кожен етап свого прогресу [18].

Так само й взаємооцінювання, тобто оцінювання однокласниками одне одного є повноцінним навчальним прийомом формувального оцінювання. Взаємне оцінювання дає учням можливість закріплювати вивчений матеріал у вигляді оцінювання робіт одне одного. Перевага взаємооцінювання у тому, що учні, перевіряючи і співставляючи роботи однокласників із умовами оцінювання, аналізують свій прогрес.

Існує декілька варіантів взаємооцінювання:

- обмін роботами;
- взаємоопитування за спеціальним планом;
- перевірка навичок читання;
- взаємообмін завданнями [19].

Важливу роль в загальній ефективності формувального оцінювання відіграє зворотній зв'язок, тобто процес повідомлення та отримання коментарів про конкретні дії, ситуації, питання, що ведуть до досягнення поставленої мети.

Він дає уявлення про те, як триває процес навчання, інформує про досягнення та прогалини у знаннях кожного учня. Зворотній зв'язок забезпечує успіх навчання, якщо він здійснюється в атмосфері взаємоповаги та доброзичливості та надає час для того, щоб учні дали правильну відповідь та виправили свої помилки. Зворотній зв'язок має бути чітким, зрозумілим, своєчасним і доцільним. Формувальне оцінювання - це процес безупинного надання зворотного зв'язку [20].

Останнім, проте не менш важливим елементом загального поняття формувального оцінювання є мотивація школярів. Формування мотивації відбувається постійно у процесі навчання через підбір книг, що відповідають рівню читацької компетентності учнів, цікаві та різноманітні способи та прийоми навчання, використання мультимедійних технологій, різноманітної наочності тощо.

Проте саме внутрішня мотивація учня є більш тривалою та ефективною. Вона дозволяє учню занурюватись у запропонований матеріал,

шукати детальні відповіді і досягати вищих результатів. Вчителю у своєму оцінюванні слід прагнути формувати внутрішню мотивацію учнів. Поєднання зовнішньої та внутрішньої мотивації є найважливішою умовою досягнення найкращого результату [21].

Для підтримки мотивації учня вчителю необхідно брати до уваги наступне:

- Процес має бути емоційно-позитивним, прозорим та сприяти навчанню;
- Учні повинні бути ознайомлені з критеріями оцінювання;
- Зворотний зв'язок має надаватися своєчасно із зазначенням досягнень, позитивних моментів роботи, ясних, зрозумілих та здійснених рекомендацій щодо покращення результатів;
- Надавати учням час для підготовки відповіді без сторонньої допомоги. Якщо учень не знає відповіді, попросити клас допомогти йому;
- Залучати учнів до спільного пошуку рішень, у разі труднощів. При обговоренні важливо не вказувати, у кого саме виникли труднощі. Цей підхід дозволяє охоронити впевненість учнів у своїх здібностях; Залучати учнів до самооцінювання та взаємооцінювання; Не проводити аналіз результатів оцінювання окремого учня на загал. Громадський аналіз негативно впливає інтерес учня до процесу пізнання. Не допускається використання принижувальних, ображаючих слів під час обговорення якості виконаної роботи. Коректний зворотний зв'язок дозволить встановити довіру учня до вчителя та навчання загалом;
- При наданні зворотного зв'язку, насамперед обговорювати досягнення, а аспекти, які потребують поліпшення, слід обговорювати наприкінці. Важливо не використовувати слово «помилка», оскільки воно знижує самооцінку учня. Рекомендується починати з наступних слів: «у мене виникло питання», «Мені здається, роботу можна покращити» та ін.;

- Коли учень відчуває труднощі у процесі навчання, він має бути впевнений, що йому буде надано допомогу. щоб розібратися з незрозумілим завданням.

## **1.2. Компетентнісний підхід до навчання. Формування ключових компетентностей на уроках ЗБД**

Вихідною ідеєю діяльнісного підходу в навчанні є те, що психіка людини, формування її свідомості нерозривно пов'язана з її діяльністю та нею обумовлена. Ще в середині ХІХ століття К. Д. Ушинський сформулював ідею вільної діяльності як основи ефективної освіти [22]. Значний розвиток діяльнісний підхід до навчання отримав у працях Л. С. Виготського [23], який визначив сенсотворчу діяльність як особливий вид діяльності у навчанні, коли дитина виявляє та будує сенси свого буття, усвідомлює значення своїх дій та вчинків. В. Сухомлинським та іншими класичними педагогами було обґрунтоване розуміння діяльності людини як важливої форми активності, в результаті якої здійснюються перетворення матеріалу (зовнішніх предметів та внутрішньої реальності особистості), включеного в діяльність, трансформація самої діяльності та перетворення того, хто діє, тобто суб'єкту діяльності [24].

Навчання як активний процес діяльності людини забезпечує розвиток його особи та реалізується у спілкуванні з іншими людьми. Педагогічний вплив викликає, зумовлює діяльність дитини, спрямовану на рішення конкретних навчальних завдань, і лише в результаті цієї діяльності відбуваються оволодіння знаннями, вміннями, розвиток її здібностей тощо.

Сьогодні підхід до процесу навчання як діяльності, насамперед учнів, вимагає перегляду ролі знань та умінь, їх співвідношення. Два традиційні завдання педагогіки: передача знань та формування умінь їх застосовувати, які традиційно вирішувалися послідовно, замінюються однією. Знання та вміння (дії учнів, у яких ці вміння реалізуються) необхідно розглядати в єдності засвоєння знань та формування методів дії.

З одного боку, будь-яке навчання основ наук є одночасно і навчанням відповідним розумовим і навчальним діям: від найпростіших відтворення та пояснення - до більш складних - аналізу, синтезу та оцінки. З іншого — формування будь-якої розумової дії неможливе без засвоєння певних знань. При цьому первинними з точки зору цілей навчання будуть методи діяльності. Так, зміст навчання має становити не система знань (ідеї, теорії, інша наукова інформація), а система дій та методів, які забезпечують її засвоєння [25].

Зауважимо, що дієслова «знати» та «пам'ятати» у традиційній парадигмі навчання часто ототожнюються. Однак сьогодні «знати» - означає не просто «пам'ятати» ту чи іншу інформацію, а здійснювати діяльність, пов'язану із цими знаннями. Засвоєні знання - це не ті, які учень запам'ятав, а ті, що перетворилися в нього на розумові дії, вміння вирішувати завдання, діяти поза навчальним процесу.

Знання у цій парадигмі — це не мета навчання, а засіб. Вони засвоюються для того, щоб за їх допомогою вирішувати завдання, ефективно діяти певним чином, а не для того, щоб їх запам'ятати та «підвищити ерудицію». Весь процес навчання відбувається за допомогою активної пізнавальної діяльності, переважно самостійною, на тому рівні, який необхідний конкретному учню. Діяльнісний підхід у навчанні апелює до внутрішньої активності дитини, викликаної не тиском або примусом, а особливою організацією змісту та методами освіти [26].

Навчальна діяльність має бути побудована таким чином, щоб учень усвідомлював особистісну значущість навчання і прагнув досягти його результатів. Ту, що народжується у діяльності, здатність людини змінювати у собі, у своїх діях те, що має змінитися у відповідь на потребу, на виклик ситуації можна позначити як психологічне новоутворення, що називається компетентністю. Виникнення понять компетентності, компетентнісного підходу в освіті можна розглядати як наслідок встановлення нової економіки та нових вимог до людських ресурсів [27].

Діяльність людини, у тому числі засвоєння будь-яких знань, умінь та навичок, складається з конкретних дій, операцій. Виконуючи ці дії, розмірковуючи над їх виконанням, усвідомлюючи потреби в них та оцінюючи їх важливість для себе і суспільства, людина тим самим розвиває у собі компетентність у певній сфері життя.

Очевидно, що поняття компетентності включає не лише когнітивну та операційно-технологічну складові, а й мотиваційну, етичну, соціальну та поведінкову. Крім традиційних результатів навчання (знань, умінь, навичок), дане поняття включає систему ціннісних орієнтацій, звички і т. д. Це дає можливість визначити компетентність людини як спеціальним чином структурований (організований) набір знань, умінь, навичок і відносин, що набуваються в процесі навчання [28].

Сформовані компетентності людина використовує у різних соціальних та інших контекстах залежно від умов та потреб у здійсненні різних видів діяльності. Компетентна людина вибирає та застосовує ті стратегії, які здаються найбільш прийнятними для вирішення конкретних завдань. Управління власною діяльністю веде до підвищення чи модифікації компетентності [29].

Компетентна людина завжди виступає суб'єктом власної життєдіяльності. Їй разом із знаннями та вміннями, необхідними для виконання тієї чи іншої діяльності, властиві спрямованість на досягнення в ній високого результату, активна позиція, орієнтація на успішність у соціальній взаємодії та соціокультурній ситуації, відповідальність перед собою та соціальним оточенням.

Мотиваційно-ціннісний складник компетентності є основою позиції суб'єкта по відношенню до світу, суспільства, соціальному оточенню, самого себе та своїй поведінки. Саме вона визначає, як діятиме людина в тій чи іншій ситуації, наскільки рішуче, послідовно та відповідально.

Використання компетентнісного підходу освіти спрямовано на формування в учня сукупності компетентностей. Компетентність при цьому сприймається як результативно-діяльнісна характеристика освіти.

Нижній поріг рівня компетентності є рівнем діяльності, необхідним та достатнім для мінімальної успішності у досягненні результату. Якщо сфера життя, в якій людина почувається здатною до ефективного функціонування (тобто компетентною), досить широка, то йдеться про так звані ключові, або життєві, компетентності [30]. Якщо ж компетентність поширюється на більш вузьку сферу, наприклад у межах якоїсь наукової дисципліни чи навчального предмета, то можна говорити про предметні, або галузеві, компетентності [31].

Тому в досвіді країн, що реалізують компетентнісний підхід в освіті, спостерігаються загальні тенденції, насамперед реалізація спроб розробити систему компетентностей на різних рівнях змісту освіти.

В українській педагогічній теорії останніх років загальноприйнятим є поняття «системи компетентностей», що формуються в учня у загальноосвітній школі. Таку систему складають наступні групи компетентностей:

- ключові (міжпредметні, транспредметні, життєві);
- предметні (галузеві), які учні отримують в процесі вивчення групи споріднених предметів (наприклад, природничих) у всіх класах середньої школи;
- спеціально-предметні, які учень набуває щодо предметів протягом конкретного навчального року чи на конкретному щаблі навчання [32].

Ключові (життєві) компетентності можуть бути визначені як здатність учня здійснювати складні поліфункціональні, поліпредметні, культуроподібні види діяльності, ефективно вирішуючи відповідні проблеми. Кожна з таких компетентностей передбачає засвоєння не окремих не пов'язаних одне з одним елементів знань та умінь, а комплексу знань, умінь

та відносин і т. п., що отримуються як результат засвоєння всього змісту освіти.

Метафорично їх можна позначити як «персональні способи», «ноу-хау» діяльності учня, які залишаються в нього після того, як фактичні знання, отримані у школі, забуваються [33].

З погляду вимог до рівня підготовки випускників школи компетентності виступають інтегральними характеристиками якості одержаної освіти, пов'язані з їхньою здатністю цільового осмисленого застосування знань, умінь, навичок, відносин для рішення широкого міждисциплінарного кола проблем. Ключові компетентності відображають предметно-діяльнісну складову загальної середньої освіти та мають забезпечити комплексне досягнення його цілей.

В українській педагогічній науці виділяються такі ключові компетентності:

1. Навчальна - здатність учня самостійно обирати мету діяльності, організувати діяльність для досягнення результату, відбирати (знаходити) необхідні знання та шляхи вирішення завдань, усвідомлювати процес своєї діяльності і вдосконалювати її, контролювати та оцінювати свою навчальну діяльність та її результати;

2. Соціальна - здатність школяра визначати своє місце у суспільстві, орієнтуватися на потреби різних суспільних груп при створенні стратегій свого життя, ефективно співпрацювати з партнерами у команді та групі, брати відповідальність за прийняті рішення та результати їх виконання, активно реалізовувати соціальні проекти, а також стратегії колективних та індивідуальних дій;

3. Загальнокультурна - здатність особистості проводити аналіз та об'єктивну оцінку найважливіших досягнень науки, техніки та культури, застосовувати технології та засоби інтеркультурної взаємодії, алгоритми конструктивної діяльності та базові моделі толерантних взаємовідносин в умовах культурних, релігійних, мовних та інших відмінностей;

4. Здоров'язберігаюча - характеристики, властивості особистості, спрямовані на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я, свого та оточуючих;

5. Компетентність в інформаційно-комунікаційних технологіях - здатність учня ефективно застосовувати сучасні технології у навчанні та повсякденному житті;

6. Громадянська - вміння орієнтуватися в особливостях актуального суспільно-політичного життя країни, реалізовувати технології захисту прав і свобод, інтересів, як своїх, так й інших громадян, відповідно до чинного законодавства;

7. Підприємницька – здатність організовувати власну трудову та підприємницьку діяльність та працю колективу, аналізувати та оцінювати власні професійні можливості [34.].

Предметна або галузева компетентність учня переважно розглядається вченими як комплексна особистісна характеристика, що містить когнітивний (уявлення, знання, способи та шляхи пізнавальної діяльності), мотиваційно-ціннісний (інтереси, мотиви, орієнтації, пов'язані безпосередньо з пізнавальною діяльністю учня та самостійним застосуванням ним відповідних знань, умінь та навичок), операційно-технологічний або процесуально-діяльнісний (складні вміння, що пов'язані з пошуком необхідної інформації, застосуванням наявних знань у відповідній ситуації, прийняттям рішень та їх подальшим обґрунтуванням, оцінкою дій та самооцінкою, тощо) компоненти.

Очевидно, що послідовна реалізація компетентнісного підходу вимагає серйозної трансформації змісту освіти, принципово інших принципів його відбору та структурування, спрямованих на досягнення кінцевого результату освітнього процесу набуття учнями компетентностей. Безумовно, сам зміст освіти слід відбирати, спираючись на даний принцип, при цьому він має бути необхідним та достатнім [35.].

Звернемо увагу, що сам собою термін «предметна компетентність», наприклад біологічна або історична, нічого не додає до розуміння вчителем практичних кроків формування компетентності учнів.

Щоб перекласти теоретичні положення у площину технологічних рішень, потрібно розробити відповідно до специфіки змісту навчального предмета (галузі знань) структуру компетентності та її складових.

Проведені в останні роки дослідження дозволили виявити оптимальні дидактичні умови формування (розвитку) компетентності учнів на уроці:

1. Розробляти зміст уроку таким чином, щоб він був достатнім для формування окремих компетентностей та їх елементів, з одного боку, та оптимізованим з точки зору часу для організації спеціальної діяльності учнів щодо їх розвитку, з іншого;

2. Організовувати діяльність учнів на уроці з опорою на її обов'язкові елементи: цілепокладання (що повинно бути частиною діяльності як вчителя, так і учня); поетапну систему формування складних умінь, що становлять ядро компетентності; прийоми, методи та форми організації навчання, які оптимально забезпечують досягнення компетентнісного результату навчання та формування ціннісно-мотиваційного компонента предметної компетентності з урахуванням постановки відповідних завдань;

3. Враховувати в процесі навчання вікові особливості, індивідуальні стилі навчання школярів, необхідність створення сприятливого навчального середовища, позитивної психологічної атмосфери на занятті [36.].

Враховуючи глобальний перехід освітньої системи України до нового формату, а саме створення нової української школи (НУШ), стало необхідним реформування самих основ навчального процесу. Саме тому була переглянута наявна система основних компетентностей учня та розроблена нова, більш актуальна для сучасних реалій НУШ. Власне, до переліку основних компетентностей для нової української школи було віднесено:

1. Спілкування державною (і рідною у разі відмінності) мовами;
2. Спілкування іноземними мовами;

3. Математична грамотність;
4. Компетентності в природничих науках і технологіях;
5. Інформаційно-цифрова компетентність;
6. Уміння вчитися впродовж життя;
7. Ініціативність і підприємливість;
8. Соціальна і громадянська компетентності;
9. Обізнаність та здатність до самовираження у сфері культури;
10. Екологічна грамотність і здорове життя [37].

Слід зазначити, що, попри необхідність формування в учня всіх вказаних компетентностей без нехтування, рівномірно та однаково ефективно, галузева специфіка кожного окремо взятого предмету, найчастіше, призводить до переважання певних окремих компетентностей над іншими. Так, наприклад, в процесі вивчення предмету ЗБД (Здоров'я, безпека, добробут) основний ухил йде в сторону формування в учнів трьох основних груп компетентностей, а саме:

- Екологічної грамотності та здорового життя (формування у школярів повноцінного розуміння поняття екологічної відповідальності; прищеплення любові до навколишнього середовища; закріплення необхідності здорового способу життя у всіх його проявах тощо);
- Соціальної і громадянської компетентності (створення чіткого розуміння необхідності толерантного ставлення до оточуючих; розвиток вмінь та навичок ефективної роботи у колективі, а також формування лідерських якостей; формування поведінкової моделі, що передбачає орієнтацію дітей на принципи громадянської відповідальності тощо);
- Підприємливості (вивчення принципів профільного локального менеджменту (складання раціону, розрахунок бюджету); прив'язка теоретичних знань до сфер та можливостей їх застосування на практиці у поза шкільному житті тощо).

Таким чином, сучасний компетентнісний підхід до навчання та орієнтація освіти на результат мають на меті відмову від стереотипів як при

плануванні уроку, організації пізнавальної діяльності учнів, так і у оцінці їх знань, побудови адекватної моделі навчання.

Все це неможливо без реалізації інноваційної практики навчання, використання фундаментальних теоретичних напрацювань та нових критеріїв для створення навчальної бази, насамперед методичних посібників та рекомендацій для вчителів.

### **1.3. Фізичне здоров'я та фізичний розвиток**

На сьогодні загальноприйнятого поняття «здоров'я» не існує. Найчастіше при формулюванні даного поняття вчені орієнтуються на основні фактори впливу на стан здоров'я, будь то відсутність хвороб та патологій чи високий рівень фізичного розвитку. Проте такі формулювання, найчастіше, не є повними та вичерпними [38].

Виходячи з важливої ролі організму людини, що полягає у реалізації біологічної та соціальної адаптації до умов зовнішнього та внутрішнього середовища, нерідко здоров'я визначають як стан оптимальної адаптованості людини до мінливих умов життєдіяльності [39].

У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) написано: «Здоров'я – стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб та фізичних дефектів» [40].

Отже, у понятті здоров'я виділяють три рівноцінні складові:

1. Фізичне здоров'я – здоров'я тіла. Воно складається з рухової активності людини, раціонального харчування, особистої гігієни, безпечної поведінки, оптимального поєднання праці та відпочинку, відмови від шкідливих звичок;

2. Духовне здоров'я – здоров'я розуму. Воно визначається системою мислення людини, розвитком уваги та пам'яті, вольових якостей, ступенем емоційної стійкості, ставленням до навколишнього світу: до людей, істот, речей, та себе.

3. Соціальне здоров'я – визначається моральними принципами: свідомим ставленням до праці, оволодінням «скарбами» світової культури, рівнем виховання та освіти [41].

Кожна складова здоров'я є самостійним елементом загальної системи, проте їм всім притаманний ряд функцій, які забезпечують ефективну взаємодію.

Функції здоров'я – зовнішні прояви властивостей організму в системі природи та суспільства. Вчені виділяють чотири основні функції здоров'я:

- біологічну, яка проявляється у здатності відтворювати повноцінне потомство;
- фізіологічну, яка виявляється у нормальному функціонуванні організму;
- психофізіологічну, що виявляється у нормальній роботі організму як системи у природному та суспільному середовищі;
- соціальну, яка проявляється у здатності людини виконувати свої обов'язки перед суспільством, включитися у життя, тобто бути соціально адаптованою [42].

Базовим для підтримання загального здоров'я прийнято вважати саме його фізичну складову. Під фізичним здоров'ям розуміють фізіологічний стан організму, контроль за власним тілом. Воно включає:

- відсутність хвороб та їх симптомів;
- розвиток тіла та натренованість;
- відсутність зовнішніх каліцтв або дефектів;
- здатність репродукції (відтворення потомства);
- нормальний фізіологічний та генетичний розвиток;
- злагоджене функціонування організму, органів та систем органів;
- нормальне фізичне самопочуття [43].

Відповідно до структури частки факторів, що визначають ризик для здоров'я, найбільш значущим є фактор способу життя, що на 49-53%

визначає рівень здоров'я. До цього фактора належать: шкідливі умови праці, погані матеріально-побутові умови, стресові ситуації, гіподинамія, неміцність сімей, самотність, низький освітній та культурний рівень, надмірно високий рівень урбанізації, незбалансоване, несистематичне харчування, куріння, зловживання алкоголем та ліками та ін.

Саме тому найважливішою умовою підтримання фізичного здоров'я в межах фізіологічних норм організму являється дотримання принципів здорового способу життя, який, здебільшого, його й формує.

Спосіб життя - це свідомо вчинені людиною дії, що складають звичний устрій її повсякденної поведінки. В своєму повсякденному житті людині доводиться виконувати значну частину обов'язків та дій, спрямованих на вирішення цілого ряду завдань:

1. Забезпечення життєдіяльності: необхідно дихати, харчуватися, спати, підтримувати температуру свого тіла та ін;
2. Виконання професійних обов'язків, що вимагає дотримання цілої низки умов організації роботи (навчання), відпочинку, підвищення кваліфікації, фізичної та психологічної реабілітації тощо;
3. Підтримання соціально-культурного статусу, численних міжособистісних контактів, духовного розвитку тощо;
4. Виконання своїх сімейно-побутових функцій із забезпечення життя сім'ї та виховання дітей;
5. Турбота про своє здоров'я, у тому числі необхідна рухова активність, виконання гігієнічних вимог, відмова від шкідливих звичок та тощо [44].

Виходячи з необхідності вирішувати у повсякденному житті зазначені завдання, можна виділити ряд основних компонентів життя сучасної людини, а саме рухову активність, психічне здоров'я, раціональне харчування, загартовування, режим, відмова від шкідливих звичок, гігієна та психосексуальне життя.

**Рухова активність.** Рух є основною умовою забезпечення життя. Організм влаштований таким чином, що діяльність усіх його систем підпорядковується руховій діяльності. Це стосується не лише м'язової системи (яка при регулярних заняттях фізкультурою виявляється добре розвиненою та надає людині зовнішню привабливість), але й всіх інших систем.

Крім того, достатня рухова активність забезпечує підтримку на високому рівні імунітету, що дозволяє людині успішно протистояти інфекційним захворюванням. За високого рівня фізичної підготовленості у людини вище не лише фізична, а й розумова працездатність, тому при виконанні інтелектуальної роботи втома в неї настає пізніше.

Фізичне тренування сприяє зростанню функціональних резервів організму, завдяки чому він виявляється більш адаптованим до тих надмірних м'язових навантажень, які йому доводиться часом виконувати [45].

**Забезпечення психічного здоров'я.** Сучасній людині доводиться витримувати величезні психологічні навантаження. Вони пов'язані з багатьма обставинами: з навчальною чи трудовою діяльністю, взаєминами з іншими людьми, необхідністю виконувати певні обов'язки в сім'ї та суспільстві, стресовими обставинами, необхідністю реагувати на неприємні або несподівані ситуації тощо. Невміння адекватно поводитися у цих ситуаціях порушує психічний стан людини. Тому так важливо володіти тими прийомами, які допомагають кожній людині розумно виходити зі складних ситуацій [46].

**Раціональне харчування.** Харчування дозволяє людині отримувати речовини, необхідні для побудови клітин його тіла, для підтримки життєвих функцій та виконання повсякденних справ. Але щоб воно дійсно і в повною мірою виконувало ці функції, харчування має відповідати певним вимогам, серед яких головними є: а) максимальна натуральність; б) відповідність

анатомо-фізіологічним особливостям людини та виконуваний нею роботі; в) залишатися насамперед потребою, а лише потім – задоволенням [47].

**Загартовування та тренування імунітету.** Відомо, що люди, які систематично займаються загартовуванням, страждають на застудні та інфекційні захворювання набагато рідше, а саме захворювання у них протікає легше [48].

**Чіткий режим життя.** Всі аспекти поведінки людини, виконання нею своїх обов'язків, так само як і дозвілля або сон повинні підпорядковуватися певним закономірностям, які б відповідали ряду вимог:

- будь-які навантаження (включаючи м'язові, психічні, розумові і навіть прийом їжі) повинні чергуватись з наступним періодом відпочинку, що забезпечує необхідне відновлення резервів організму;
- у режимі людини повинні знайти відображення всі сторони її життєдіяльності: навчання (робота) та сон, заняття своїм здоров'ям та дозвілля, виконання своїх обов'язків у сім'ї та вільний час, час на самопідготовку (виконання домашніх завдань) та зустрічі з друзями тощо [49].

**Психосексуальне життя** є невід'ємною частиною життєдіяльності людини. Значення цього фактору способу життя, сприйняття його та ставлення до нього у різні вікові періоди змінюється, проте позначається протягом усього життя. У зв'язку з цим вміння вести раціональне психосексуальне життя (і йдеться не лише безпосередньо про статевий акт, а про все різноманіття взаємовідносин жінки та чоловіки) відіграє важливу роль у забезпеченні здоров'я людини [50].

**Відмова від шкідливих звичок,** до яких належать регулярне вживання речовин та продуктів, що завдають шкоди здоров'ю людини (алкоголь, тютюн, наркотичні, токсичні речовини та тощо). Найчастіше вживання шкідливих речовин пов'язане з їхньою здатністю загальмовувати свідомість людини, якій тепер здається, що для неї перестали існувати якісь життєві проблеми та неприємні обставини [51].

**Виконання гігієнічних вимог.** Для забезпечення гарного здоров'я людині необхідно підтримувати чистоту свого тіла. Це стосується не тільки шкірних покривів, а й волосся, ротової порожнини, дихального апарату, статевих органів, тобто всіх тих частин тіла, які безпосередньо контактують із зовнішнім середовищем [52].

Слід зауважити, що реальна фізіологічна норма або здоровий стан організму, особливо дитячого чи підліткового, напряду залежить від вихідного стану, який обумовлений, в першу чергу, фізичним розвитком особи [53].

В широкому біологічному розумінні фізичний розвиток – це ріст та формування організму, включаючи темпи, стадії та критичні періоди його дозрівання, слідування генетично обумовленим видовим програмам, індивідуальна мінливість, зрілість та їх зв'язок із факторами зовнішнього і внутрішнього середовища.

Показниками фізичного розвитку вважають антропометричні дані, темпи та динаміку їх змін в процесі росту, гармонійність розвитку, співвідношення календарного та біологічного віку, зміни особливостей конституції тіла тощо.

Якщо фізичний розвиток дитини – це неперервний біологічний процес морфологічного та функціонального покращення організму, то рівень фізичного розвитку – це поняття разове, що визначається для кожного вікового періоду і враховується при співставленні із нормативними віковими і територіальними рівнями, з аналогічними даними в різних економічних і екологічних умовах та в різні календарні періоди.

Для загальної оцінки фізичного розвитку дитини достатньо спостерігати за змінами чотирьох основних антропометричних показників, а саме: маси, довжини тіла, діаметру голови (особливо в ранньому віці) та діаметру грудної клітки.

Параметри фізичного розвитку організму залежать як від екзо- так і від ендогенних факторів. До першої групи можна віднести

недостатнє/нераціональне харчування, режим сну, шкідливі звички, клімато-географічні умови проживання, емоційний фон тощо. Друга група представлена генетичними факторами, складністю періоду вагітності (гістози, соматичні захворювання, шкідливі звички тощо ), патології ендокринної системи (гіпотеріоз, цукровий діабет тощо) [54].

Таким чином, підсумовуючи слід сказати, що як саме здоров'я, в багатогранному сенсі, так і його окремі складові, являють собою головні елементи гармонійного розвитку дитини, а отже його збереження і підтримка на належному рівні є ключовими аспектами сучасного життя.

## **2. МАТЕРІАЛИ І МЕТОДИ**

### **2.1. Об'єкти та методи дослідження**

Дослідження проводились на базі закладу загальної середньої освіти с. Ганьківці Коломийського району, із залученням учнів 5-их класів (16 учнів 5-А та 14 учнів 5-Б).

В умовах активізації глобалізаційних процесів та посилення конкуренції формуються тенденції до створення нового типу суспільства, що базується на знаннях, де соціальний та економічний добробут країни визначається наукомісткими технологіями, інноваційною спрямованістю та рівнем інтелектуального розвитку соціуму. Нові громадські виклики вимагають проведення адекватної модернізації освітньої системи з метою забезпечення високого рівня якості освіти на основі збереження його фундаментальності та відповідності перспективним потребам особистості, суспільства, держави вже на початкових етапах навчання дитини.

Обрання європейського вектору розвитку освітньої галузі України зумовлює необхідність переосмислення змісту, структури та принципів організації зокрема початкової освіти та вдосконалення механізму державного управління процесом імплементації світових стандартів надання якісних освітніх послуг у національну систему освіти. Освітня діяльність вимагає кардинальних змістовних та структурних змін, впровадження яких можливе за рахунок реформування та модернізації освітнього процесу в Україні.

Реформування освітньої системи України та переведення її у формат НУШ (нової української школи) направлений саме на досягнення зазначених вимог. Стандарти нової української школи, в першу чергу, забезпечують створення не стільки розуміння необхідності вчитися, скільки суб'єктивного бажання і потреби у навчанні кожного окремо взятого учня. При цьому метою такого навчання визначено саме формування у дітей вмінь та навичок вчитися і використовувати отримані знання у повсякденному житті, а не накопичувати інформацію, отриману в ході уроку.

Закономірним є той факт, що, враховуючи глобальність та амбітність таких реформ, а також необхідність одночасної зміни не лише підходів до навчання, та методів його забезпечення, але й всієї навчально-методичної бази, виникають численні проблеми у виборі та адаптації тих, чи інших методів та елементів навчання та пробіли у побудові навчальних програм. Крім того окремі дисципліни, які не являють собою «пріоритетні» напрями навчання, можуть відставлятися на другий план, що уповільнює їх перехід до нового формату. Одним з таких предметів можна сміливо назвати «Здоров'я, безпеку і добробут». На тлі зазначених недоліків актуальним стає питання встановлення рівня ефективності окремих методів та елементів сучасного уроку, шляхом апробації попередньо розроблених методик та НМК в умовах реального освітнього процесу, що дасть змогу, в подальшому, обрати найбільш ефективні з них для застосування при викладанні обраного предмету.

Враховуючи вказані проблеми переходу навчального процесу до нового формату, **об'єктом** дослідження було обрано *ефективність застосування інтерактивних методів навчання та елементів формувального оцінювання, в розрізі вивчення розділу «Здоров'я та фізичний розвиток» з дисципліни «Здоров'я, безпека та добробут».*

Для реалізації дослідження нами було розроблено та апробовано комплекс з 4-х уроків, що стосувалися тематики розділу, умовно **поділені на два блоки**. Дослідження проводилося серед учнів 5-их класів, кількістю 16 (5-А) та 14 (5-Б) дітей відповідно.

При цьому у **5-А класі** всі уроки були проведені у традиційному вигляді, із застосуванням відповідних методів та методичних прийомів, таких як розповідь, бесіда, робота з підручником тощо, тоді як в ході проведення занять у 5-Б класі, активно застосовувалися інтерактивні методи навчання, дидактичні ігри та елементи формувального оцінювання, наприклад складання Т-схем, метод «Підсумкової квітки», дидактична гра «Плітка» тощо.

Так, **першим етапом** стало проведення першого блоку занять, які стосувалися тем «Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток». В 5-А класі даний урок проходив у традиційному форматі. В ході уроку у 5-Б класі було проведено нетрадиційні уроки із застосуванням інноваційних методів навчання, таких як формувальне оцінювання (наприклад взаємооцінка упарах чи групах, метод «вхідного/вихідного білету»), дидактичні ігри (наприклад «Плітка»), різноманітні форми підбиття підсумків уроку (наприклад метод «Смайл», в ході реалізації якого діти відповідними смайликами позначають своє ставлення до того, чи іншого аспекту проведеного уроку).

**Другим етапом** роботи стало проведення другого умовного блоку уроків, який, по аналогії з першим, складався з 2 занять для кожного з класів, які стосувалися тем «Харчування і здоров'я» та «Рухова активність і відпочинок». Аналогічно, теми занять для 5-А класу викладалися у формі традиційних уроків, із застосуванням відповідних методів, тоді як у 5-Б класі використовувалися інтерактивні методи навчання та дидактичні ігри. В ході занять були використані елементи формувального оцінювання (складання Т-схеми) та ігрове підбиття підсумків уроків у вигляді «Підсумкової квітки».

Наприкінці кожного із умовних тематичних блоків було проведено проміжний контроль знань, у вигляді закритого тестування, для реалізації якого кожному з учнів обох класів роздавалися індивідуальні робочі бланки з переліком з 12 питань, які стосувалися розглянутих тем. Метою цих тестувань було виявити різницю ефективності застосування традиційних та інноваційних методів та підходів до навчання, на основі різниці успішності учнів двох досліджуваних класів.

**Завершальним етапом** дослідження, метою якого було фактичне підтвердження попередньо виявленої ефективності новітніх методів навчання у порівнянні із традиційними, стало проведення діагностичного контролю у вигляді контрольної роботи. Для цього, як і у випадку тестування, кожному з

учнів обох класів роздавалися робочі листи із переліком з 12-ти завдань різного рівня складності.

Аналіз отриманих в результаті проведення контрольної роботи даних чітко підтвердив значне підвищення ефективності засвоєння та подальшого використання інформації учнями, за рахунок впровадження в навчальний процес новітніх методів та прийомів навчання.

### 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

Система освіти (СО) України проходить період трансформації та становлення, метою якого є адаптація її до світових освітніх процесів, формування механізму, що в зрештою дозволить українським школярам отримати серйозний багаж знань якісного нового формату, що, в свою чергу, відкриє перед ними широкі можливості у подальшому здобуванні вищої освіти і, як результат, стати затребуваними та конкурентоспроможними спеціалістами в Європі та світі.

У фокусі нової політики Міністерства освіти – набуття школярами знань для застосування їх у повсякденному та професійному житті. Це означає, що умови шкільних завдань мають бути максимально наближені до тих, що нам доводиться вирішувати щодня.

Сьогодні вчитель повинен не тільки пояснити фізичну чи математичну формулу, або озвучити фундаментальний біологічний закон, а й показати на прикладі, де у реальному житті вони застосовуються і яким чином.

Такі положення прописані у 10 ключових компетентностях НУШ, які офіційно закріплені у документі "Концептуальні принципи реформування середньої школи" від МОН України. Такий підхід вже зі шкільної лави формує в дітей вміння та навички, які допомагають швидко адаптуватися до подальшого навчання чи старту кар'єри з обраної спеціальності.

В сучасних реаліях майже неможливо утримати увагу учнів, доносячи до них інформацію у форматі "задав-вивчив". Важливим у сучасній освіті вважається вільна взаємодія учня з учителем та однокласниками між собою, або так зване інтерактивне навчання. Його суть полягає в тому, щоб кожен присутній був залучений до спільної діяльності, ставав активним учасником обговорення, вносив свій індивідуальний внесок в урок.

Такий підхід не лише більш органічний для сучасних дітей, а й формує найкориснішу навичку ефективної командної роботи.

Процес гейміфікації та переходу до інтерактиву в освіті активно триває. В українських школах запроваджуються інформаційні технології, які

дозволяють перевести до оперативного цифрового формату всі форми навчання: класну роботу, домашні завдання, контроль знань тощо. Проте, зважаючи на кількість необхідних реформ та об'єм роботи, яку потрібно провести для їх забезпечення, темпи впровадження елементів інтерактивності у повсякденне навчання, особливо з предметів, які не визначаються програмою як пріоритетні, досить низькі. Це, в свою чергу, робить неможливим масове застосування ключових методів НУШ, таких як, наприклад, формувальне оцінювання чи метаплани, оскільки доцільність, а головне, ефективність їх використання в розрізі вивчення конкретного навчального предмету, не підтверджені, а, часто, навіть не апробовані.

Саме тому, метою нашої роботи стало проаналізувати доцільність застосування нетрадиційних новітніх методів навчання на уроках «Здоров'я, безпека, добробут» (ЗБД) та оцінити рівень їх ефективності у порівнянні із традиційними методами.

Для досягнення поставленої мети нами було розроблено комплекс уроків з розділу «Фізичне здоров'я та фізичний розвиток» із застосуванням інноваційних методів на прийомів навчання, які притаманні НУШ. Апробація розробленого комплексу уроків відбувалася протягом 2022-23 років на базі закладу загальної середньої освіти с. Ганьківці. Уроки проводилися серед учнів 5-их класів чисельністю 16 (5-А) і 14 (5-Б) дітей відповідно. Запропонований навчальний комплекс складався із 4-х уроків, що стосувалися тем «Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток», «Харчування і здоров'я» та «Рухова активність і відпочинок». Розроблені навчальні заняття були умовно згруповані по 2 за принципом загальної тематики. При цьому, в одному класу (5-А) теми викладалися за класичними методиками та принципами побудови уроку (використання методів розповіді, демонстрації, роботи з підручником тощо), а в іншому (5-Б) використовувалися новітні методи освітнього процесу, такі як формувальне оцінювання, інтерактивне навчання, «Смайл», метод підсумкової квітки, метод «вхідного/вихідного» квітка тощо (Додаток).

Після проведення кожної з груп уроків відбувався проміжний контроль знань у вигляді простих тестів, який давав змогу оцінити, з одного боку, доцільність обраних елементів навчального процесу, а, з іншого, можливість самих дітей ефективно приймати в ньому участь з урахування застосування новітніх методів та підходів. Надалі отримані результати порівнювалися та аналізувалися на предмет виявлення підвищення чи, навпаки, зниження ефективності засвоєння знань учнями, зважаючи на тип проведеного уроку. Наприкінці вивчення розділу було проведено діагностувальний контроль у вигляді різнорівневої контрольної роботи, метою якої стала фактична оцінка набутих учнями знань та, як результат, визначення ефективності запропонованих методів та методичних прийомів. Для забезпечення проведення ефективної та об'єктивної апробації розробленого комплексу занять було створено відповідний навчально-методичний комплекс, який включав: бланки анкетування «Здоров'я та здоровий спосіб життя», плани-конспекти уроків з тем «Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток», «Харчування і здоров'я» та «Рухова активність і відпочинок», роздатковий матеріал (вхідні/вихідні квитки, макети квітки, картки «смайл»), а також комплекс контрольно-оціночних заходів у вигляді бланків тестувань та діагностувальної контрольної роботи.

З метою встановлення ступеню розуміння учнями загального поняття здоров'я та здорового способу життя (ЗСЖ), а також їх суб'єктивної оцінки стану власного здоров'я та відношення до нього, на підготовчому етапі роботи нами було вирішено провести опитування у формі анонімного анкетування (Додаток 1). В ньому взяло участь 16 учнів 5-А та 14 учнів 5-Б класів відповідно. Для цього кожному із школярів було надано бланк з переліком з 10-ти питань загального характеру, що відповідали тематиці дослідження, відповіді на які подавалися у форматі Так/Ні. Опитування проводилося на добровільній основі та носило виключно довідковий характер. Отримані в результаті анкетування дані в подальшому аналізувалися та використовувалися в процесі вибору методів навчання та

методичних прийомів. Власне анкетування, здебільшого, показало очікуваний результат, проте були виявлені і неочікувані закономірності (Рис. 3.1).

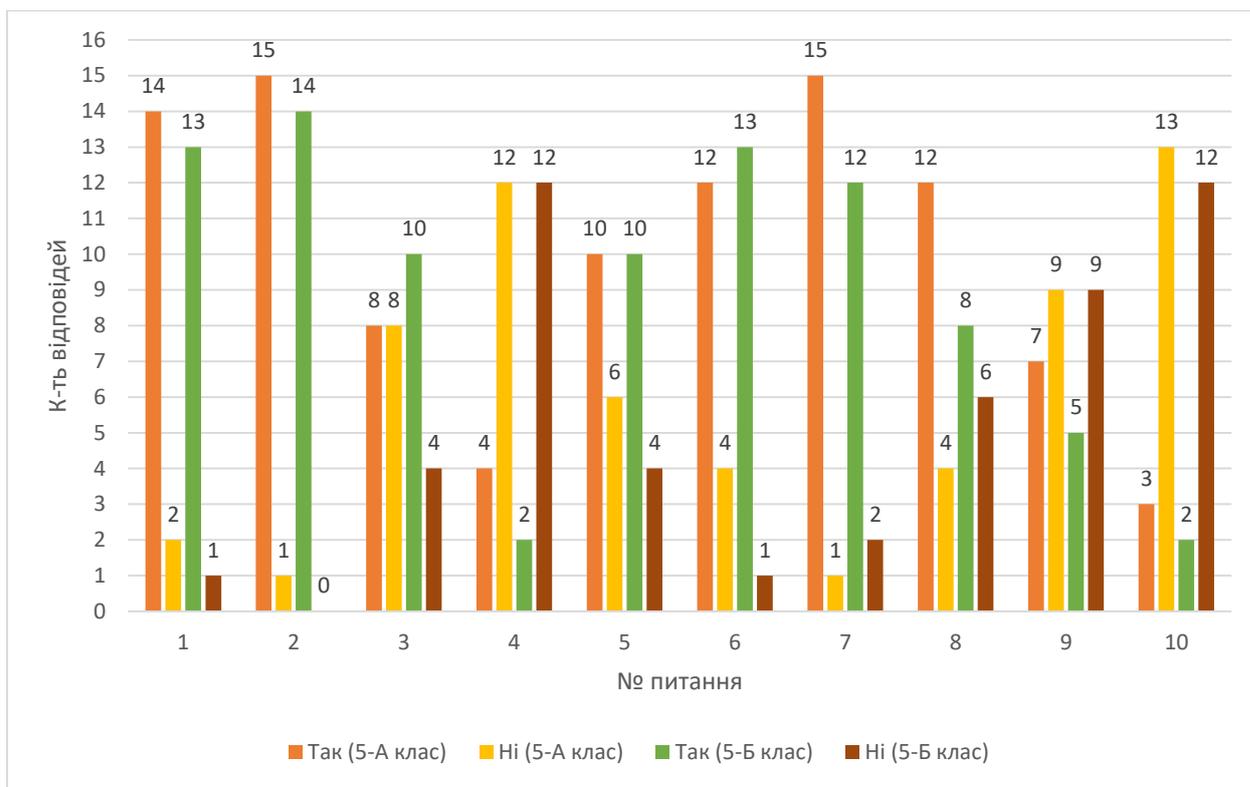


Рис.3.1. Анкетування «Здоров'я та здоровий спосіб життя» серед учнів 5-их класів

Так, наприклад, розглядаючи умовний блок з питань №1 («Здоров'я – це відсутність захворювань у людини?») та №2 («Я – здорова людина?») можна побачити чітку взаємозалежність між відповідями. Співвідношення відповідей «Так» і «Ні» для першого питання склало 87,5% (14) і 12,5% (2) для 5-А класу та 93% (13) і 7% (1) для 5-Б класу відповідно. Водночас аналогічне співвідношення для другого питання склало 94% (15) і 6% (1) для 5-А та 100% (14) ствердних відповідей для 5-Б класів відповідно. Таким чином, інтерпретуючи отримані показники можна припустити, що оцінка власного здоров'я учнями обох класів як майже «ідеального», тобто такого, яке не проявляє очевидних відхилень від загальноприйнятого поняття «здорової людини», базується виключно на відсутності в даний конкретний момент часу у опитаних дітей будь-яких захворювань, що впливає з

результатів першого питання. Очевидним є неповне та недосконале розуміння школярами власне поняття «здоров'я» та його основних компонентів. Однак, слід також допускати й цілком ймовірну можливість дуже високого, майже ідеального, стану здоров'я дітей такого віку.

При цьому, питання №4 («Як ви вважаєте, чи можна підтримувати стан власного здоров'я на високому рівні виключно за рахунок фізичних вправ?»), кількість ствердних відповідей на яке склала 4 (25%) і 2 (14%), а негативних по 12 (75%) і 86%) для 5-А та 5-Б класів відповідно, чітко демонструє розуміння учнями того, що саме здоров'я – це полі-компонентний стан організму, підтримка якого не можлива виключно за рахунок фізичних навантажень. Спираючись на результати перших питань, можна припустити, що діти вкладають у поняття здоров'я, як мінімум медичну складову, окрім фізичної. Зазначимо також, що, не зважаючи на те, що діти розуміють необхідність фізичної активності для підтримання власного здоров'я, більшість з них зазначило, що не вважають обов'язковими регулярні заняття спортом, що впливає з відповідей на питання № 5 («Я не вважаю необхідними систематичні заняття спортом або фізичні навантаження»), співвідношення яких склало по 10 відповідей «Так» (62% і 71%) та 6 (37%) і 4 (29%) відповідей «Ні» у 5-А і 5-Б класах відповідно.

Відзначимо також деяке протиріччя стосовно питань №6 («Ви можете оцінити своє харчування як раціональне?») та №7 («Ви дозволяєте собі інколи вживати фаст-фуд та солодкі напої?»). Так, кількість ствердних відповідей на питання №6 склало 12 (75%) для 5-А і 13 (93%) для 5-Б класів, відповідно 4 (25%) і 1 (7%) негативних відповідей. При цьому аналогічний розподіл відповідей на питання №7 склав 15 (94%) і 12 (86%) відповідей «Так» та 1 (4%) і 2 (14%) відповіді «Ні» для 5-А та 5-Б класів відповідно. Тобто, порівнюючи результати відповідей на два зазначених питання можна зробити висновок, що абсолютна більшість опитаних школярів оцінюють своє харчування, в загальному, як раціональне, не зважаючи на те, що має місце, хоча й не регулярне, проте фактичне вживання відверто шкідливих видів їжі.

З однієї сторони, разове вживання в їжу будь-якого фаст-фуду або газованих напоїв, саме по-собі, навряд призведе до суттєвих порушень функціонування організму в цілому, проте, слід пам'ятати про непередбачувані індивідуальні реакції організму, наприклад алергічні, а також про можливість розвитку залежності від певного виду їжі чи напоїв, за рахунок дії на організм окремих хімічних сполук, які входять до їх складу (наприклад аспаратат у солодких водах).

Таким чином аналіз результатів анкетування показав досить поверхневе розуміння самого поняття здоров'я, а також взаємозв'язків між способом життя людини та її здоров'ям в опитаних учнів, що, в свою чергу, й може бути причиною не достатньо відповідального ставлення дітей до власного здоров'я.

Після проведення анкетування, для забезпечення об'єктивності та достовірності подальшого порівняння ефективності розробленого комплексу уроків із застосуванням нетрадиційних методів навчання та новітніх елементів НУШ було вирішено апробувати його серед учнів 5-Б класу, тоді як у 5-А класі відповідні теми викладалися у традиційному вигляді.

Так, першим етапом апробації стало проведення блоку з двох уроків, що стосувалися тем «Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток». В ході першого заняття розглядалися питання суті самого поняття здоров'я, основних елементів, які його формують, значення кожного з цих елементів для здоров'я людини, а також фактори, які негативно впливають на ті чи інші аспекти здоров'я (Додаток 2). Друге заняття стосувалося питань здорового способу життя (ЗСЖ), принципів його дотримання та їх значення для здоров'я людини, шляхів та методів реалізації ЗСЖ, поняття загального фізичного розвитку людини та елементів, які його формують, а також факторів впливу на розвиток людини (Додаток 3). В даному блоці занять Учням 5-А класу було запропоновано традиційні уроки із застосуванням відповідних методів та методичних прийомів, таких як розповідь, бесіду, елементи дискусії, роботу з підручником та наочністю. В свою чергу у 5-Б

класі було проведено нетрадиційні уроки, в ході яких активно застосовувалися новітні методи навчання, такі як формувальне оцінювання (наприклад взаємооцінка у парах чи групах, метод «вхідного/вихідного квитка») (Додаток 4), дидактичні ігри (наприклад «Плітка»), різноманітні форми підбиття підсумків уроку (наприклад метод «Смайл», в ході реалізації якого діти відповідними смайликами позначають своє ставлення до того, чи іншого аспекту проведеного уроку) (Додаток 5). Наприкінці викладення умовно виділеного блоку занять учням обох класів було запропоновано пройти проміжне тестування, метою якого й було виявлення різниці у рівні та якості засвоєння викладеного матеріалу, на основі якої можна було б робити висновки про доцільність та ефективність запропонованих нетрадиційних методів навчання. Для цього кожному з учнів в обох класах (16 для 5-А та 14 для 5-Б класів відповідно) було надано відповідні робочі бланки, кожен з яких містив перелік з 12 питань відповідної тематики, у форматі закритих тестів з однією або кількома вірними відповідями (Додаток б).

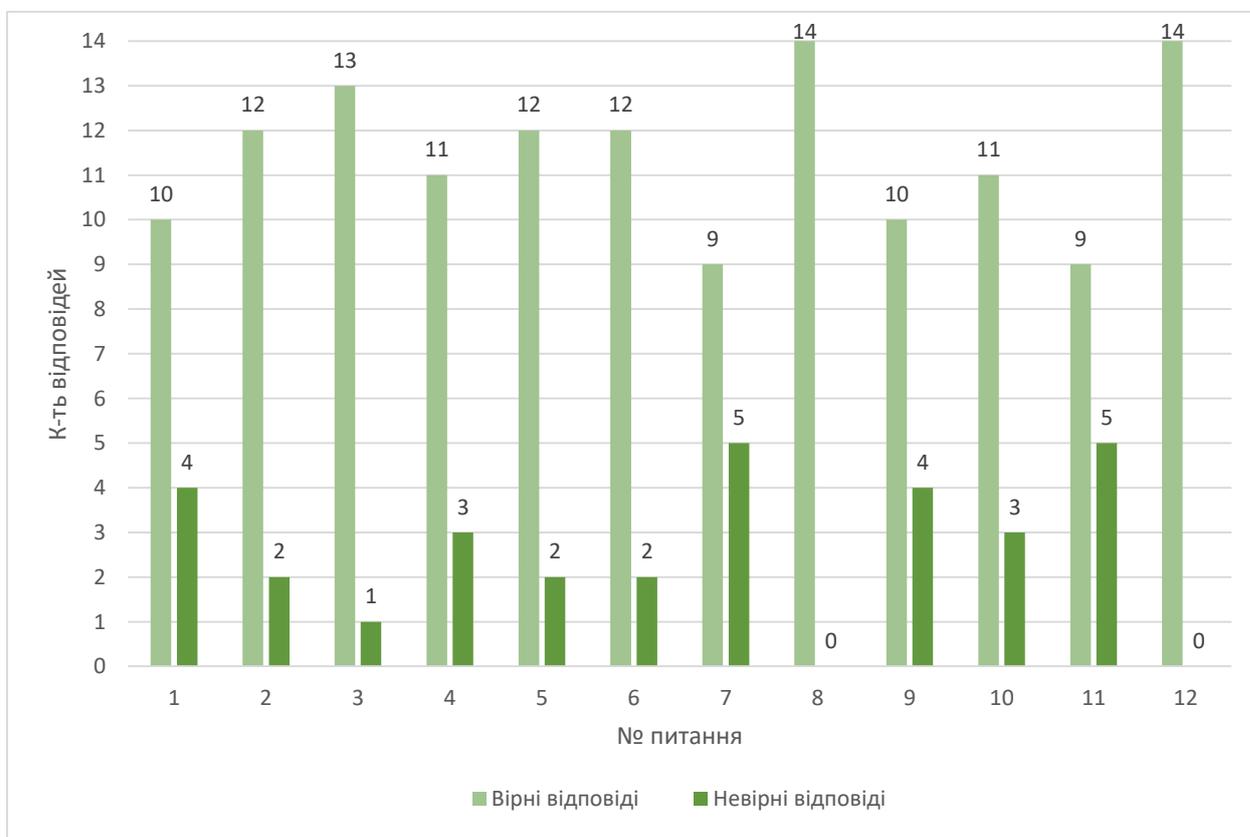


Рис. 3.2. Результати тестування з першого блоку тем («Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток»), 5-Б клас

Аналіз результатів проведеного тестування виявив, в загальному, очікувану картину покращення результативності навчання учнів 5-Б класу, на заняттях яких застосовувалися сучасні нетрадиційні методи і прийоми, в порівнянні з 5-А, де проводилися традиційні уроки (Рис. 2). При цьому, слід відмітити, що, не зважаючи на зазначену тенденцію, були виявлені й деякі неочікувані результати, які випадали із загальної картини, так само як і наближені одне до одного показники в обох класах (Рис. 3.3).

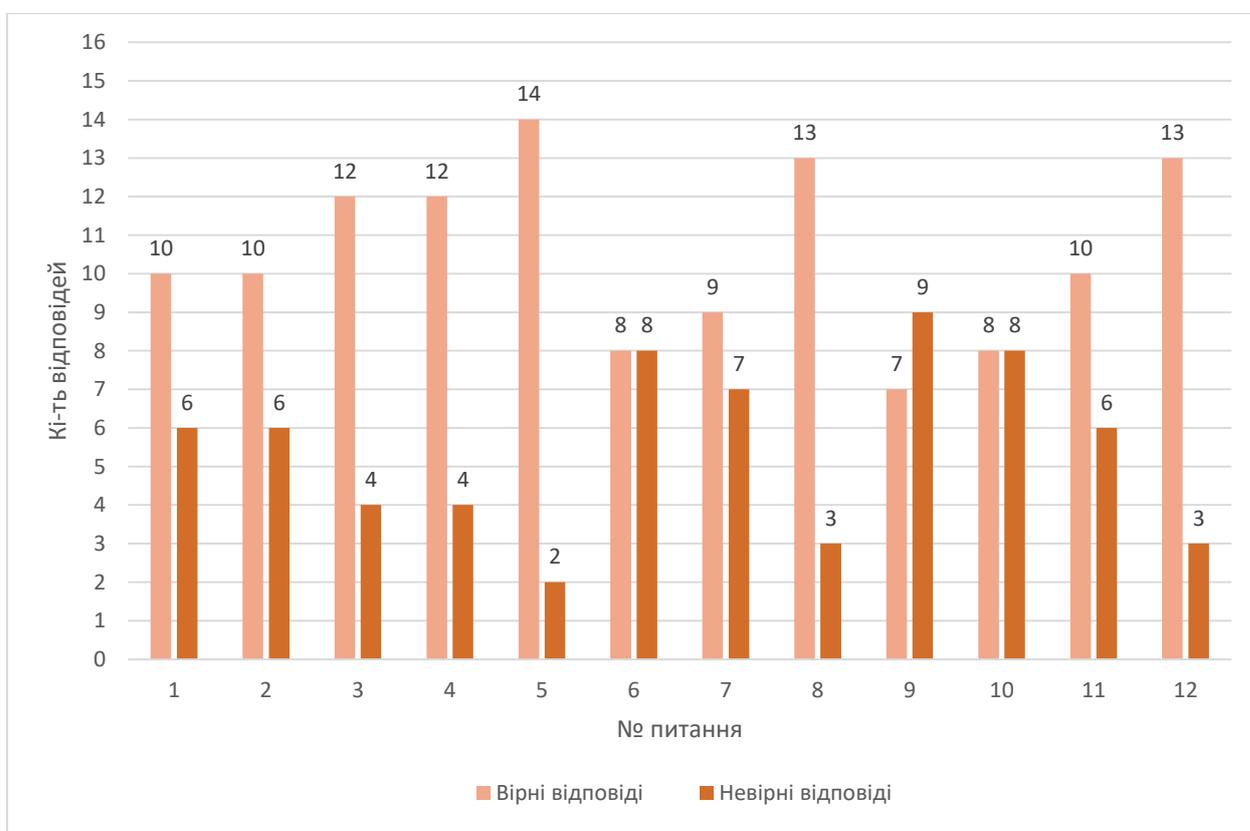


Рис. 3.3. Результати тестування з першого блоку тем («Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток»), 5-А клас

Так, наприклад, розглядаючи результати відповідей на питання №1 («Здоров'я – це стан...») та №2 («Основними складовими загального поняття здоров'я є...») чітко видно, що у випадку 5-А класу, у яких проводився традиційний урок відповідної тематики, кількість вірних відповідей на обидва запитання склала всього по 62% (по 10 відповідей), тоді як для учнів 5-Б класу цей показник був значно вищий і склав 10 (71%) і 12 (86%) вірних

відповідей відповідно, тобто більше як дві третини класу. Оскільки друге питання було, свого роду, доповненням першого, слугуючи розширенням і поглибленням власне поняття здоров'я, а, результати відповідей на них були значно кращі саме у 5-Б класі, можна припустити, що задіяння на уроці додаткових інтерактивних елементів сприяло саме більш повноцінному розумінню багатогранності поняття здоров'я, а не простому запам'ятовуванню терміну, без можливості побудови взаємозв'язків між різними елементами поняття. При цьому, не можна сказати, що результати учнів 5-А класу були відверто низькими самі по-собі, а скоріше знаходилися на середньому рівні. Цікавими виявилися результати відповідей на питання №6 («Можливість адекватно реагувати на конкретні проблемні ситуації, здатність без конфліктів вирішувати будь-які питання та, при цьому, не зазнаючи стресу – це...»). К-ть вірних відповідей на це питання склала лише 8 (50%) у 5-А класі, тоді як результати учнів 5-Б класу склали аж 12 з 14 можливих (86%) відповідно, тобто різниця результативності склала цілих 36%. Зважаючи на те, що викладання відповідних тем, не враховуючи обраних методів, проводилося без змін у матеріалі та в повному обсязі, можна констатувати, традиційні методи не дають достатньо глибоко розкрити кожен з аспектів розглянутої теми. Також, опосередковано, це підтверджується й тим, що більшість помилок полягали в переплутуванні дітьми досить близьких понять емоційного та психічного здоров'я, тобто вони не до кінця розуміли різницю даних понять. Крім цього, були виявлені суттєві відмінності у можливості дітей запам'ятовувати та зіставляти конкретні числа або значення із їх інтерпретацією. Так, наприклад, кількість вірних відповідей на питання № 9 («Оберіть правильне твердження. Здоров'я залежить на (%)...»), в якому необхідно біло обрати вірне відсоткове співвідношення різних складових здоров'я, склала, для 5-А класу 7 (44%), а для 5-Б класу 10 (71%), тобто різниця склала більше 1/4 (27%) вірних відповідей. Враховуючи таку, досить суттєву різницю, можна стверджувати, що використання інтерактивних методів навчання та гейміфікація

навчального процесу позитивно впливають не тільки на загальні розумові можливості дітей, а й на рівень засвоєння та можливість відтворення досить специфічної конкретної інформації.

Однак, слід зазначити, що в ряді питань була виявлена майже однакова результативність для обох класів. Так, наприклад, кількість вірних відповідей на питання №8 («Основу здорового способу життя формують») та №12 («Який із зазначених параметрів організму не використовують для оцінки фізичного розвитку?») була на високому рівні для обох класів, і склала по 13 (81%) для 5-А та по 14 (100%) для 5-Б класів відповідно. Таким чином можемо констатувати, що для ефективного викладення тематичного матеріалу, який носить більш загальний характер, може бути достатнім використання традиційних навчальних методів та прийомів, проте, більш складні або комплексні аспекти теми можуть бути ефективно засвоєні учнями лише за умови впровадження в навчальний процес інтерактивних методів навчання.

Для підтвердження достовірності та об'єктивності отриманих результатів успішності учнів наприкінці вивчення зазначеного блоку тем, нами було розраховано та порівняно середній бал по класам, який зображено на діаграмі на рисунку 3.4.

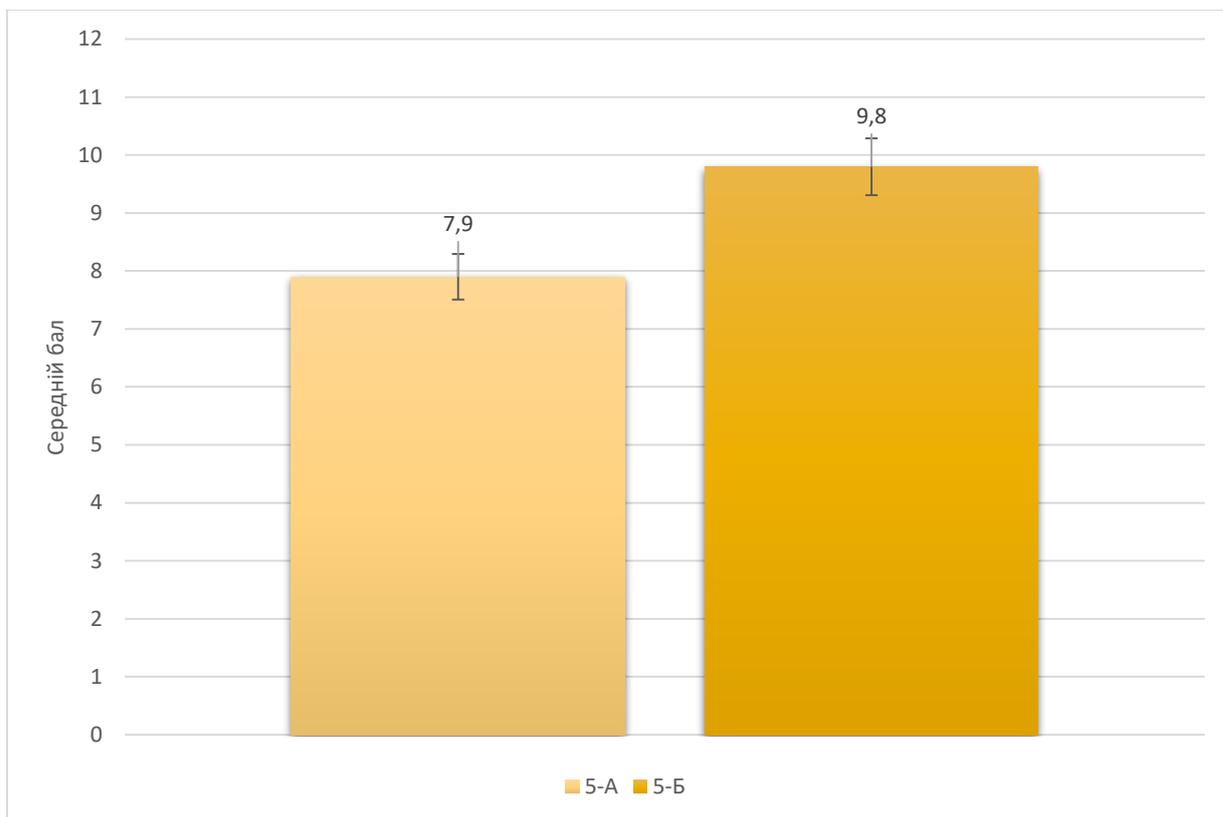


Рис. 3.4. Порівняння величин середнього балу учнів 5-А та 5-Б класів після вивчення першого блоку тем

Як видно з діаграми на рисунку 4, середній рівень успішності 5-А класу, після вивчення першого блоку тем склав 66% (7,9 балів), тоді як аналогічний показник для учнів 5-Б класу склав 82% (9,8 балів), тобто різниця між успішністю класу з традиційним викладанням та викладанням із застосуванням інтерактивних методів і прийомів склала 16% (1,9 бали). Таким чином, хоча показники обох класів, в загальному, знаходяться на досить високому рівні, застосування специфічних інноваційних методів та методичних прийомів навчання, очевидно, дало суттєвий приріст успішності учнів 5-Б класу, в порівнянні із 5-А, а отже, як висновок, ефективно посприяло підвищенню рівню засвоєння дітьми отриманих знань.

Наступним етапом роботи стало проведення другого умовного блоку уроків, який, по аналогії з першим, складався з 2 занять для кожного з класів, які стосувалися тем «Харчування і здоров'я» та «Рухова активність і відпочинок». В розрізі першої теми розглядалися питання принципів раціонального харчування, раціону харчування, впливу шкідливих харчових

звичок на загальне здоров'я людини та значення води для організму (Додаток 7). В ході другого заняття були визначені поняття рухової активності та відпочинку, розглянуті види рухової активності та відпочинку, дана оцінка необхідності рухової активності для підтримання високого рівня здоров'я людини, а також оцінка різних видів відпочинку на предмет їх користі та безпеки для людини (Додаток 8). Аналогічно до першого блоку, теми занять для 5-А класу викладалися у формі традиційних уроків, із застосуванням відповідних методів, тоді як 5-Б клас був знову залучений до уроків із використанням інтерактивних методів навчання та дидактичних ігор. Так, наприклад, в ході занять були використані елементи формульовального оцінювання (складання Т-схеми) (Додаток 9) та інтерактивне підбиття підсумків уроків у вигляді «Підсумкової квітки» (Додаток 10).

Аналогічно до першого блоку занять, після викладення зазначених тем в обох класах було проведено друге проміжне тестування, метою якого було встановлення рівня засвоєння отриманих знань учнями в умовах традиційного та інтерактивного проведення уроку. Відповідно, кожному з учнів 5-А (16) та 5-Б (14) класів було роздано індивідуальні робочі бланки із переліком з 12 завдань відповідної тематики. Завдання були оформлені у вигляді закритих тестів з однією або кількома відповідями (Додаток 11). Результати тестування досліджуваних класів проілюстровані на відповідних діаграмах на рисунках 3.5 та 3.6. Оскільки загальна тенденція до переважання результативності 5-Б класу, в якому застосовувалися інтерактивні методи навчання, зберіглася, ми зазначимо лише ті показники, які вибивалися із загального розподілу, або, на нашу думку, були неочікуваними (Рис. 3.5).

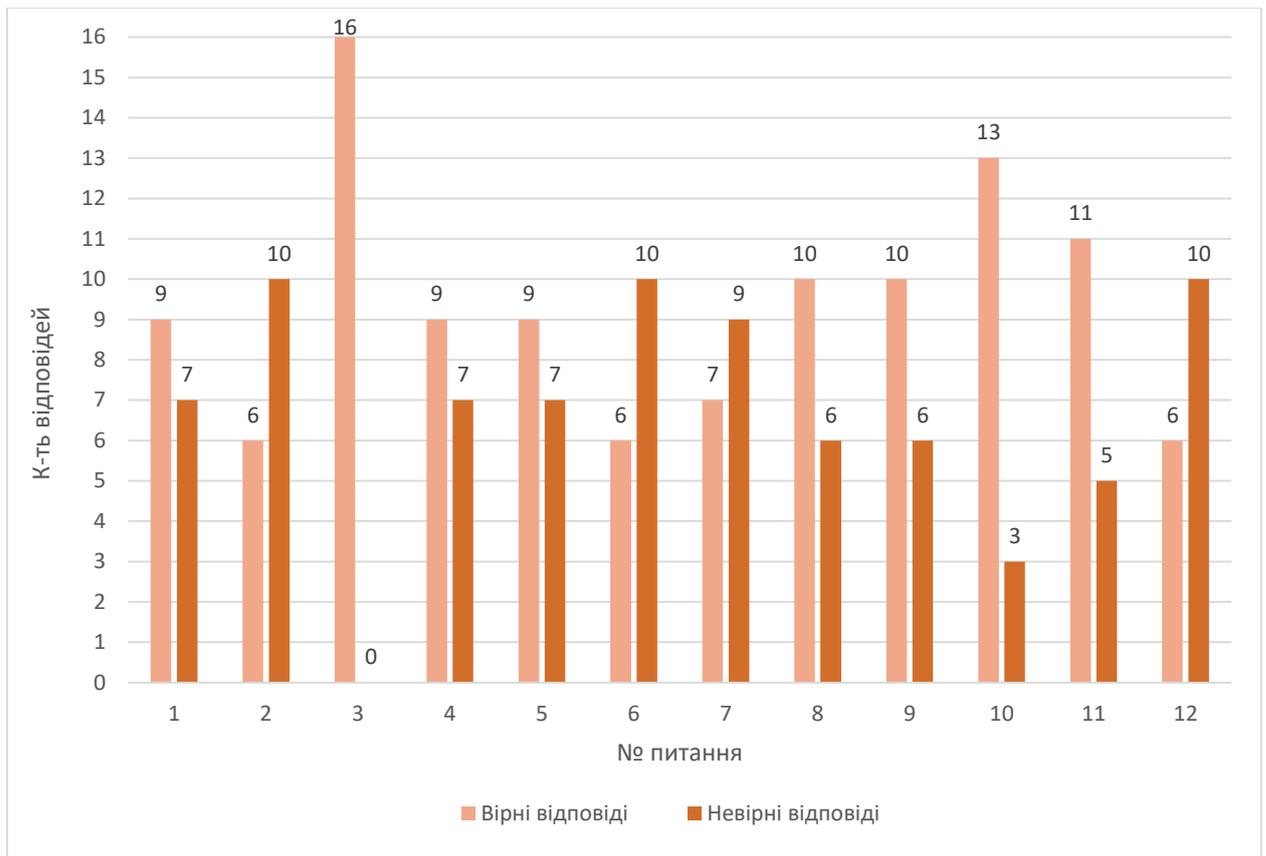


Рис. 3.5. Результати тестування з другого блоку тем («Харчування і здоров'я», «Рухова активність і відпочинок»), 5-А клас

Розглянемо, наприклад, питання №1 («Руховою активністю називають, яке стосувалися висвітлення поняття рухової активності. Кількість вірних відповідей на дане питання серед учнів 5-А класу склало 9, так само як і для учнів 5-Б класу. У відсотковому співвідношенні це склало 56% до 64%, тобто ми бачимо лише незначне переважання результатів 5-Б класу. Проте, якщо поглянути на питання №2 («За інтенсивністю виділяють такі види рухової активності:...»), що слугує своєрідним доповненням першого питання, кількість вірних відповідей на яке склало 6 (37%) для 5-А та 10 (71%) для 5-Б класів, можна констатувати, що, як і у випадку з поняттям здоров'я у першому тестуванні, традиційні методи навчання не забезпечують необхідну глибину знань та розуміння конкретної теми учнями (Рис. 3.6).

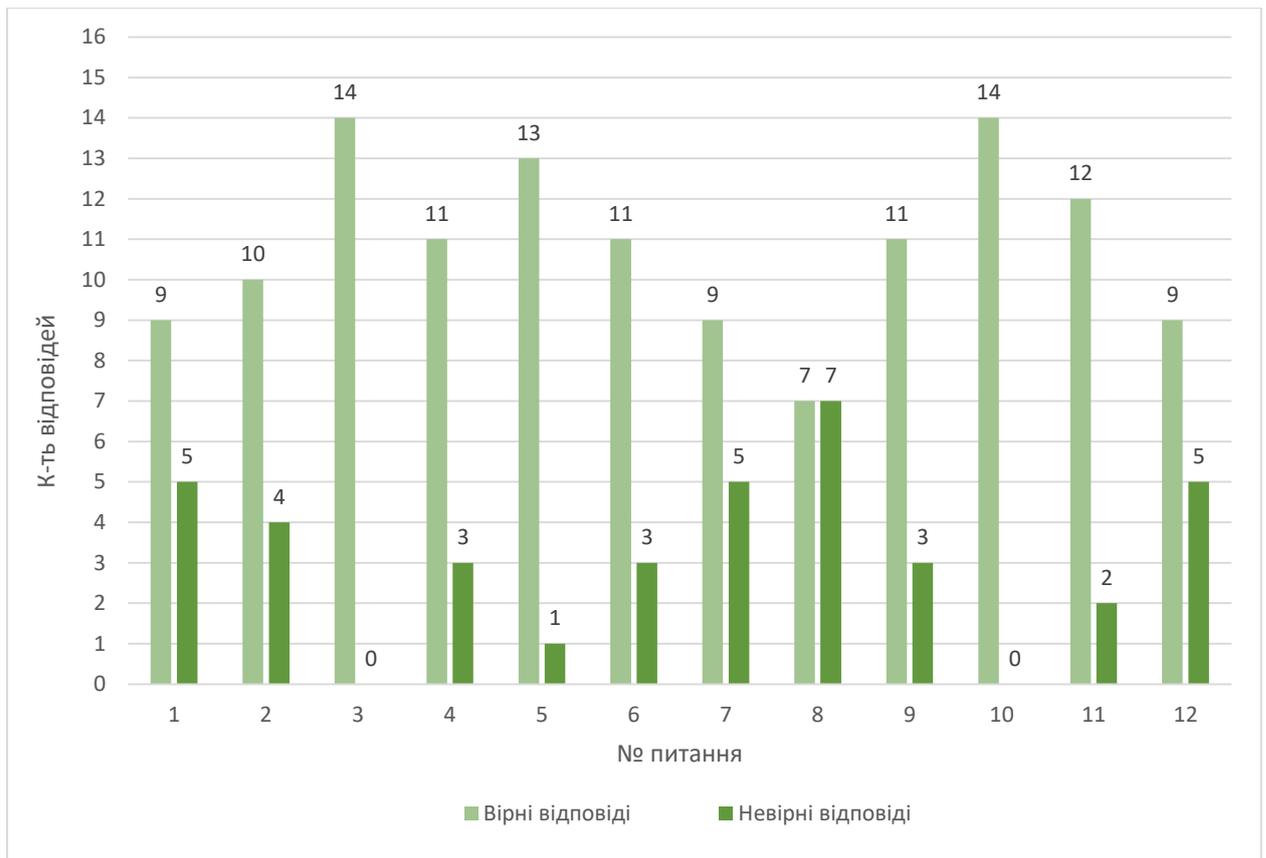


Рис. 3.5. Результати тестування з другого блоку тем («Харчування і здоров'я», «Рухова активність і відпочинок»), 5-Б клас

Цікавими виявилися й результати питань, які носили більш конкретний суб'єктивний характер та, окрім знання матеріалу, могли ілюструвати ставлення кожного учня до власного здоров'я та безпеки. Так, наприклад, відповідаючи на питання № 7 («Для підтримання високого рівня здоров'я організму дітям вашого віку рекомендовано спати:..»), вірну відповідь дало 7 учнів 5-А класу (44%) та 10 учнів 5-Б класу (71%), що, по-перше, підтверджує неефективність традиційного навчання в розрізі вивчення вузькоспеціалізованої фактичної інформації, а, по-друге, може опосередковано свідчити про недотримання дітьми відповідних норм сну, навіть за умови їх знання. Також, розглядаючи питання №8 («Оберіть які(-ий) види відпочинку вважаються не раціональними або небезпечними:..»), вірно відповіли на яке 10 (62%) учнів 5-А класу та, не очікувано, 7 (50%) учнів 5-Б класу, можна припустити очевидну і досить неприємну, якщо не сказати небезпечну, тенденцію до нерозуміння або применшення рівня

небезпеки того чи іншого виду дозвілля серед дітей. Зазначимо також результати відповідей на питання № 12 («Яке співвідношення основних компонентів їжі вважається раціональним:..»). Дане питання цікаво тим, що потребувало для відповіді конкретних, досить специфічних знань, а також досить глибокого розуміння основної тематики заняття, власне раціонального харчування. Так, на вказане питання вірно відповіло лише 6 учнів з 5-А класу, що склало 37% класу, тоді як з 5-Б класу вірну відповідь дало 9 учнів, тобто 64%. Таким чином різниця у 27% результативності вкотре підтверджує, що для досягнення ефективного засвоєння учнями складного та вузькоспеціалізованого матеріалу використання лише традиційних методів навчання є недостатнім, натомість інтерактивні методи та дидактичні ігри стають не просто доцільними, а, навіть, необхідними.

Крім того слід відмітити й наявність, аналогічно до першого тестування, ряду питань, співвідношення вірних відповідей на які було майже однаковим для обох досліджуваних класів. Прикладом можуть слугувати результати відповідей на питання №3 («Елементом якої зі складових здоров'я є рухова активність?») та №10 («Основними компонентами повноцінного харчування є:..»), кількість вірних з яких, для 5-А класу склала 16 (100%) та 13 (82%), а для 5-Б 14 (100%) та 14 (100%) відповідно. Такий, виключно відмінний результат для обох класів, не зважаючи на способи і методи викладання, які застосовувалися в процесі вивчення теми, ми пов'язуємо, в першу чергу, з характером самих питань та знань, які необхідні для надання правильної відповіді, тобто питання були більш загального спрямування і не вимагали специфічних знань від школярів.

Як і в першому випадку, для об'єктивізації отриманих в ході аналізу результатів тестування даних нами було розраховано середній бал учнів обох класів після вивчення тем другого блоку. Результати розрахунків вказані у діаграмі на рисунку 3.6.

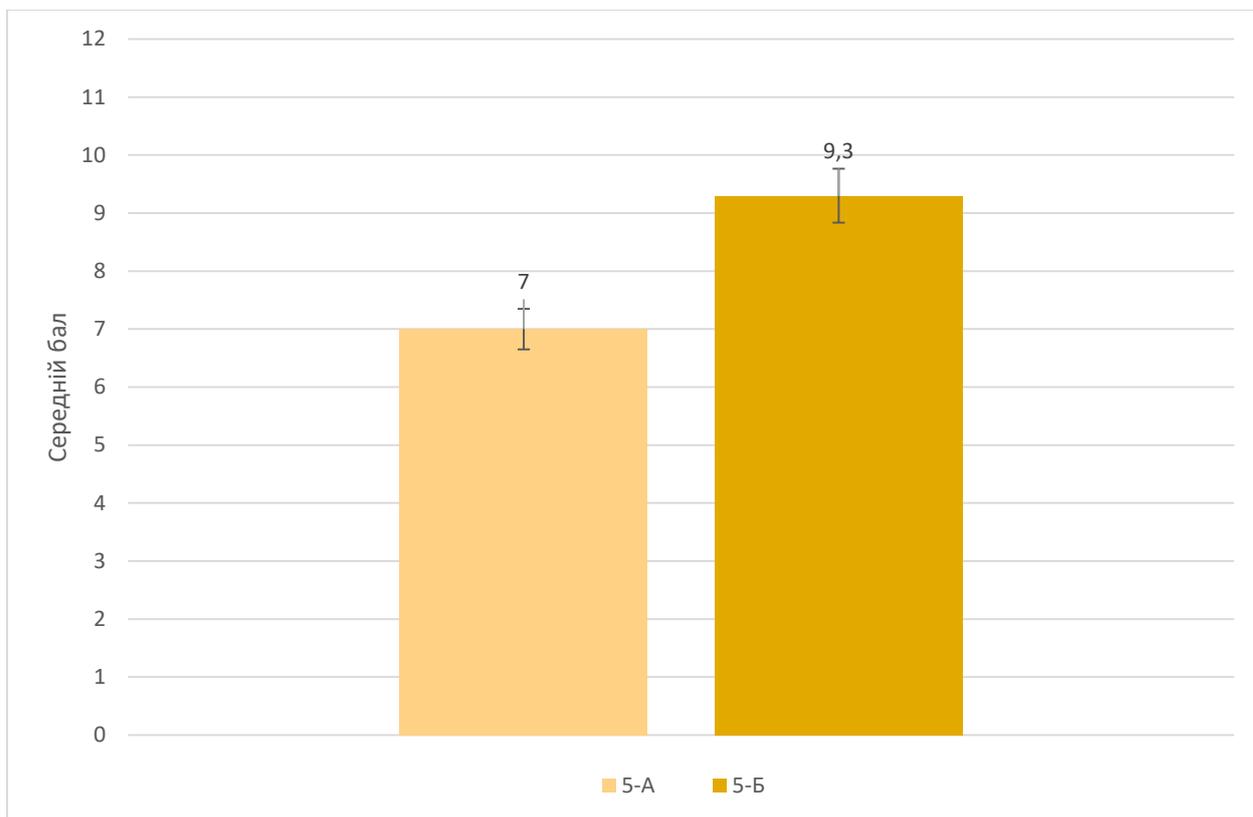


Рис. 3.6. Порівняння величин середнього балу учнів 5-А та 5-Б класів після вивчення другого блоку тем

Як вказано на діаграмі з рисунку 4, середній рівень успішності учнів 5-А класу, після вивчення тем другого блоку, склав 58% (7 балів), тоді як в учнів 5-Б класу він склав приблизно 76% (9,3 бали). Таким чином, як і у випадку першого тестування, різниця успішності 5-А класу, в якому проводилися традиційні уроки та 5-Б, в ході навчального процесу в якому використовувалися сучасні нетрадиційні методи та методичні прийоми, була суттєвою і склала приблизно 18% (2,3 бали). При цьому, слід відмітити, що у порівнянні із результатами тестування після вивчення першого блоку тем, успішність учнів обох класів після вивчення другого блоку дещо впала, що може свідчити про складність сприйняття конкретних тем, не зважаючи на специфіку та ефективність обраних методів викладання на уроці. В загальному ж, як і в першому випадку, навіть із урахуванням незначного падіння успішності, в загальному, можна чітко констатувати, що ефективність засвоєння матеріалу, а також його відтворення набагато вища саме в учнів, на уроках в яких застосовувалися інтерактивні методи

навчання, дидактичні ігри, елементи формувального оцінювання тощо, що, в свою чергу доводить загальну ефективність гейміфікації освітнього процесу, а отже й доцільність її впровадження у молодшій школі.

Останнім етапом реалізації даної дослідницької роботи стало проведення діагностувальної контрольної роботи, метою якої була, з одної сторони, кінцева оцінка успішності учнів після вивчення запропонованих тем з розділу «Здоров'я та фізичний розвиток», а, по-друге, підтвердження або спростування ефективності реалізованих інтерактивних методів та прийомів, елементів формувального оцінювання та принципів НУШ в порівнянні із традиційними уроками та відповідними ним методами навчання.

Для проведення зазначеного контролю кожному з учнів 5-А та 5-Б класів було роздано індивідуальні робочі листи із переліком з 12 завдань різного рівня складності, що стосувалися розглянутих в ході роботи тем з розділу «Здоров'я та фізичний розвиток». Робота складалася як із класичних закритих та відкритих тестів, так і містила відкриті питання, що дало змогу більш об'єктивно оцінити саме вміння учнями використовувати отримані в ході занять знання та чітко виражати свою думку (Додаток 12). Спираючись на результати проміжних тестувань, які демонстрували загальну тенденцію до переважання результативності учнів 5-Б класу, отримані після проведення контрольної роботи дані, загалом, були очікуваними. Наприклад, питання першого та, в більшості, другого рівня складності, які були представлені закритими та відкритими тестовими завданнями, характеризувалися великою кількістю вірних відповідей в обох класах, як, наприклад, питання № 5 («Що в організмі людини забезпечує регулярна рухова активність?») та №7 («Із запропонованого переліку оберіть нераціональні та небезпечні види дозвілля:..»). Кількість вірних відповідей на зазначені питання склала 13 (81%) і 14 (87%) для 5-А та 13 (93%) і 12 (87%) для 5-Б класу (Рис. 3.7).

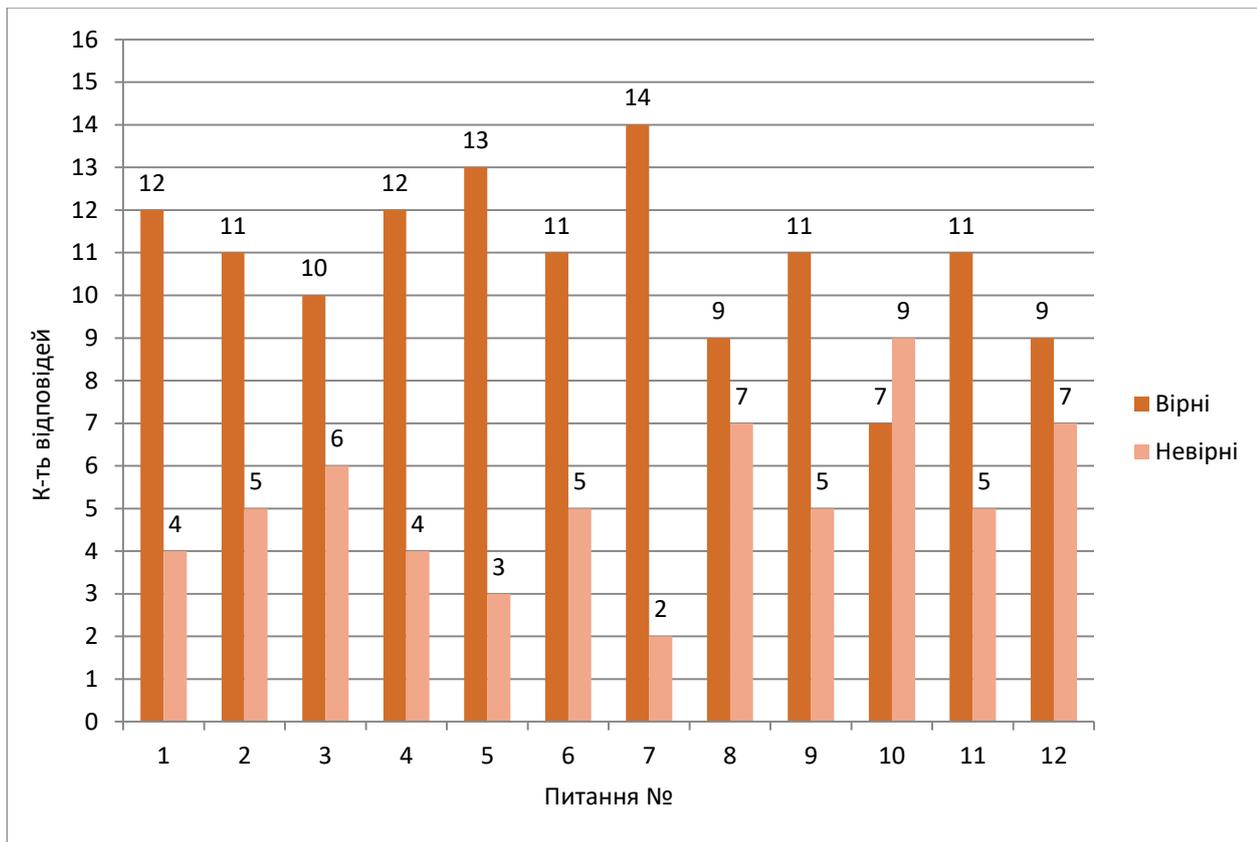


Рис. 3.7. Результати діагностичного оцінювання, 5-А клас

Тобто, підтверджується попереднє припущення про те, що інформація, яка носить більш загальний характер та не потребує додаткового осмислення учнем, засвоюється достатньо ефективно не зважаючи на методи, які використовуються для її викладання. Проте, все ж можна підтвердити й іншу, виявлену раніше, закономірність, яка стосується питань підвищеної складності та тих, що потребують більш вузькоспеціалізованих чи конкретних знань. Так, як і у випадку проміжного тестування, учні 5-Б класу, на уроках яких інформація подавалася у ігровій формі, із застосуванням спеціальних методів акцентування уваги, викладення матеріалу та залучення учнів до розгляду кожного конкретного питання у форматі інтерактиву, продемонстрували суттєво вищу результативність при відповіді на відкриті питання, власне ті, які потребують більш глибоких знань та чіткого логічного викладу. Прикладом таких питань можуть слугувати, наприклад, № 10 («Зіставте чинник впливу на загальний стан здоров'я людини і рівень його впливу у %:..») та №12 («Фізичний розвиток людини – це...») результати

яких склали 7 (44%) та 9 (56%) для учнів 5-А та 10 (71%) та 13 (93%) для учнів 5-Б класу відповідно (Рис. 3.8).

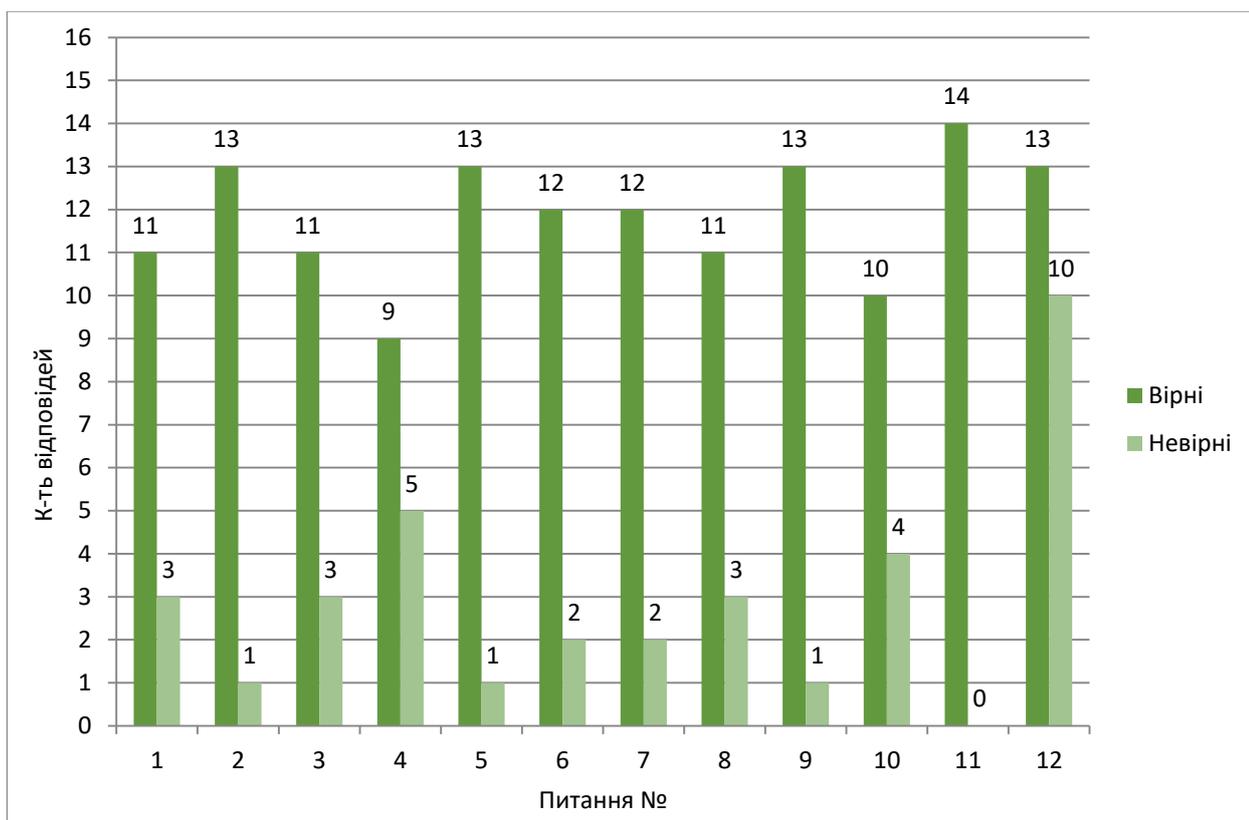


Рис. 3.8. Результати діагностичного оцінювання, 5-Б клас

У випадку питання №10, яке являло собою зіставлення чинника впливу на здоров'я людини та числового вираження рівня його впливу, різниця успішності учнів склала 27%, тоді як при відповіді на питання №12, в якому було необхідно повноцінно розкрити поняття фізичного розвитку людини, ця різниця склала 37%. Тобто, отримана різниця у результативності учнів чітко демонструє описану вище загальну закономірність, що підтверджує ефективність інтерактивного навчання.

Визначення та оцінка середнього балу, який вийшов в учнів обох класів наприкінці вивчення обраного блоку тем, загалом, виявили наближену до попередніх значень різницю, проте, слід зазначити, що, в порівнянні із відповідними результатами тестувань, середній бал учнів 5-А класу, після проведення діагностичного контролю зріс на 0,3-1,2 бали (Рис. 3.9).

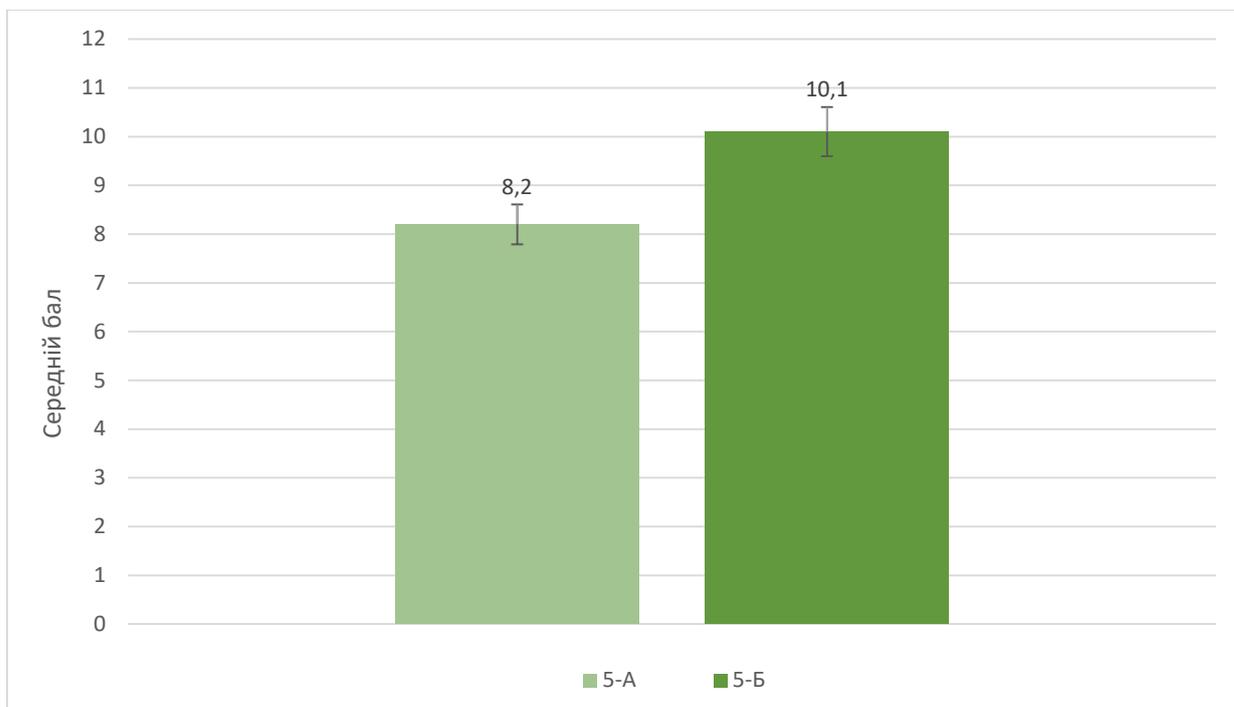


Рис. 3.9. Порівняння середнього балу учнів 5-А та 5-Б класів проведення діагностичного контролю

Як видно з діаграми на рисунку 9, різниця між показниками середнього балу у досліджуваних класах склала 1,9 бали (16%), тобто чітко зберігається тенденція до переважання загальної успішності учнів 5-Б класу.

Враховуючи отримані в ході проведеного дослідження результати можна об'єктивно і аргументовано стверджувати, що, для досягнення мети сучасного освітнього процесу, а саме формування у школярів вмінь та навичок навчання та використання знань у повсякденному житті, а не лише накопичення бази знань, значно ефективнішим та доцільнішим є застосування інтерактивних методів навчання, елементів дидактичних ігор, формувального оцінювання та інших сучасних методів навчання, в порівнянні із традиційним викладом матеріалу. Крім цього, була доведена суттєва ефективність розробленого та апробованого навчально-методичного комплексу саме у розрізі вивчення поняття здоров'я та фізичного розвитку людини на уроках ЗБД.

## Висновки

1. Попереднє визначення фактичного рівня знань учнів досліджуваних класів стосовно поняття здоров'я, за рахунок проведеного анкетування, виявив їх поверхневність і недостатність, що, очевидно, призвело до формування досить неоднозначного ставлення до необхідності слідувати принципам здорового способу життя;

2. Розроблено та апробовано необхідний для ефективної реалізації дослідження навчально-методичний комплекс, а саме: бланки анкетування «Здоров'я та здоровий спосіб життя», плани-конспекти уроків з тем «Здоров'я і його складники», «Спосіб життя і фізичний розвиток», «Харчування і здоров'я» та «Рухова активність і відпочинок», роздатковий матеріал (вхідні/вихідні білети, макети квітки, картки «смайл»), а також комплекс контрольно-оціночних заходів у вигляді бланків тестувань та діагностувальної контрольної роботи;

3. Проведено порівняльний аналіз результативності учнів 5-А (традиційні уроки) та 5-Б (уроки із застосування інноваційних методів) класів, як на проміжних етапах роботи, так і наприкінці вивчення визначеного переліку тем, який виявив чітку та досить суттєву різницю з переважанням другої групи, що свідчить як про ефективність гейміфікації навчального процесу, так і про недостатність традиційних методів навчання в сучасному освітньому процесі;

4. Критична оцінка застосованих в ході проведення занять інтерактивних методів, дидактичних ігор та елементів формуального оцінювання показала, з одного боку доцільність обраних методів в розрізі вивчення саме поняття здоров'я та його аспектів, а, з іншого, підвищену ефективність засвоєння як знань загального характеру, так і специфічної чи складної інформації.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Elstad E., Nortvedt G., Turmo A. (2009). The Norwegian assessment system: An accountability perspective. *Cadmo*. Vol. 17(2): pp. 89-103.
2. Андрійчук О.І. Система педагогічного оцінювання навчальних досягнень учнів / О.І. Андрійчук // *Вісн. Житомир. держ. ун-ту ім. І.Франка*. – 2009. – № 48. – С. 93-96.
3. Marc T. (2010). An Assessment System for the United States: Why Not Build on the Best? / National Conference on Next Generation Assessment Systems Content Provided by the Center for K – 12 Assessment & Performance Management. – 34 P.
4. Барбаш Є. М. Система оцінювання навчальних досягнень учнів з мови в Україні та закордоном: історико-порівняльний огляд / Є. М. Барбаш // *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. – Серія “Педагогіка, соціальна робота”. – Вип. № 34. – 13 с.
5. Онопрієнко О. В. Нова українська школа: інноваційна система оцінювання результатів навчання учнів початкової школи : навч.-метод. посіб. / О. В. Онопрієнко. – Харків : Вид-во «Ранок», 2021. – 208 с.
6. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. – Київ: МОН України, 2016. – 40 с.
7. Пузирьов Е.В. Основи педагогіки: комплекс навчально-методичного забезпечення для підготовки бакалаврів / Укл.: Пузирьов. Е.В. – К. : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2017. – 108с.
8. Bennett R. (2011). Formative assessment: A critical review. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*. Vol. 18(1): pp. 5–25.
9. Breiteig T. (2013). Preparing teachers of mathematics in Norway. In J. Schulle, L. Ingvarson & R. Holdgreve-Resendez (Eds.), *TEDS-M encyclopedia. A guide to teacher education context, structure, and quality assurance in 17 countries: Findings from the IEA Teacher Education and Development Study in Mathematics (TEDS-M)*: pp. 131– 148.

10. Морзе Н.В. Формувальне оцінювання: від теорії до практики / Н.В. Морзе, О.В. Барна, В.П. Вембер // Інформатика та інформаційні технології в навчальних закладах. – К.: Видавничий дім «Освіта», 2013. – №6. – С. 45-57
11. Black P. (2013). Formative and summative aspects of assessment: Theoretical and research foundations in the context of pedagogy. In J. McMillan (Ed.), Sage handbook of research on classroom assessment. London: SAGE Publications: pp. 167-178.
12. Дудкина О. И. Формативное оценивание в начальной школе. Практическое пособие для учителя / Сост. О.И. Дудкина, А.А. Буркитова, Р. Х. Шакиров. – Б.: «Билим», 2012. – 89 с.
13. Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень учнів у системі загальної середньої освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://licei.lutsk.ua/files/regulations/zagalni\\_kryterii\\_ocinjuv.doc](http://licei.lutsk.ua/files/regulations/zagalni_kryterii_ocinjuv.doc) , вільний. – Назва з екрана.
14. Кабан Л. В. Формувальне оцінювання навчальних досягнень учнів у новій українській школі [Електронний ресурс] / Л.В. Кабан // Народна освіта, 2017. – № 1(31). – С. 88-95. – Режим доступу: [https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page\\_id=4471](https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=4471) , вільний. – Назва з екрана.
15. Фідкевич О. Навчально-методичний посібник «Нова українська школа: теорія і практика формуального оцінювання у 3-4 класах закладів загальної середньої освіти» для педагогічних працівників / О. Фідкевич, Н. Богданець-Білоskalенко. – Київ: Генеза, 2020. – 96 с.
16. Онопрієнко О. В. Формувальне оцінювання навчальних досягнень учнів: сутність і методика здійснення / О. В. Онопрієнко // Український педагогічний журнал. – 2016. – № 4. – С. 36-42.
17. Нова українська школа: poradnik для вчителя / під заг. ред. Бібік Н. М. – К.: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2017. – 206 с.

18. Karadimitriou K., Despina V. (2021). Examining the impact of self-assessment with the use of rubrics on primary school students' performance / *International Journal of Educational Research Open*. Vol. 2 (2): 9 P.
19. Vázquez T. Sandra, Latorre C. Cecilia, Liesa O. Marta, Rivera T. Pilar. (2021). "The Mutual Assessment System in Teamwork: The Value of the Individual Grade," *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, Vol. 26 , Article 3: pp. 1-15.
20. Sewagegn A., Askalemariam A. Dessie. (2020). The Value of Feedback in Primary Schools: Students' Perceptions of the Practice / *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*. Vol. 19, № 10: pp. 338-354.
21. Bojović I., Antonijević R. (2017). Students Motivation to Learn in Primary School. *Open Journal for Psychological Research*. Vol. 1(1): pp. 11-20.
22. Избранные педагогические сочинения / К.Д. Ушинский. – М.: Просвещение, 1968. – 357 с.
23. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский // под ред. В.В. Давыдова. — М.: Педагогика, 1991. — 480 с.
24. Вибрані твори : в 5 т. / В. О. Сухомлинський ; [редкол.: О. Г. Дзевєрін (голова) та ін.]. - Київ : Рад. шк., 1976. Т. 1 : Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості ; Духовний світ школяра ; Методика виховання колективу. – 1976. – 653, [1] с.
25. Вишневський О. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СУЧАСНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ПЕДАГОГІКИ / О. Вишневський // Посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Дрогобич: Коло, 2006. – 330 с.
26. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи / заг. ред. М. Грищенка. – К., 2016. – 40 с. / Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkolacompressed.pdf>
27. Бургун І. В. Специфіка навчально-пізнавальної діяльності учнів в контексті компетентнісного підходу до навчання / І.В. Бургун // Науковий

часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова : збірник наукових праць / за заг. ред. проф. В. Д. Сиротюка. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. – Вип. 47. – Серія № 5. - «Педагогічні науки : реалії та перспективи». – С. 14-19.

28. Компетентнісний підхід у сучасній українській освіті: світовий досвід та українські перспективи / під заг. ред. О. Овчарук. — К.: К.І.С., 2004. – 111 с.

29. Життєва компетентність особистості : наук.-метод. посіб. / за ред. Л. В. Сохань, І. Г. Єрмакова, Г. М. Несен. – Київ : Богдана, 2003. – 520 с.

30. Пометун О.І. Проектування шкільного підручника: вимоги і проблеми / О.І. Пометун, Н.М. Гупан // Проблеми сучасного підручника: зб. наук. праць / [ред. кол.; наук. ред. О. М. Топузов]. – К.: Педагогічна думка, 2013. – Вип. 13. – С. 564-573. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/psp\\_2014\\_14\\_65](http://nbuv.gov.ua/UJRN/psp_2014_14_65) .

31. Дмитренко К.А. Звичайні форми роботи – новий підхід: розвиваємо ключові компетентності : метод. посіб. / К.А. Дмитренко, М.В. Коновалова, О.П. Семиволос, С.В. Бекетова. – Х.: ВГ «Основа», 2018. – 119 [1] с.

32. Цільмак О.М. Складові структури компетентностей / О.М. Цільмак // Наука і освіта. – 2009. – №1-2. – С. 128-135.

33. Лисогор Л. Життєва компетентність як умова самореалізації особистості / Л. Лисогор // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи. – Випуск № 47, 2013. – С. 143-147.

34. Сидоренко В.В. Концептуальні засади нової української школи: ключові компетентності, ціннісні орієнтири, освітні результати / В.В. Сидоренко // Методист. – Київ, 2018. – №5. – С. 1-21

35. O'sullivan N., Burce A. (2014). Teaching and learning in competency-based education. The Fifth International Conference on e-Learning (eLearning-2014), 22-23 September 2014, Belgrade, Serbia

36. Соняк Н.Л. Дидактичні умови формування комунікативної компетентності молодших школярів у процесі роботи з текстом : дис. канд. пед. наук: 13.00.09 - теорія навчання: педагогіка / Соняк Наталія Леонідівна; Східноєвропейський нац. ун-т ім. Л. Українки; Тернопільський нац. пед. ун-т ім. В. Гнатюка; наук. кер. А. В. Лякішева. – Луцьк; Тернопіль, 2018. – 247 с. – Бібліогр.: с. 209–233.

37. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи / [упоряд. Гриневич Л., Елькін О., Калашнікова С., Коберник І., Ковтунець В., Макаренко О., Малахова О., Нанаєва Т., Усатенко Г., Хобзей П., Шиян Р.; за заг. ред. Грищенка М.]. – [Б. м., 2016]. – 40 с.

38. Huber M., Knottnerus J. A., Green L. van der Horst, H. Jadad, A. R. Kromhout, D. Leonard, B. Lorig, K. Loureiro, M. I. van der Meer, J. W. Schnabel, P. Smith, R. van Weel, C., Smid H. (2011). How should we define health?. *BMJ (Clinical research ed.)*. Vol. 343: pp. 1-3.

39. Brüssow H. (2013). What is health?. *Microbial biotechnology*. Vol. 6 (4): pp. 341–348.

40. Callahan D. (1973). The WHO definition of 'health'. *Studies – Hastings Center*. Vol. 1(3): pp. 77-88.

41. Савчук П. Здоров'я та здоровий спосіб життя людини: погляди, думки, висновки / П. Савчук, І. Бакіко, В. Ковальчук, С. Савчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – № 1(41). – 2018. – С. 5–10.

42. Грибан В.Г. Валеологія: Підручник / В.Г. Грибан // Центр учбової літератури. – К., 2008. – 214 с.

43. Donev D. Human health – definition, concept and content. How the disease occurs and the natural course of disease. Modern concept and definition of healthcare [In Macedonian]. In: Nikodijevic B., editor. Contemporary diagnostics and therapy in medicine. Skopje: Faculty of Medicine; 2000: pp. 5-19.

44. Мухамед'яров Н.Н. Формування здорового способу життя: теоретичний аспект / Н.Н. Мухамед'яров // Вісник Харківської державної академії культури. – 2013. – Вип. № 39. – С. 249-256.
45. Bukvić Z., Cirovic D., Nikolić D. (2021). The importance of physical activity for the development of motor skills of younger school age children. - Medicinski Podmladak. Vol. 72(2). – pp. 34-39.
46. Міщиха Л.П., Кулеша-Любінець М.М. Психічне здоров'я як складова особистісного благополуччя / Л.П. Міщиха, М. М. Кулеша-Любінець // Збірник наукових праць. – Харків, 2020. – Вип. №1. – С. 166-168
47. Mirabela L. (2017). Rational Nutrition of Modern Human. 4th International Multidisciplinary Scientific Conferences on Social Sciences & Arts SGEM // Section Sociology & Healthcare. – 6 P.
48. Загартовування як важливий фактор оздоровлення студентів: методичні вказівки для студентів / Укл.: Горобей М.П., Чалий О.С., Добронизський Є.О., Колодяжна Т.П., Кузьменко М.Г. – Чернігів: ЧНТУ, 2016. – 23 с.
49. Язловецька О.В. Учням про здоров'я / О.В. Язловецька, В.С. Язловецький. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2000. – 210 с.
50. Найдьонова Г.О. Психосексуальний розвиток дітей з психофізичними особливостями / Г.О. Найдьонова, Т.О. Пахолок // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. Зб. наук. праць. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. – № 29. – С. 207 – 213.
51. Лящук О.С., Сутність в зміст шкідливих звичок: фактори та умови їх формування у молодших підлітків / О.С. Лящук, М.О. Супрун // Вісник пенітенціарної асоціації України. – № 2. – 2017. – С. 71-77.
52. Калиниченко І.О. Гігієнічні аспекти збереження здоров'я школярів / І.О. Калиниченко. // «Молодий вчений». – Вип. № 11.1 (38.1). – 2016. – С. 56-59.

53. Колесніченко М. Сутність здоров'я та його роль у становленні особистості дитини дошкільного віку / М. Колесніченко // Вісник інституту розвитку дитини. Серія : Філософія. Педагогіка. Психологія : зб. наук. праць / Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – Київ: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2012. – Вип. 22. – С. 89-92.

54. Фізичний розвиток дитини : навч. посібник для студентів 3 курсу мед. факультету / О. Г. Іванько, М. В. Пацера, Н. В. Кизима [та ін.]. – Запоріжжя : [ЗДМУ], 2013. – 65 с.