

Рівненський державний гуманітарний університет
Кафедра біології та медичної фізіології

Н. Б. Грицай

Методика навчання основ здоров'я
(у початковій школі)

Курс лекцій

Тема 1. Мета і значення дисципліни «Методика навчання основ здоров'я»

1. Мета, завдання і зміст навчального курсу „Основи здоров'я” у початковій школі

2. Основні поняття курсу

3. Валеологія як наука

ЛІТЕРАТУРА

1. Бей П. І. Основи здоров'я у запитаннях і відповідях. 1–4 класи : посібник-довідник / П. І. Бей. – вид. друге, доповнене і перероблене. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – 112 с.
2. Бельська Г. В. Здоров'я дитини — від родини / Бельська Г. В., Богініч О. Л., Машовець М. А. – К.: СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.
3. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І.В.Муравов. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Грибан В. Г. Валеологія : навчальний посібник / В. Г.Грибан. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 256 с.
5. Валецька Р. О. Основи валеології : підручник / Р. О. Валецька. – Луцьк : Волинська книга, 2007. – 348 с.
6. Плахтій П.Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести : навч. посіб. / Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. ; за ред. П.Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський, 2009. – 332 с.
7. Тучапська Г. В. Абетка здоров'я : навчальний посібник / Г. В. Тучапська. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – 208 с.

1. Мета, завдання і зміст навчального курсу „Основи здоров'я” в початковій школі

Основи валеології та безпеки життєдіяльності людини в початковій школі розглядаються під час вивчення предмета „Основи здоров'я”. З цього навчального предмета інваріантною складовою Типового навчального плану початкової школи передбачено 1 годину на тиждень. Можливі додаткові години та курсу за вибором „Валеологія” та „Основи безпеки життєдіяльності” згідно з варіативною частиною навчального плану.

Здоров'я – найперша необхідна умова успішного розвитку кожної людини, її навчання, праці, добробуту, створення сім'ї і виховання дітей.

Від ставлення людини до здоров'я багато в чому залежить його збереження і зміцнення. Навчити дітей берегти і зміцнювати своє здоров'я – одне з найважливіших завдань сучасної школи, яке реалізується в предметі "Основи здоров'я".

Мета предмета "Основи здоров'я" – формування в учнів свідомого ставлення до свого здоров'я, оволодіння життєвими навичками здорового

способу життя та безпечної для здоров'я поведінки.

У процесі навчання зазначена мета передбачає вирішення таких **завдань**:

- формувати уявлення про здоров'я;
- мотивувати позитивне ставлення до збереження і зміцнення здоров'я;
- формувати основні життєві навички щодо здорового способу життя та безпечної поведінки;
- виховувати потребу в здоров'ї як важливої життєвої цінності.

2. Основні поняття курсу

Життєві навички – це набута людиною здатність до адаптованої та позитивної поведінки, яка дає змогу ефективно вирішувати проблеми та долати повсякденні труднощі (за визначенням ВООЗ).

Змістову основу предмета складають такі базові поняття: **здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечна поведінка.**

Здоров'я розглядається як цілісний і водночас багатовимірний феномен – через фізичну, соціальну, психічну й духовну складові.

Фізична складова здоров'я – фізичний (тілесний) стан людини та її фізичний розвиток; здатність людини пристосовуватися до змін навколишнього середовища та ефективно протидіяти хвороботворним чинникам.

Соціальна складова здоров'я визначається як узгоджена взаємодія дитини з природним і соціальним середовищем, розв'язання нею різних життєвих ситуацій у навколишньому середовищі.

Психічна складова здоров'я визначає розвиток основних функцій психіки дитини як особистості, оптимальне її пристосування до змін середовища та досягнення психічного благополуччя.

Духовна складова здоров'я формується через поєднання бачення прекрасного в оточенні, в самій людині, вироблення певних правил поведінки, відповідальне ставлення за здоров'я і життя своє та інших людей.

Здоровий спосіб життя – спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я на довгі роки.

Безпечна поведінка – поведінка людини, яка не загрожує її життю і

здоров'ю та безпеці інших людей.

3. Валеологія як наука

Термін «валеологія» походить від латинського слова «вале», що означає «бути здоровим» і грецького слова «логос» – «наука, вчення».

Отже, валеологія – наука про здоров'я.

Батьком сучасної валеології називають російського вченого І. І. Брехмана, який 1980 року вперше запропонував цей термін. Він науково обґрунтував необхідність охорони здоров'я практично здорових людей.

ВАЛЕОЛОГІЯ – це система знань про формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я.

Завдання валеології - навчити цінувати своє життя і здоров'я та дбайливо до нього ставитись.

Предмет валеології – це індивідуальне здоров'я людини (духовне, фізичне, емоційне, розумове, соціальне, особистісне). Валеологія - наука про здоров'я людини, про здоров'я здорових.

Валеологія тісно пов'язана з гігієною, біологією, медициною, екологією, хімією, фізикою (природничі науки); математикою; філософією, історією, психологією (гуманітарні науки) тощо.

Повсякденне дотримання факторів здоров'я та відсутність шкідливих звичок називають **ЗДОРОВИМ СПОСОБОМ ЖИТТЯ**.

Що ж потрібно, щоб бути здоровим і продовжити свій вік? Що потрібно робити, щоб не захворіти? Який спосіб життя краще вести? На всі ці питання дає відповідь молода і давня наука ВАЛЕОЛОГІЯ, яка сформувалася як наука в останні десятиліття.

Тема 2. Зміст навчальної програми та підручників з курсу „Основи здоров'я” у початковій школі

1. Структура навчальної програми предмета „Основи здоров'я”
2. Змістові лінії навчальної програми
3. Структура шкільного підручника

ЛІТЕРАТУРА

1. Бей П. І. Основи здоров'я у запитаннях і відповідях. 1–4 класи : посібник-довідник / П. І. Бей. – вид. друге, доповнене і перероблене. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – 112 с.
2. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І.В.Муравов. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
3. Грибан В. Г. Валеологія : навчальний посібник / В. Г.Грибан. – К. : Центр навчальної літератури, 2005. – 256 с.
4. Плахтій П.Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести : навч. посіб. / Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. ; за ред. П.Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський, 2009. – 332 с.
5. Тучапська Г. В. Абетка здоров'я : навчальний посібник / Г. В. Тучапська. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – 208 с.

1. Структура навчальної програми предмета „Основи здоров'я”

Навчально-виховні завдання вирішуються на основі планомірного і поступового розвитку в школярів основних валеологічних понять. Допомагають освітній і виховній діяльності вчителя програми початкової загальноосвітньої школи.

У програмі сформульовано завдання і мету навчання, розкрито зміст теми, зазначено деякі форми, методи і методичні прийоми навчання, визначено приблизну кількість годин, необхідних для вивчення теми. До програми включено вимоги до знань і вмінь учнів, а також тематика практичних робіт, міжпредметні зв'язки тощо. Вчитель повинен професійно володіти змістом програми, всіма структурними елементами і вміти користуватися програмою під час планування навчально-виховного процесу з предмета.

2. Змістові лінії навчальної програми

Відповідно до завдань предмета та тлумачення зазначених понять **зміст** програми для кожного класу структурується за такими *змістовими лініями*:

- 1) людина та її здоров'я;
- 2) фізична складова здоров'я;
- 3) соціальна складова здоров'я;
- 4) психічна та духовна складові здоров'я.

Програма побудована за **концентричним принципом**. Тому зазначені *змістові лінії* – наскрізні для всієї початкової школи, але в кожному класі зміст і обсяг пропонованої учням інформації, організація її засвоєння змінюються відповідно до зростаючих пізнавальних і психологічних особливостей учнів. Послідовність і кількість годин на ці складові можуть змінюватися відповідно до робочого плану школи, необхідності своєчасного реагування на конкретні умови, в яких відбувається навчальний процес (наближення епідемій, стихійне лихо, інфекційні хвороби тощо).

Міжпредметні зв'язки. Засвоєнню змісту предмета "Основи здоров'я" сприяють мотиваційні зв'язки з іншими предметами початкової школи ("Фізична культура", "Я і Україна", "Художня праця", "Читання").

Здоровий спосіб життя учнів залежить не лише від них самих, а й сім'ї, суспільства, тому ідеї охорони життя і здоров'я доцільно поширити й на батьківську громаду. Для реалізації програмових вимог особливе значення має співпраця з сім'єю, мотивація дітей на самоконтроль у щоденному виконанні правил щодо збереження і зміцнення здоров'я, безпечної поведінки.

3. Структура шкільного підручника

У навчально-виховному процесі шкільний підручник – один з найважливіших засобів навчання, в якому визначено обсяг знань, необхідних для обов'язкового засвоєння, послідовність формування умінь, навичок.

Підручник – це навчальна книга, яка вміщує системне викладення певного обсягу знань, що відображають сучасний рівень досягнень науки і виробництва, призначений для обов'язкового засвоєння учнями.

Підручники мають свою структуру, тобто складаються з окремих структурних компонентів. *Структурний компонент* – це необхідний елемент шкільного підручника, який має певну форму, здійснює тільки йому властивими засобами активне функціональне навантаження і перебуває в тісному взаємозв'язку з іншими елементами даного підручника. Згідно з цим визначенням, всі структурні компоненти підручників поєднуються у два великі відділи: 1) текст; 2) позатекстові компоненти. Вони, у свою чергу, поділяються на три підвідділи, відповідно до функціонального навантаження, що несе

КОМПОНЕНТ, ЯКИЙ ДО НИХ НАЛЕЖИТЬ.

Текст			Позатекстовий компонент		
основний	додатковий	пояснювальний	апарат організації засвоєння	ілюстрації	апарат орієнтування

Текст. Залежно від змісту і використання в навчальному процесі розрізняють: основний, додатковий і пояснювальний. Кожний має свої особливості. *Основний* текст підручника відбиває систему головних понять курсу. Залежно від способу розкриття суті понять основний текст є описовим або змішаним. *Додатковий* текст – звернення до учнів, документальні, хрестоматійні матеріали та матеріали необов'язкового вивчення. *Пояснювальний* текст містить допоміжні елементи: примітки і пояснення, словники, абетки та ін.

Позатекстові компоненти складаються з апарата організації засвоєння, ілюстрацій і апарата орієнтування.

До складу *апарата організації* засвоєння входять питання, завдання, таблиці, покажчики (бібліографічні, предметні), відповіді. До *ілюстрацій* належать малюнки, фотографії, комбіновані ілюстрації, фотомонтажі, фотосхеми, репродукції. *Апарат орієнтування* містить вступ, передмову, зміст, рубрикації та виділення (шрифтові та кольорові), символи орієнтування, колонтитул.

Позатекстові компоненти містять важливі відомості, які допомагають учням користуватися підручником. Так, *титульний лист* – перша сторінка підручника – знайомить учнів із прізвищами авторів, його назвою, роком і місцем публікації. За цими даними книгу легко знайти в бібліотеці. Завдання *передмови* – полегшити розуміння основного тексту, розкрити задум підручника. Часто в передмові автори розкривають завдання книги, описують особливості шрифтових виділень (назви розділів, тем, абзаців, термінів тощо), пояснюють умовні позначення. у змісті відбивається загальний план підручника, основні рубрики, співвідношення різних частин. *Колонтитул* – це рядок над текстом сторінки. На лівому боці зазвичай дається назва великих рубрик, а на правому – більш дрібніших. Колонтитул полегшує користування

книгою, допомагає швидко знайти потрібний матеріал.

Багато часу учні працюють з підручником самотійно. **Самотійна робота** – така активна пізнавальна діяльність усіх учнів класу, що виконується без безпосередньої участі вчителя, але за його завданням і в спеціально відведений для цього час; при цьому результати самотійних розумових і фізичних дій школярів виражаються зовнішньо контролюючими вчителем формами (малюнком, моделлю, таблицею тощо).

Сучасна школа повинна готувати учнів до самоосвіти, формувати у них постійну потребу у поповненні, поглибленні і поновленні знань, їх активному використанні в навчальній і трудовій практиці, у повсякденному житті. Реалізація цього завдання певним чином пов'язана з умінням працювати з навчальною книгою, підручником: умінням читати, розуміти прочитане, знаходити в підручнику потрібний матеріал, аналізувати його, порівнювати і т. п.

Робота з підручником дуже різноманітна, але за ступенем пізнавальної активності учнів можна виділити такі три види: 1) робота за попереднім ознайомленням з матеріалом, який вивчається; 2) робота тренувального характеру; 3) творча робота упродовж використання підручника і науково-популярної літератури.

Згідно із структурними елементами підручника виділяють такі групи прийомів роботи: 1) з текстом підручника; 2) з апаратом орієнтування; 3) з ілюстраціями підручника.

1. *Прийоми роботи з текстом* – переказ (короткий і близький до тексту); зіставлення нових знань з набутими; виділення незрозумілих місць у тексті; постановка запитань до тексту і відповіді на них; виділення суттєвого (головні думки); поєднання головних думок у логічну схему (складання плану); тезування, конспектування, самоперевірка, складання схем, таблиць на основі прочитаного матеріалу, знаходження в прочитаному причинно-наслідкового зв'язку; порівняння, узагальнення, висновки, розподіл матеріалу (визначення, що в тексті прочитати, що запам'ятати, що виписати, що завчити тощо).

2. *Прийоми роботи з апаратом орієнтування* — визначення змісту

розділу, знаходження за допомогою змісту потрібного матеріалу, теми за допомогою змісту, запитань, завдань за допомогою символів, визначення головних думок за допомогою шрифтових виділень та ін.

3. *Приєм роботи з ілюстраціями* — визначення ознак предмета, об'єкта за малюнком, фотографією, виділення головних і другорядних ознак за малюнком, фотографією, репродукцією; порівняння об'єктів, предметів за малюнком; характеристика умов довкілля, в якому знаходиться об'єкт, за малюнком тощо.

Для того, щоб учні оволоділи всією різноманітністю прийомів роботи з підручником і могли ними користуватися самостійно, вчитель мусить навчальну діяльність розпочинати на уроках. Навчання учнів прийомів самостійної роботи з підручником можна здійснювати на будь-якому етапі уроку, але найдоцільніше – під час вивчення нового матеріалу і його закріплення.

Тема 3. Принципи, методи та засоби навчання основ здоров'я

1. Принципи навчання
2. Методи навчання та методичні прийоми
2. Засоби навчання валеології
3. Дидактичний матеріал

ЛІТЕРАТУРА

1. Алатон А. Валеологія на допомогу вчителю: Додаткові матеріали для учителів початкової школи / Антон Алатон. – К. : Алатон, 1997. – 112 с.
2. Бей П. І. Основи здоров'я у запитаннях і відповідях. 1–4 класи : посібник-довідник / П. І. Бей. – вид. друге, доповнене і перероблене. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – 112 с.
3. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І.В.Муравов. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Валецька Р. О. Методика навчання основ здоров'я : підручник / Р. О. Валецька. – Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2010. – 236 с.
5. Грибан В. Г. Валеологія : навчальний посібник / В. Г.Грибан. – К. : Центр навчальної літератури, 2005. – 256 с.
6. Гриньова М. В. Методика викладання валеології / М. В. Гриньова. – Полтава : АСМІ, 2001. – 155 с.
7. Плахтій П.Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести : навч. посіб. / Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. ; за ред. П.Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський, 2009. – 332 с.
8. Тучапська Г. В. Абетка здоров'я : навчальний посібник / Г. В. Тучапська. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – 208 с.
9. Шаповалова Т. Г. Методика навчання валеології, основ здоров'я та безпеки життєдіяльності в початковій школі : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова ; Бердян. держ. пед. ун-т. – Бердянськ : БДПУ, 2012. – 176 с.

1. Принципи навчання

Принципи навчання (дидактичні принципи) – основні положення, що визначають зміст, організаційні норми та методи навчальної роботи.

Дидактичні принципи: а) визначають діяльність учителя і пізнавальну діяльність учнів; б) відображають внутрішню суть діяльності вчителя і учнів; в) базуються на закономірностях навчання; г) є системою вимог до визначення змісту, форм і методів навчання; г) є системою основних положень, на які опирається теорія і практика навчання; д) визначають цілеспрямованість навчального процесу і діяльність вчителя; е) є основними положеннями, на які опираються при викладанні навчальних предметів; є) положення, якими керуються учні.

Педагогіка розглядає такі принципи навчання:

Принцип науковості: розкриття причинно-наслідкових зв'язків явищ, процесів, подій; проникнення в суть явищ і подій; показ могутності людських знань і науки та ознайомлення з методами науки, пізнання; показ досягнень

науки нинішнього дня; розкриття історії розвитку науки, боротьби тенденцій; зв'язок даної науки з іншими.

Принцип систематичності і послідовності: К.Д. Ушинський про систематичність знань; система в роботі вчителя: систематична робота над собою, опора на пройдене при вивченні нового матеріалу, розгляд нового матеріалу по частинах, фіксування уваги учнів на вузлових питаннях, продумування системи уроків, здійснення внутрішньопредметних і міжпредметних зв'язків; система в роботі учнів: систематичне відвідування школи, систематичне виконання домашніх завдань, уважність на уроках, порядок виконання домашніх завдань, час виконання завдань, систематичне повторення навчального матеріалу.

Принцип доступності: врахування рівня розвитку учнів; врахування їх індивідуальних особливостей; врахування вікових особливостей; дотримання правил: від простого до складного, від відомого до невідомого, від легкого до складного, від близького до далекого.

Зв'язок навчання з життям: використання на уроках життєвого досвіду учнів; застосування одержаних на уроках знань у практичній діяльності; розкриття практичної значимості знань; використання краєзнавчого матеріалу в процесі навчання; безпосередня участь школярів у громадському житті.

Принцип свідомості і активності учнів: роз'яснення мети і завдань навчального предмету, значення його для вирішення життєвих проблем, для перспектив самого учня; використання у процесі навчання мислительних операцій (аналіз, синтез, узагальнення, індукція, дедукція); поява позитивних емоцій; наявність позитивних мотивів навчання; раціональні прийоми праці на уроці; критичний підхід у процесі викладання матеріалу і його засвоєння; наявність належного контролю і самоконтролю.

Принцип наочності. Види наочності: натуральна, образна, символічна (динамічна і статична, плоска і об'ємна).

Функції наочності: а) сприяє розумовому розвитку учнів; б) допомагає виявити зв'язок між науковими знаннями і життєвою практикою, між теорією і практикою; в) полегшує процес засвоєння знань і сприяє розвитку інтересу до

знань; г) допомагає сприймати об'єкт у розмаїтті його сторін і зв'язків; г) сприяє розвитку мотиваційної сфери учнів.

Поєднання слова з наочністю: а) слово керує безпосереднім сприйманням; б) слово допомагає осмислити спостережуване і формулювати зв'язки між явищами, фактами; в) слово дає знання про спостережуваний предмет; г) слово дає знання про явище, зв'язки, які безпосередньо не сприймаються без наочності.

Вимоги до використання наочності: наявність конкретної мети використання наочності; не слід зловживати наочністю, а використовувати для розвитку самостійності і активізації учнів; її використовують у той час, коли про неї йде мова; вона не повинна містити нічого зайвого, щоб не викликати додаткової асоціації, врахування вікових особливостей дітей; не слід переоцінювати і недооцінювати наочність у процесі навчання; наочність має бути змістовною, естетично оформленою; наочність має відповідати психологічним законам сприймання; необхідна попередня підготовка учнів до сприймання наочності.

Сприймання наочності проходить у три фази. На першій фазі зображені на наочності об'єкти сприймаються "розмиті", невиразно. На другій — концентрується увага учнів на об'єкті, сприймання чіткіше, але ще загальне. На третій – сприймання вже диференційоване.

Принцип міцності знань, умінь і навичок: повторення навчального матеріалу за розділами і структурними смисловими частинами; запам'ятовування нового навчального матеріалу в поєднанні з пройденим раніше; використання під час повторення активізації учнів (запитання, порівняння, аналіз, синтез, класифікація, узагальнення); нове групування матеріалу з метою приведення його до системи; виділення при повторенні основних, провідних ідей; використання при повторенні різноманітної методики, форм і підходів; використання вправ; використання самостійної роботи з творчого застосування знань; постійне звертання до раніше засвоєних знань з нової точки зору їх трактування.

Принцип індивідуального підходу до учнів. При реалізації принципу

індивідуального підходу, враховують: рівень розумового розвитку; рівень знань і вмінь; працездатність; рівень пізнавальної і практичної самостійності; темп роботи; ставлення до навчання; наявність і характер пізнавальних інтересів; рівень вольового розвитку.

Принцип емоційності навчання: жвавий, образний виклад матеріалу; краса в логіці викладу навчального матеріалу; використання цікавих прикладів; застосування наочності і ТЗН; створення почуття виконаного обов'язку; мова учителя, його ставлення до учнів, зовнішній вигляд.

3. Методи навчання та методичні прийоми

Метод навчання як дидактична категорія – складне явище, якому властиві численні ознаки, хоча вони є очевидними зовнішніми проявами педагогічного процесу.

Методи навчання — це *упорядкована система способів (дій) взаємозалежної діяльності вчителя й учнів, спрямованих на досягнення цілей освіти, психічного розвитку і виховання особистості*. Таким чином, у цьому визначенні підкреслюється діяльнісний характер методів, що будуються на взаємозв'язку дій вчителі й учнів, тому що процес навчання складається із викладання (діяльності вчителя) і навчання (діяльності учнів).

Способи (дії) вчителя й учнів тісно взаємодіють. Це означає, що вчитель погодить свої дії з закономірностями процесу засвоєння.

Серед компонентів навчального процесу особливе місце посідають методи навчання. Вони здійснюють своєрідний «синтез» у навчанні, зосереджуючи в собі всі його особливості.

З часів заснування школи можна було спостерігати, що на уроці застосовується велика кількість видів діяльності вчителя й учнів. Ці види діяльності стали називати методами навчання: вчитель розповідає — він застосовує метод розповіді; діти читають книжку — метод роботи з книжкою; вчитель показує предмет або його зображення — метод демонстрування тощо. Отже, перші спроби виділити методи навчання пов'язані з формою виявлення, тобто їх зовнішнім боком. На цій основі класифікували методи навчання. Найпоширенішою є класифікація, в основу якої покладено джерело знань учнів

(зовнішня форма виявлення).

Словесні методи: розповідь, лекція, пояснення, опис, інструктаж, бесіда, робота учнів з підручником і додатковою літературою.

Наочні методи: демонстрування вчителем предметів, процесів об'єктивного світу, ілюстрацій засобами демонстрації, інформатики тощо.

Практичні методи: виконання вправ, праця в шкільній майстерні, на пришкільній ділянці, лабораторні роботи тощо.

Найбільш важким і невирішеним до кінця питанням у теорії методів залишається їх класифікація. Суперечки з цього питання часом відволікають дидактів і методистів від розробки інших аспектів проблеми й іноді набувають суто академічного характеру, не пов'язаного з вирішенням практичних запитів школи. Однак дане зауваження не знімає актуальності класифікації методів як у загальнодидактичному, так і в частковометодичному плані за умови прийнятності класифікованих структур для їхнього практичного застосування вчителем.

Розробка загальної структури класифікаційних систем методів ґрунтується на методологічних і логіко-історичних дослідженнях проблеми. Загальна теорія методів і багатий досвід практики шкіл дозволяють виявити різні підходи до групування методів. Наведемо приклади. З аналізу історії проблеми випливає, що типовим недоліком різних класифікацій є абсолютизація окремих сторін, ознак методів і на цій обмеженій основі створювалася схема, що претендує на повноту. Нерідко просто давався перелік методів, без їхнього групування. У спробах класифікувати методи помітний перехід до опори на внутрішню сторону методу, хоча спочатку системи методів будувалися на підставі їх джерела і управлінської (зовнішньої) сторін.

Надаючи вирішальне значення джерелам знань і характерові їхнього засвоєння, Є.І. Перовський виділяє три групи методів:

- а) методи, пов'язані з перетворенням дійсності (практичні);
- б) методи сприйняття образу (наочні);
- в) методи використання широких узагальнень (словесні).

Найбільш розповсюдженою і тривалою залишалася класифікація за

джерелом знань.

Виходячи з особливостей завдань навчання на тому або іншому етапі навчання, Б.М. Єсіпов і М.А. Данилов (1957, 1967) запропонували таке групування методів:

1. Здобування учнями нових знань: а) підготовка до слухання вчителя; б) виклад знань учителем; в) осмислення і закріплення матеріалу; г) самостійне здобування знань.

2. Формування в учнів умінь і навичок.

3. Практика учнів у застосуванні знань.

4. Практика творчої діяльності.

5. Повторення.

6. Перевірка.

Як видно, ця схема за основу бере характер діяльності вчителі й учнів.

Таким чином, від простого перерахування методів навчання явно намітилася тенденція до їхнього групування. Не заглиблюючись в аналіз наведених прикладів, відзначимо лише, що різні підходи представити систему методів на базі врахування однієї сторони не задовольняли педагогів, хоча ці схеми були простими, доступними для шкільного вчителя. Подолання цього недоліку вбачалося в створенні бінарних класифікацій.

Пошук йшов у плані обліку різних сторін і функцій методів. Відображалось прагнення авторів виявити нові методи, орієнтувати вчителів на ефективне їхнє використання.

Цікавий підхід у свій час виразив Б.Є. Райков, виділивши два ряди методів викладання природознавства.

Групи методів (за Б. Е. Райковим)

А. 1. Словесний (книжковий). 2. Наочний (предметний) 3. Моторний (активно-руховий)

Б. 1. Ілюстративний 2. Дослідницький

Як видно з наведених даних, може бути складено шість комбінацій методів. Так була представлена бінарна номенклатура методів.

М. М. Верзилін запропонував поєднати методи за такими групами:

- 1) словесно-індуктивний;
- 2) словесно-дедуктивний;
- 3) наочно-індуктивний;
- 4) наочно-дедуктивний;
- 5) практично-індуктивний;
- 6) практично-дедуктивний.

Є.П. Бруновт та І.Д. Зверев класифікують методи за двома показниками: за ступенем самостійної активності учнів (методи пояснювально-ілюстративні, частково-пошукові, дослідницькі) і за джерелом знань (методи словесні, наочні, практичні). У сполученні цих двох рядів утвориться дев'ять груп методів.

З аналізу уявлень дидактів і методистів про систему методів видне їхнє прагнення враховувати багатоаспектність методів. З викладеного випливає висновок про складності проблеми класифікації методів, об'єктивно обумовлені складністю педагогічного процесу, у якому використовуються методи. Спростувати цю проблему означало б не враховувати реальну практику в теорії методів.

Подальше удосконалювання системи методів може йти з урахуванням таких умов:

по-перше, відбивати адекватність методів викладання і навчання, показуючи цілісність процесу навчання; у характеристиці кожного методу важливо показати ніби дві сторони однієї медалі – керівну роль вчителя і самостійну роботу учня;

по-друге, виходячи з багатоаспектності методів навчання не можна не враховувати логіко-змістову сторону методів; по-третє, не слід вводити надлишкову багатоступінчастість рівнів самостійної навчальної діяльності учнів, що не виявляють якісні розходження цих рівнів: накопичення „рівнів” ускладнює можливість користуватися класифікацією в практиці роботи вчителя.

У навчанні широко використовуються *методичні прийоми*, за допомогою яких збільшуються можливості варіативного застосування методів, підвищується їхня ефективність.

У педагогіці **методичний прийом** розглядається як окрема дія вчителя або учня, що входить до складу методу. Прийом виступає і як допоміжний елемент методу навчання, обумовлений видом навчальної операції і засобами навчання.

Методичні прийоми — це елементи того чи іншого, методу, що відбивають окремі дії вчителя і учнів у процесі викладання. Серед них розрізняють логічні, організаційні та технічні.

Постановка проблемного питання, яке треба розглядати, встановлення рис подібності та відмінності, висновки, узагальнення – все це приклади *логічних прийомів*. Демонстрування зі столу вчителя чи під час обходу школярів, фронтальна робота чи робота групова належать до *організаційних прийомів*. *Технічні прийоми* — це способи демонстрування натуральних об'єктів, постановка дослідів, різноманітні способи складання схем та таблиць на дошці.

Існує велика різноманітність методичних прийомів. Наприклад, під час розповіді або лекції вчитель демонструє дослід, окремі кадри діафільму або діапозитиви. Ці прийоми можна назвати демонстраційними, вони ілюструють мову вчителя, сприяють образному сприйняттю об'єкта або процесу.

Розповідь, лекція, бесіда супроводжуються малюнком на дошці, кресленням схеми, записом нових термінів, визначень. Це графічні прийоми, що збагачують слово вчителя графічним образом, допомагають виділити потрібне питання, привернути увагу до основного змісту.

Використовуються також логічні прийоми, що вимагають проведення аналізу явищ, узагальнення і систематизації фактів, формулювання висновків. Оволодіння учнів логічними прийомами веде до підвищення якості їхніх знань. В основі логічних прийомів лежать розумові операції, тому оволодіння ними свідчить про сформованість інтелектуальних умінь, про розвиток школярів.

Застосування всієї різноманітності методичних прийомів сприяє збагаченню методів навчання, більш ефективному їхньому використанню з метою міцного засвоєння учнями системи знань, в оволодінні уміннями, а також у вирішенні завдань виховання учнів.

Особливості методів навчання валеології у початкових класах

Методи навчання:

1) *Словесні*: розповідь;

- пояснення;
- бесіда;
- робота з підручником;
- використання додаткової літератури;
- підготовка повідомлень учнями;
- використання засобів масової інформації (газетні та журнальні статті, теле- та радіопередачі);
- застосування матеріалів етнопедагогіки (традиції і звичаї українського народу, прислів'я і приказки тощо).

2) *Наочні*:

- метод ілюстрацій (показ малюнків, таблиць, плакатів, картин, карт, замальовок на дошці та ін.);
- метод демонстрацій (демонстрування приладів, дослідів, діафільмів, відеофільмів, застосування комп'ютера).

3) *Практичні*:

- метод вправ: розумові (репродуктивні, тренувальні, творчі); фізичні (загартовування, системи фізичної культури), дихальні;
- лабораторний (проведення антропометричних вимірювань);
- практичні роботи (гімнастика для очей, фізкультхвилинка).

Окремо варто виділити **активні методи** (ігрові: моделювання ситуацій, розігрування ролей, народні ігри та забави).

3. Засоби навчання валеології

Засоби навчання – допоміжні матеріальні засоби школи з їх специфічними дидактичними функціями.

Засоби навчання у навчальному процесі: слово вчителя – для передачі знань, слово і дія для формування умінь і навичок; викладаючи новий матеріал, учитель спонукає думати учнів над ним, погоджуватись чи не погоджуватись з думками вчителя, звертатися до нього з питаннями і одержати відповідь; підручник служить учню для відновлення у пам'яті, повторення і закріплення

знань, одержаних на уроці, виконання домашнього завдання, повторення пройденого матеріалу; одні засоби навчання заміняють учителя як джерело знань (кінофільми, магнітофон, навчальні пристрої і ін.); другі — конкретизують, уточнюють, поглиблюють відомості, які повідомляє вчитель (картини, карти, таблиці і інший наочний матеріал); треті — виступають у ролі прямих об'єктів вивчення, дослідження (машини, прилади, хімічні речовини, предмети живої природи); четверті – в ролі "посередників" між школярем і природою або виробництвом у тих випадках, коли безпосереднє вивчення останніх неможливе або утруднене (препарати, моделі, колекції, гербарії і ін.); п'яті — використовують переважно для озброєння учнів уміннями та навичками — навчальними і виробничими (прилади, інструменти, ін.); шості — символічні (знакові) засоби (історичні і географічні карти, графіки, діаграми і т.п.).

Технічні засоби навчання (ТЗН) включають: дидактичну техніку (кінопроектори, діапроектори, телевізори, відеомагнітофони, електрофони), аудіовізуальні засоби: екранні посібники статичної проекції (діафільми, діапозитиви, транспаранти, дидактичні матеріали для епіпроекції), окремі посібники динамічної проекції (кінофільми, кінофрагменти), фонопосібники (грамзаписи і магнітофонні записи), відеозаписи, радіо- і телевізійні передачі.

Комплексне використання аудіовізуальних засобів навчання на уроках повинно відповідати таким вимогам: а) врахування пізнавальних закономірностей навчальної діяльності учнів, їх підготовленість до сприймання і засвоєння навчального змісту аудіовізуальними засобами; б) забезпечення органічного поєднання їх зі словами вчителя, а також з іншими засобами навчання; в) відповідність змісту і навчально-виховним завданням уроку;

г) врахування можливості застосування різних методичних прийомів, спрямованих на розвиток пізнавальних інтересів учнів і забезпечення міцності засвоєння знань.

Важливо продумати поєднання слова вчителя з ТЗН, можливості використання методичних прийомів, наприклад: а) пояснення, установка на сприймання перед демонструванням (простеження) окремих елементів комплексу чи комплексу в цілому, бесіда за їх змістом; б) пояснення (бесіда) за

змістом аудіовізуальних засобів; в) демонстрування (прослуховування) окремих частин, фрагментів або кадрів, що чергується з розповіддю (поясненням); г) демонстрування (прослуховування), що супроводжується поясненням (синхронним коментуванням).

При підготовці і проведенні уроку з використанням ТЗН необхідно:

а) детально проаналізувати зміст і мету уроку, зміст і логіку вивчення навчального матеріалу; визначити обсяг і особливості знань, які повинні засвоїти учні (уявлення, факти, закони, гіпотези), необхідність демонстрування предмета, явища або їх зображення; в) відібрати і проаналізувати аудіовізуальні та інші дидактичні засоби, встановити їх відповідність змісту і цілі уроку, можливе дидактичне призначення як окремих посібників, так комплексу в цілому; г) встановити, на якому попередньому пізнавальному досвіді буде проходити вивчення кожного питання теми; г) визначити методи і прийоми для забезпечення активної пізнавальної діяльності учнів, досягнення ними міцного засвоєння знань, умінь і навичок.

Практикують такі поєднання аудіовізуальних засобів: а) статичні екранні і звукові посібники; б) динамічні і статичні екранні; в) динамічні екранні і звукові; г) динамічні і статичні, екранні, звукові.

Ефективному використанню засобів навчання сприяє кабінетна система.

Комп'ютер як засіб навчання. За допомогою комп'ютера можна реалізувати програмоване і проблемне навчання. Його можна використати як засіб навчального моделювання науково-технічних об'єктів і процесів. В обов'язки вчителя при використанні комп'ютера входить проведення вступної і підсумкової бесід за матеріалами уроку, теми, розділу.

Тема 4. Урок – основна форма організації навчання валеології.

1. Загальна характеристика форм організації навчання
2. Урок як основна форма організації навчання
3. Функції уроку
4. Типологія і структура уроку

ЛІТЕРАТУРА

1. Алатон А. Валеологія на допомогу вчителю: Додаткові матеріали для учителів початкової школи / Антон Алатон. – К. : Алатон, 1997. – 112 с.
2. Бей П. І. Основи здоров'я у запитаннях і відповідях. 1–4 класи : посібник-довідник / П. І. Бей. – вид. друге, доповнене і перероблене. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – 112 с.
3. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І.В.Муравов. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Валецька Р. О. Методика навчання основ здоров'я : підручник / Р. О. Валецька. – Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2010. – 236 с.
5. Гриньова М. В. Методика викладання валеології / М. В. Гриньова. – Полтава : АСМІ, 2001. – 155 с.
6. Плахтій П.Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести : навч. посіб. / Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. ; за ред. П.Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський, 2009. – 332 с.
7. Тучапська Г. В. Абетка здоров'я : навчальний посібник / Г. В. Тучапська. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – 208 с.
8. Шаповалова Т. Г. Методика навчання валеології, основ здоров'я та безпеки життєдіяльності в початковій школі : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова ; Бердян. держ. пед. ун-т. – Бердянськ : БДПУ, 2012. – 176 с.

1. Загальна характеристика форм організації навчання

Процес засвоєння учнями визначеної системи знань, умінь і навичок, виховання і розвитку здійснюється в різних організаційних формах навчального процесу.

Розглянемо питання про номенклатуру організаційних форм. До них ми відносимо: 1) урок; 2) екскурсії; 3) позаурочні заняття; 4) позакласні заняття

Основна форма навчання – урок. У шкільній практиці і методичній літературі, крім того, виділяють такі обов'язкові позаурочні заняття, як домашнє заняття. Самостійну групу складають екскурсії, позакласні заняття. Ці форми навчання, як правило, проводяться поза сіткою уроків, не включаються в розклад (крім екскурсій, передбачених шкільною програмою).

Форма позакласних занять учнів у дидактичній і методичній літературі трактується однозначно як необов'язкова для учнів.

Використання всієї сукупності форм, правильний добір їх дозволяють домогтися найбільших успіхів у навчанні. Вибір тієї або іншої форми навчання визначається навчально-виховними завданнями, змістом досліджуваної

проблеми.

На вибір форм навчання істотний вплив має виробниче і природне оточення, оснащеність кабінету навчальним обладнанням і технічними засобами.

Для всіх організаційних форм навчально-виховного процесу характерні три види пізнавальної і практичної діяльності учнів: фронтальна, групова та індивідуальна. Для підвищення педагогічної ефективності кожної організаційної форми важливо відзначити їхнє оптимальне поєднання.

2. Урок як основна форма організації навчання

Уся навчально-виховна система, весь комплекс складних компонентів змісту, методів, виховання реалізується в уроці. **Урок** – основна форма організації навчально-виховної роботи з класом – постійним, однорідним за віком і підготовкою колективом дітей — за державною програмою, чітким розкладом й у шкільному приміщенні.

На уроках під керівництвом вчителя учні переходять від пізнання одиничних фактів до їх узагальнення, до сутності явищ, іншими словами, учаться логічно мислити.

Таким чином, на уроці здійснюються всі найважливіші положення методики викладання, але, звичайно, тільки при чіткій його організації, дисципліні й інтересі учнів. Уся система роботи учителя видна в уроці.

Окремий урок є відносно закінченою ланкою в ланцюзі уроків з даного предмета, і вчитель повинен домагатися хорошого розуміння і засвоєння учнями навчального матеріалу на кожному уроці.

3. Функції уроку

Урок як основна одиниця навчального процесу виконує всі його функції: освітню, розвиваючу і виховну.

Освітня функція уроку полягає у формуванні понять, засвоєння учнями законів, теорій, наукових ідей, фактів, розвиток умінь і навичок.

Розвивавальна функція сучасного уроку полягає в розвитку у всіх учнів класу пізнавальних процесів (спостережливості, пам'яті, мислення, мовлення,

уяви) і розумових здібностей. Експериментально доведено, що, опановуючи основними теоретичними поняттями, законами науки, методами їхнього логічного аналізу, учні просуваються вперед у своєму розумовому розвитку значно швидше, ніж при засвоєнні переважно емпіричних, фактичних знань.

Виховна функція уроку полягає в сприянні здійсненню основної мети виховання – всебічному розвитку особистості всіх учнів класу: формування в них наукового світогляду, моральне, естетичне, трудове і фізичне виховання, формуванню вольових, емоційних та інших рис характеру.

4. Типологія і структура уроку

Деякі дидакти в цілісній системі уроку виділяють дев'ять рухливих етапів, місце яких змінюється зі зміною змісту і мети навчання. За основу структури уроку беруться етапи навчання, що ставляться в залежність від змісту і цілей уроку. Однак занадто детальне членування уроку на елементи ускладнює його структурування. До того ж не завжди є необхідність зберігати всі етапи уроку. Так, при проблемній побудові заняття іноді не називається тема, мета уроку, не проводиться опитування, а всі питання вирішуються в ході пошуку відповіді на проблему.

У методиці найчастіше виділяють такі етапи уроку: *вивчення нового матеріалу, закріплення знань, завдання додому, облік і перевірка.*

Особливе значення надається першому етапові, і в той же час вказується на органічний зв'язок усіх ланок і підпорядкування їх основній меті уроку, у залежності від якої змінюється структура уроку. Складний і великий за обсягом матеріал, демонстрація ряду дослідів обумовлюють необхідність починати урок з викладу нового матеріалу, а знання учнів перевіряти наприкінці заняття. При вивченні нескладних питань можна обійтися без закріплення. Структура уроку дуже змінюється, якщо він проводиться з метою систематизації знань. Іноді етапи уроку виділяють за його змістом. Співвідношення етапів уроку закономірно змінюється в залежності від змісту і дидактичної мети, методів і використання технічних засобів навчання. Пояснювальний урок звичайно містить всі етапи, у той час як на лабораторному уроці, як правило, немає перевірки знань, а проводиться вступна бесіда для розкриття мети,

ознайомлення з інструктивним планом роботи, самостійна робота учнів, робляться висновки.

Питанням типології і структури уроків в методичній літературі присвячений ряд робіт. Пропонуються різні класифікації уроків у залежності від обраної основи. Однак класифікація уроків на основі одного принципу є досить умовною, тому що на тому самому уроці вивчаються різні поняття у взаємозв'язку. Виділення типів уроків на основі специфіки діяльності вчителя й учнів також є неповним. При цьому в одному ряді виявляються уроки, виділені за дидактичною метою, джерелом знань, характером пізнавальної діяльності учнів, що може змінюватися протягом одного уроку. У практиці викладання використовуються уроки, різні за своєю структурою, дидактичними і пізнавальними завданнями. У дидактиці визначені різні види і типи уроків за подібністю структури і виконуваними функціями. За основу класифікації беруться різні принципи. Так, С. В. Іванов використовував для цього вчення І. П. Павлова про різні рівні мислення і характер пізнавальної діяльності учнів. На основі цих положень він виділяє *вступний урок, урок первинного ознайомлення з матеріалом, застосування отриманих знань, закріплення*. Однак автор надто прямолінійно використовує вчення І. П. Павлова для обґрунтування рівнів мислення і характеру пізнавальної діяльності учнів. У цій класифікації не враховуються новітні досягнення в розробці проблем вищої нервової діяльності і пам'яті.

Класифікація уроків на основі дидактичної мети не повною мірою відбиває специфіку предмета.

Типи уроків за дидактичною метою (згідно з В.О. Онищуком):

- урок засвоєння нових знань;
- урок формування умінь і навичок;
- урок застосування знань, умінь і навичок;
- урок узагальнення і систематизації знань;
- урок перевірки і корекції знань, умінь і навичок;
- комбінований урок.

Структура уроків має бути гнучкою, органічно поєднувати навчально-

пізнавальну та оздоровчо-рухову діяльність учнів, включати різні види діалогу, групової співпраці тощо. Особливого значення для формування в учнів здорового способу життя та безпечної поведінки має емоційність і доступність навчального матеріалу, його унаочнення (з цією метою доцільно широко використовувати навчальні екскурсії, відеофільми, кінофільми, слайди тощо). Одним з важливих факторів ефективності реалізації змісту предмета є особистість учителя, його спосіб життя, ставлення до власного здоров'я, особистий приклад.

Однак класифікація уроків на основі однієї ознаки виявляється неповною. Цілком очевидно, що структура і функції уроку, а отже, і їхня типізація багато в чому залежать від змісту. У той же час великий вплив на функції уроку мають принципи, методи, технічні засоби навчання. Від змісту залежить, чи буде спочатку вивчатися новий матеріал або перевірятися знання. Від організації пізнавальної діяльності учнів (творча або репродуктивна) залежать структура і функції, класифікація уроків. Дидактичні завдання навчання також впливають на побудову і функції уроку, добір змісту, вибір методів, технічних засобів навчання. Усі зазначені фактори істотно впливають на характер діяльності вчителя й учнів, усього навчального процесу. Зміст – важливий, але не єдиний фактор, що визначає тип уроку. Крім того, класифікація уроків за поняттями досить умовна, тому що на тому самому уроці вивчаються різні поняття.

При класифікації уроків доцільно враховувати ряд ознак, на основі яких можна виділити різні типи і види уроків і встановити їх взаємозв'язок. При визначенні типів уроків важливо виходити з дидактичної мети, а при виділенні видів — із джерела знань і специфіки діяльності вчителя і пізнавальної діяльності учнів. Для кожного типу уроку характерні визначені види, структура і функції яких залежать від джерела знань і характеру організації пізнавальної діяльності учнів (пошуковий або репродуктивний).

Для сучасного уроку характерна інтеграція дидактичних завдань, без яких не можна забезпечити єдність навчання і виховання. У цьому розумінні кожен урок є комплексним (комбінованим), тому що вирішує не тільки завдання навчання, але і виховання і використовує для цього комплекс різних засобів.

Засвоєння нового на уроці поєднується з застосуванням і закріпленням раніше вивченого матеріалу, з формуванням умінь і навичок, що включають елементи новизни і контролю і т.д. Тому тип уроку відповідає провідній дидактичній меті й особливостям змісту:

1) урок засвоєння нового матеріалу, орієнтований на формування і розвиток понять;

2) урок формування умінь і навичок, що забезпечується застосуванням знань, понять;

3) повторювально-узагальнюючий, спрямований на світоглядні висновки з урахуванням внутрішньопредметних і міжпредметних зв'язків, а також на контроль знань учнів;

4) обліково-перевірочний (контрольно-обліковий).

У залежності від місця уроку в навчальній темі можна виділити уроки: *вступний, поточний, заключний*.

З огляду на джерело знань, характер діяльності вчителя й організацію пізнавальної діяльності учнів, можна виділити такі види уроків: *пояснювальний, проблемний, відеоурок, урок-гра, урок-подорож* та ін.

Кожен тип і вид уроку може мати свою структуру. Учитель практично керується саме знанням структури, що визначає види його діяльності і їхню послідовність, вибір методів і методичних прийомів навчання.

Структура уроку практично виражається в його етапах. Для сучасного уроку повинна бути характерна варіативність структури, її підпорядкованість провідним функціям і дидактичним завданням з відображенням у структурі внутрішніх етапів пізнавальної діяльності учнів, логіки вирішення навчально-пізнавальних завдань.

Тема 5. Позакласна робота з основ здоров'я

1. Позакласна робота як форма організації навчання
2. Значення позакласної роботи
3. Форми, види і методи позакласної роботи
4. Взаємозв'язок класної і позакласної роботи

ЛІТЕРАТУРА

1. Алатон А. Валеологія на допомогу вчителю: Додаткові матеріали для учителів початкової школи / Антон Алатон. – К. : Алатон, 1997. – 112 с.
2. Бей П. І. Основи здоров'я у запитаннях і відповідях. 1–4 класи : посібник-довідник / П. І. Бей. – вид. друге, доповнене і перероблене. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – 112 с.
3. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І.В.Муравов. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Валецька Р. О. Методика навчання основ здоров'я : підручник / Р. О. Валецька. – Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2010. – 236 с.
5. Гриньова М. В. Методика викладання валеології / М. В. Гриньова. – Полтава : АСМІ, 2001. – 155 с.
6. Калуська Л. В. Бережемо здоров'я змалку / Л. В. Калуська. – Х. : Ранок-НТ, 2007. – 96 с.
7. Плахтій П.Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести : навч. посіб. / Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. ; за ред. П.Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський, 2009. – 332 с.
8. Тучапська Г. В. Абетка здоров'я : навчальний посібник / Г. В. Тучапська. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – 208 с.
9. Шаповалова Т. Г. Методика навчання валеології, основ здоров'я та безпеки життєдіяльності в початковій школі : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова ; Бердян. держ. пед. ун-т. – Бердянськ : БДПУ, 2012. – 176 с.

1. Позакласна робота як форма організації навчання

Позакласні заняття є формою різноманітної організації добровільної роботи учнів поза уроком під керівництвом учителя для заохочення і виявлення їхніх пізнавальних інтересів і творчих здібностей, розширення і доповнення шкільної програми з валеології.

Добре поставлена позакласна робота має велике навчально-виховне значення. Вона дозволяє учням значно розширити, усвідомити і поглибити здобуті на уроках знання, перетворити їх у стійкі переконання.

Позакласна робота — це організована і цілеспрямована позаурочна діяльність учнів, мета якої розширити й поглибити знання, вміння і навички, розвинути в них самодіяльність і творчі здібності, задовольнити їх пізнавальний інтерес і забезпечити розумний відпочинок.

На позакласних заняттях учні можуть проводити тривалі досліди і спостереження, необхідні для розуміння сутності досліджуваної проблеми, виконувати роботу індивідуально або в невеликому колективі, в останньому

випадку розвиваються їхні організаторські здібності, наполегливість у досягненні мети, завзятість у подоланні труднощів. Позакласна робота особливо ефективна, якщо вона тісно зв'язана з уроками, де вчитель розкриває ті або інші види позакласної діяльності учнів, використовує її підсумки на уроках.

Позакласна робота організується в позаурочний час. Вона не обов'язкова для всіх школярів і охоплює головним чином тих, котрі виявляють цікавість до валеології. Зміст позакласної роботи не обмежується рамками навчальної програми, а значно виходить за її межі і визначається в основному інтересами учнів, що часто виникають під впливом учителя.

У практиці роботи школи й у методичній літературі поняття «позакласна робота» часто неправильно ототожнюється з поняттям «позаурочна робота».

2. Значення позакласної роботи

Було б неправильним вважати, що в дітей може існувати якийсь природжений інтерес чи любов до певного предмета. У дітей немає стійких інтересів. Лише знайомство з предметом викликає інтерес, і справа вчителя – спрямувати його в потрібний бік.

Форми проведення позакласних занять різноманітні, але всі вони передбачають єдину мету – поглибити і розширити знання та вміння учнів з валеології, залучити їх до самостійного проведення спостережень і дослідів, підвищити інтерес до предмету.

Позакласні заняття поглиблюють і розширюють знання учнів, здобуті на уроці. Наприклад, ознайомившись на заняттях гуртка, конференції або вечорі з тим чи іншим явищем, учень захоче глибше зрозуміти його суть, почитати додаткову літературу.

Позакласні заняття забезпечують застосування знань на практиці, сприяють свідомому засвоєнню предметів.

Позакласні заняття привчають до самостійної творчої праці, розвивають ініціативу учнів, вносять елементи дослідництва в їхню роботу, допомагають обрати майбутню професію.

Позакласні заняття допомагають учителеві краще пізнати індивідуальні

здібності своїх учнів, виявити серед них обдарованих, які мають підвищений інтерес до валеології, і всіляко спрямовувати розвиток цього інтересу.

Таким чином, позакласні заняття допомагають поєднувати завдання загального і політехнічного навчання, розумового і фізичного розвитку учнів.

3. Форми, види і методи позакласної роботи

Позакласна робота

- масова (свята, ранки, вечори, конкурси, вікторини, зустрічі, змагання, читацькі конференції, виставки та ін.);
- групова (гуртки, клуби);
- індивідуальна (позакласне читання, проведення самоспостережень, підготовка повідомлень).

Форми проведення позакласної роботи мають свої особливості. Для позакласних занять не підходить урочна форма із сталим складом учнів і твердо встановленим розкладом. Форми позакласної роботи повинні бути гнучкими й різноманітними. Залежно від тематики й характеру їх можна проводити у вигляді гурткової роботи (бесіди, лекції, доповіді, практичної роботи), екскурсії, культпоходу до музею, масового вечора тощо. Учасники позакласних занять групуються не тільки за віком чи рівнем підготовки, а й за зацікавленістю тими чи іншими питаннями.

Так само своєрідною є методика проведення позакласних занять. Тут повинні переважати *самостійні форми роботи*, розраховані переважно на виявлення творчості й самодіяльності учасників.

На чолі різноманітних осередків позакласної роботи стоїть керівник, старший досвідчений товариш, який встановлює певний контакт з учасниками позакласних занять, радиться з ними і організовує успішне проведення різних видів роботи.

Найпоширенішою формою позакласної роботи з валеології є гурток. Форми роботи гуртка можуть бути такими: читання доповідей і рефератів, конструювання і виготовлення наочності з валеології, організація вечорів науки й техніки, випуск стінгазет та науково-технічних бюлетенів, наукова пропаганда серед населення. В цьому разі гурток стає організатором всієї

позакласної роботи з валеології в школі. Якщо цю форму організації позакласної роботи можна застосовувати в школах з невеликою кількістю учнів, то в більших школах при цій формі на членів гуртка покладається великий тягар в організації всіх позакласних заходів. Тим часом зміст позакласної роботи з валеології досить великий, коло інтересів окремих учнів школи досить різноманітне, і тому практика роботи окремих шкіл показує, що форми проведення позакласної роботи здебільшого ускладнюються.

На основі теоретичного аналізу й узагальнення досвіду позакласної роботи з валеології та інших шкільних предметів, нагромадженого учителями, ми спробували класифікувати і розкрити суть основних організаційних форм позакласної роботи в школі, визначити зв'язки, що існують між ними, перспективність та шляхи подальшого розвитку окремих форм.

Найчастіше у педагогічній теорії і у практиці роботи шкіл виділяють три форми організації позакласної роботи з валеології. Цієї класифікації будемо дотримуватися і ми у своєму дослідженні.

1. **Індивідуальні заняття** або завдання учням, що виявляють нахил до окремих питань: рекомендація науково-популярної літератури, вказівки та інструктаж учням, що займаються спостереженнями та дослідями, залучення окремих учнів до дослідження окремих питань.

Індивідуальна форма позакласної роботи з валеології проводиться майже в кожній школі. Намагаючись задовольнити запити окремих учнів, що цікавляться валеологією, учитель пропонує їм провести які-небудь спостереження, прочитати ту або іншу науково-популярну книгу, виготовити наочний посібник, підібрати матеріал для стенду і т.п. Іноді, задовольняючи допитливість школярів, учитель не ставить перед собою точної мети, не спрямовує цю позакласну роботу у визначеному руслі і часом навіть не вважає, що він неї проводить. Така картина звичайно спостерігається у вчителів, що не мають достатнього досвіду роботи.

Досвідчені вчителі валеології, як правило, з'ясовують інтереси школярів, постійно тримають їх у полі зору, ставлять завдання – розвинути їхні інтереси в тому або іншому напрямі, підбирають для здійснення цієї мети відповідні

індивідуальні завдання, ускладнюють і розширюють їх зміст.

Розрізняють такі види індивідуальної позакласної роботи: досліди і спостереження, самоспостереження, випуск стінгазет, виготовлення засобів наочності, позакласне читання, підготовка доповідей та рефератів.

Учитель з'ясовує інтерес школярів до валеології, створює умови для його подальшого розвитку, залучає учнів до проведення спостережень, проведення дослідів, позакласного читання. Результати індивідуальної роботи використовуються на уроці, у роботі гуртка.

2. Групова робота може проводитись постійно та епізодично.

Епізодична групова робота (за Нікішовим) звичайно організується в зв'язку з підготовкою і проведенням шкільних масових заходів, наприклад свята, присвяченого до Тижня здоров'я. Для здійснення такої роботи вчитель підбирає групу учнів, що цікавляться валеологією, доручає їм підшукати необхідний матеріал, випустити стінгазету, підготувати доповіді, художню самодіяльність і т.п. Після завершення того або іншого масового заходу епізодична група розпадається, а потім після закінчення якогось терміну в зв'язку з підготовкою і проведенням іншого масового заходу створюється знову. Причому склад її значно змінюється: одні учні не отримали належного задоволення в роботі і вибули, інші, що раніше не брали активної участі, вирішили включитися в неї та ін.

Гурток – основна форма позакласної роботи. На відміну від епізодичної групової роботи гурток включає школярів, що систематично працюють у ньому протягом року або ряду років. Він є найбільш розповсюдженою формою позакласної роботи. Це добровільний, досить стабільний тип організації роботи протягом усього навчального року або навіть ряду років з постійним складом учнів. Тому учнів, що виявляють інтерес до вивчення певного кола питань з валеології чи до поглиблення окремих питань з програми, об'єднують у гуртки. Робота в цих гуртках проводиться у певні дні і за певною тематикою, яка намічається керівником гуртка і обговорюється його членами.

3. Масові заходи. Ці види роботи розраховані на обслуговування великої кількості учнів. До них належать: організація вечорів, проведення олімпіад

юних валеологів, виконання практичних робіт, випуск стінгазет і вікторин та ін.

До масових позакласних занять відносять демонстрації кінофільмів, екскурсії, вечори, олімпіади, конкурси, виставки робіт учнів, проведення кампаній, видання журналів, стінгазет, альбомів.

Масова позакласна робота охоплює школярів декількох класів або всієї школи. Для них характерна суспільно корисна спрямованість.

Взаємозв'язок класної і позакласної роботи

Зміст і форми позакласної роботи з валеології підпорядковані основним навчально-виховним завданням школи. Тому між позакласною і класною роботою з валеології існує тісний зв'язок і послідовність. Позакласна робота впливає з класної роботи з учнями. У процесі класних занять виявляються інтереси учнів та їх вимоги і відповідно до цього вживаються заходи до організації певних форм позакласної роботи та рекомендується належна література. З другого боку, позакласна робота сприяє підвищенню інтересу до вивчення валеології, а також підвищенню успішності з цієї дисципліни.

Форми позакласної роботи переносяться і на урок. Поєднання класної та позакласної форм роботи збагачує урок, наповнює його новим змістом, підвищує до нього інтерес учнів.

Результати індивідуальної, групової епізодичної і гурткової роботи використовуються на уроках як їхня необхідна складова частина і, таким чином, стають надбанням всіх учнів. На уроках учитель демонструє посібники, виготовлені школярами, що проводили спостереження і досліди, зачитує витримки з щоденників самоспостережень і т.п.

Підвищуючи інтерес учнів до валеології на уроках, учитель, що використовує такі прийоми, залучає до позакласної роботи нових учнів. Окремі зацікавлені учні, учасники тимчасових натуралістичних груп і юннати організують під керівництвом учителя різні масові заходи. Деякі школярі, що брали спочатку пасивну участь у масовій роботі як слухачі, згодом або стають юннатами, або включаються в індивідуальну або групову епізодичну роботу, проведenu за завданнями вчителя.

У школах, де добре поставлена позакласна робота з валеології, не може

існувати яка-небудь тільки одна її форма. Проведення масових заходів обов'язково пов'язано або з індивідуальною чи груповою роботою з їх підготовки, або з роботою гуртка юних валеологів.

Як бачимо, усі перелічені види і форми позакласної роботи пов'язані між собою і доповнюють один одного. Індивідуальна позакласна робота може стати груповою. Інтерес до роботи з живими організмами в школярів звичайно виникає при виконанні індивідуальної роботи за завданням учителя. Виконавши вдало 1-2 завдання, учні звичайно просять дати їм додаткову роботу. Якщо в класі виявиться кілька таких учнів, то вони поєднуються в тимчасові групи, а потім у гуртки. Працюючи в гуртках, школярі беруть активну участь у підготовці і проведенні масових заходів. Результати роботи гуртка чи групи учнів, які створили нові наочні посібники (обладнання, таблиці та ін.), потрібно довести до всіх учнів – на уроках, вечорах, конференціях тощо. Робота гуртків може також перерости у проведення масових кампаній. Масова робота може залучити дітей до роботи в гуртках і т.д.

Пов'язані між собою і доповнюють один одного і види позакласної роботи. Так, у процесі проведення спостережень або дослідів над тваринами і рослинами, самоспостережень у школярів виникають питання, відповідь на які вони знаходять у літературі, а потім після роботи з нею (позакласне читання) знову звертаються до дослідів і спостережень для уточнення, зорового підкріплення отриманих із книг знань.

Таким чином, теорія і практика позакласних занять показують їх величезну педагогічну цінність, можливість охопити велике число учнів з урахуванням їх інтересів і схильностей. Важливо забезпечити взаємодію всіх форм позакласної роботи, направити їх на успішне розв'язання завдань освіти, виховання і розвитку учнів.

Детальніше див. на сторінці Наталії Грицай: <http://grytsai.rv.ua/?cat=120>

ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Алатон А. Валеологія на допомогу вчителю: Додаткові матеріали для учителів початкової школи / Антон Алатон. – К. : Алатон, 1997. – 112 с.
2. Бей П. І. Основи здоров'я у запитаннях і відповідях. 1–4 класи : посібник-довідник / П. І. Бей. – Видання друге, доповнене і перероблене. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2006. – 112 с.
3. Валецька Р. О. Методика навчання основ здоров'я : підручник / Р. О. Валецька. – Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2010. – 236 с.
4. Гриньова М. В. Методика викладання валеології / М. В. Гриньова. – Полтава : АСМІ, 2001. – 155 с.
5. Шаповалова Т. Г. Методика навчання валеології, основ здоров'я та безпеки життєдіяльності в початковій школі : навч.-метод. посіб. / Т. Г. Шаповалова ; Бердян. держ. пед. ун-т. – Бердянськ : БДПУ, 2012. – 176 с.

Допоміжна

6. Білик Е. В. Валеологія : Довідник школяра / Е. В. Білик. – Донецьк, ТОВ ВКФ „БАО”, 2005. – 512 с.
7. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І. В. Муравов. – К. : ІЗМН, 1997. – 224 с.
8. Валецька Р.О. Основи валеології : підручник / Р. О. Валецька. – Луцьк: Волинська книга, 2007. – 348 с.
9. Грибан В. Г. Валеологія : навчальний посібник / В. Г. Грибан. – К. : Центр навчальної літератури, 2005. – 256 с.
10. Калуська Л. В. Бережемо здоров'я змалку / Л. В. Калуська. – Х. : Ранок-НТ, 2007. – 96 с.
11. Основи здоров'я. 1 клас : робочий зошит / Бенціал Н.М., Будна Н.О., М.Л.Стасюк, Г.В.Тучапська. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – 64 с.
12. Петрик О.І. Зміст освіти з основ здоров'я в початковій та загальноосвітній школі / О. І. Петрик, Р.О. Валецька // Пед. пошук. – 2010. – № 1. – С. 73–75.
13. Плахтій П. Д. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести: навч. посіб. / Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С.; за ред. П.Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський, 2009. – 332 с.
14. Практикум з валеології. Основи долікарської допомоги : навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів, вчителів та учнів загальноосвітніх шкіл / укладачі Н. М. Цимбал, О. Д. Берегова. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2007. – 112 с.
15. Тучапська Г. В. Абетка здоров'я : навчальний посібник / Г. В. Тучапська. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – 208 с.

Публікації

16. Грицай Н. Б. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язбережувальної компетентності школярів / Н. Б. Грицай // Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології: реалії і перспективи : матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-

конференції, 24 листопада 2016 р. [гол. ред. Л. М. Рибалко]. – Полтава : ПолтНТУ імені Юрія Кондратюка, 2016. – С. 17–19.

17. Грицай Н. Б. Інноваційні технології методичної підготовки майбутніх учителів початкових класів до викладання предмета «Основи здоров'я» / Н. Б. Грицай // Професійний розвиток педагога : матеріали III науково-практичної Інтернет-конференції “Сучасний вчитель початкової школи: актуальні тенденції та пріоритети”. – Рівне, 2015. – С. 8–11.
18. Грицай Н. Б. Удосконалення методичної підготовки майбутніх учителів початкових класів до викладання предмета «Основи здоров'я» / Н. Б. Грицай // Дискурс здоров'я в освіті: філософія, педагогіка, антропологія, психологія: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю, присвяченої 120 річниці з дня народження Миколи Олександровича Бернштейна (16–17 вересня 2016 р.) : в 3 т. / за заг. ред. М. Б. Євтуха та В. М. Федорця. – Вінниця – К. : ООО «Альфа Реклама», 2016. – С. 134–136.

ПЕРЕЛІК НАОЧНИХ ПОСІБНИКІВ ТА ІНШИХ МАТЕРІАЛІВ

1. Таблиці систем органів людини.
2. Демонстраційні художні ілюстрації до тем курсу "Основи здоров'я".
3. Кросворди, ребуси, загадки, прислів'я.
4. Навчальна програма з елементами гри „Валеологія”.