

Тема 5. Державні нормативні документи, які відображають зміст з формування мотивації до здорового способу життя

Здоров'я дітей – соціальна цінність, невід'ємна частина суспільного багатства, а тому формування здорового способу життя розглядається як справа державної ваги, як глобальне завдання суспільства, закладів системи освіти, сім'ї, самої дитини.

Пріоритетними напрямками Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України на виконання Загальнодержавної програми «Національний план дій щодо реалізації Конвенції ООН про права дитини» на період до 2016 року є популяризація здорового способу життя, забезпечення можливості здобувати високоякісну освіту; боротьба з ВІЛ/СНІДом, туберкульозом, наркоманією.

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

Саме це завдання вирішує інтегрований навчальний курс «Основи здоров'я», який має за мету формування здорового способу життя всіх учасників освітнього процесу, виховання нового покоління громадян України, для якого потреба вести здоровий і безпечний спосіб життя була б невід'ємною складовою загальнолюдської культури.

Здоров'я – неоціненний дар, за який люди несуть особисту відповідальність. Поняття «здоров'я» трактується в сучасному світі не тільки як відсутність хвороб, воно також включає способи мислення і поведінки, які підвищують рівень загального благополуччя, забезпечують самореалізацію і життєвий успіх. Тобто здоровий спосіб життя охоплює різноманітні сфери життєдіяльності людини і реалізується через поведінку, конкретні дії, вчинки. Безпека кожної людини, перш за все, залежить від неї самої. Зростаючий масштаб втрати сучасною дитиною здоров'я в навчальному закладі є причиною зниження рівня розумової та пізнавальної активності, уяви, зміни в розвитку сучасного школяра (психічні порушення через проблеми соціалізації та інформаційне навантаження).

Законом України «Про загальну середню освіту» визначено завданням школи «виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів (вихованців)», а серед повноважень загальноосвітнього навчального закладу – формування в учнів засад здорового способу життя, гігієнічних навичок. Виконання

означених завдань покладено, зокрема, на предмет людиноцентричного виховного і розвивального спрямування – «Основи здоров'я».

Висококомпетентний вчитель основ здоров'я, як найперший фахівець освітніх питань здоров'я у навчальному закладі, сьогодні може забезпечити не лише якісне викладання предмета, а й стати супервізором освітньої здоров'яспрямованої діяльності навчального закладу.

Основи здоров'я – інтегрований предмет, що за змістом об'єднує питання здоров'я та безпеки життєдіяльності. Його завданнями є формування в учнів свідомого ставлення до свого життя і здоров'я, опанування основ здорового способу життя, життєвих навичок безпечної та здорової поведінки, формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності.

З прийняттям в освіту Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти 2011 року впроваджується компетентнісний підхід, який спрямовується на формування предметних (галузевих) компетентностей. Нові освітні стандарти, на яких ґрунтуватиметься Нова українська школа, враховують «Рекомендації Європейського Парламенту та Ради Європи щодо формування ключових компетентностей освіти впродовж життя» (18.12.2006), та спрямовуватимуться на розвиток десяти ключових компетентностей. Це:

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 навчатися впродовж життя.
7. Соціальні і громадянські компетентності.
8. Підприємливість.
9. Загальнокультурна грамотність.
10. Екологічна грамотність і здорове життя.

Метою змісту освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» є «розвиток здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття учнями навичок збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, готовності до дій в умовах надзвичайних ситуацій». На розвиток трьох із компетентностей Нової української школи спрямований предмет «Основи здоров'я»: соціальних і громадянських, підприємливості, екологічної грамотності і здорового життя.

Основними особливостями програми з основ здоров'я є те, що вона:

- розкриває питання, що мають реальне значення для учнів;
- ураховує їх потреби і рівень соціально-психологічного розвитку;
- має випереджувальний характер;
- спрямована на формування життєвих навичок, що мають ключове значення для здорової і безпечної поведінки.

У структурі змісту програми дотримані принципи системності та наступності. Початкові знання про здоров'я людини, його складові, позитивний вплив здорового способу життя на загальний стан людини, що їх набули учні у початковій школі, якісно розширюється та поглиблюється у основній школі. Водночас продовжується розвиток стійких переконань щодо безпечної поведінки, формування життєвих навичок збереження та зміцнення здоров'я.

Коротка анотація Пояснювальної записки оновленої програми з основ здоров'я 2017 року. Розкрито:

1. Завдання предмета «Основи здоров'я» з реалізації мети базової загальної середньої освіти.
2. Компоненти очікуваних результатів навчально-пізнавальної діяльності учнів (уміння; ставлення; навчальні ресурси) у формуванні кожної з 10-ти ключових компетентностей, визначених проектом Концепції «Нова українська школа») – табличною формою.
3. Виокремлено 4 змістові лінії: «Екологічна безпека та сталий розвиток» (Т-1); «Громадянська відповідальність» (Т-2); «Здоров'я і безпека» (Т-3); «Підприємливість і фінансова грамотність» (Т-4). Кожну з них обгрунтовано через зміст предмета. Коди змістових ліній (Т-1 тощо) наводяться у змісті самої програми через теми, якими вони реалізуються. Отже, учитель має орієнтуватись на сутність кожної змістової лінії при викладанні певної теми.
4. Мету і завдання предмета «Основи здоров'я».
5. Конкретний результат навчання з основ здоров'я – розвиток в учнів здоров'язбережувальних компетенцій, поглиблення життєвих навичок, усвідомлення необхідності відповідати за життя, здоров'я, безпеку та добробут.
6. Сутність змісту за чотирма розділами: Здоров'я і безпека людини; Фізична складова здоров'я; Психічна й духовна складові здоров'я; Соціальна складова здоров'я. Програма побудована за концентричним принципом, тобто в різні періоди навчання повторюється вивчення окремих тем із розширенням та поглибленням їх змісту.
7. Навчальний матеріал об'єднує в собі понятійний зміст (теоретичний) та діяльнісний (практичні вправи). Виконання вправ є обов'язковим. Знаком * позначено вправи, які виконуються як в класі, так і вдома з допомогою батьків. Знаком ** позначено вправи, які рекомендовано проводити за межами класної кімнати.
8. Учитель може самостійно варіювати зміст навчальних занять за умови дотримання державних вимог до результатів навчання.
9. Особливість методики уроків предмета «Основи здоров'я»: групова взаємодія; позитивна мотивація та дія за правилами й вимогами збереження життя й зміцнення здоров'я; партнерство всіх учасників навчально-виховного процесу.
10. Об'єкт оцінювання навчальних досягнень учнів з основ здоров'я – уміння використовувати знання; набуття життєвих навичок; позитивне ставлення до здорового способу життя.

Предмет «Основи здоров'я» відповідає магістральним напрямкам розвитку освіти XXI століття. Серед ключових галузей для набуття компетентностей (за ЮНЕСКО) він спрямовується на фізичне,

психологічне і соціальне благополуччя, розвиток уміння вчитися як методу навчання. Основи здоров'я формують життєві навички, сприятливі для здоров'я, безпеки, успішної соціалізації та самореалізації. Навчання життєвих навичок – необхідний елемент високоякісної освіти. Вони підвищують конкурентоспроможність випускників на ринку праці. Їм необхідно набути психосоціальних умінь: критично і творчо мислити, адекватно сприймати себе і оточення, приймати виважені рішення, будувати конструктивні міжособистісні стосунки, працювати в команді, демонструвати здатність бути лідером, зацікавлювати і створювати мотивації для інших, розв'язувати проблеми і керувати стресами.

Глобальні стратегії ВООЗ, ЮНЕСКО, ЮНІСЕФ щодо зміцнення здоров'я дітей і підлітків базуються на цілісній 8-компонентній моделі дружнього до дитини шкільного середовища: навчання учнів здоровому способу життя; уроки фізкультури, позакласна та позашкільна фізична активність; шкільна медична служба; шкільне харчування та наявність відповідної інфраструктури; консультування і надання психологічної та соціальної допомоги; безпечні фізичне і соціально-психологічне середовище; підготовка персоналу школи з питань збереження здоров'я та здорового способу життя; залучення батьків та громади. В українських школах таким системоутворюючим чинником у забезпеченні сприятливого для здоров'я учнів середовища є предмет «Основи здоров'я».

Інтегрований предмет «Основи здоров'я» має прикладний характер, тому реалізація його завдань можлива на основі таких компонентів:

- *мотиваційний* (поєднує в собі знання основ збереження життя і здоров'я з ціннісними орієнтаціями на задоволення соціальнозначущих і особистісно орієнтованих потреб);
- *операційний* (поєднує в собі засоби, методи і форми організації діяльності, способи планування і регулювання її перетворювальними процесами);
- *інформаційний* (поєднує в собі знання про фізичну, соціальну, психічну, духовну складові здоров'я, основні умови і способи його збереження і зміцнення, основні засади здорового способу життя та безпеки життєдіяльності).

У процесі викладання вчителю основ здоров'я необхідно керуватися, насамперед, принципами наступності, перспективності, активності та емоційності. Особистісна орієнтованість у ході вивчення предмета здійснюється через зміст навчального матеріалу та особистісну спрямованість навчального процесу. Особливу увагу необхідно приділити позитивній мотивації учнів не лише на вибір здорового способу життя, а й активну, щоденну й поступальну їх дію за правилами й вимогами збереження життя й зміцнення здоров'я.

У старшій школі з метою забезпечення наступності у формуванні здоров'язбережувальної компетентності підлітків за рахунок варіативної складової робочих навчальних планів запроваджується факультативний курс **«Захисти себе від ВІЛ»** (наказ Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 17.08.2011 р. № 982) за навчальною програмою «Формування здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу» (схвалена комісією з основ здоров'я Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України, лист Інституту інноваційних

технологій і змісту освіти від 04.08.2010 р. № 14/18-3169). Навчання учнів здійснюється за підручником «Захисти себе від ВІЛ. Тренінги життєвих навичок» (Воронцова Т.В., Пономаренко В.С., К. : Освіта, 2013).

Звертаємо увагу, що в основу викладання навчального предмета «Основи здоров'я» та факультативного курсу «Захисти себе від ВІЛ» покладено одну з найефективніших сучасних педагогічних методик – освіту на засадах розвитку життєвих і спеціальних навичок (ООЖН), яка спрямована на формування здорової і просоціальної особистості, гармонійно поєднує функції навчання, виховання і розвитку соціально-психологічної компетентності учнівської молоді. Освіта «на засадах розвитку життєвих навичок» запропонована ВООЗ (Всесвітньою організацією охорони здоров'я), ЮНІСЕФ (Дитячим фондом Об'єднаних Націй), ЮНЕСКО (Організацією Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури), Світовим банком на Світовому форумі з освіти (Дакарта, Сенегал, 2000 р.). Життєві навички (за визначенням ВООЗ) – здатність до адаптивної та позитивної поведінки, яка дає можливість ефективно справлятися з вимогами і проблемами щоденного життя. ВООЗ, оцінюючи впровадження освітніх проектів з формування здорового способу життя молоді в Європейському регіоні, переконливо доводить, що організація освіти дітей та молоді здоров'ю має бути особливою, інакшою, аніж навчання будь-яким іншим навчальним дисциплінам. Дослідники зазначають неефективність традиційних підходів до вивчення здоров'яспрямованого предмета «Основи здоров'я». Тому для навчання здоров'ю доцільним є інший підхід, який фокусується на особистості, способах її спілкування, можливості знайти спільну мову з іншими людьми – «підхід емоційного сприйняття і розвитку навичок». Поняття «підхід на основі життєвих навичок» (англ. «life-skills approach») в останні десятиліття у міжнародному науковому обігу визначає сучасну концепцію забезпечення здорового психосоціального розвитку дітей і молоді, профілактики соціально небезпечних хвороб на основі формування та розвитку навичок, потрібних у житті.

Найважливіші компоненти навчання здоровому способу життя, яке здійснюється на засадах життєвих навичок, – **навчатися здобувати знання, навчатися бути собою, навчатися жити разом, навчатися дії** (за Концептуальними засадами розвитку педагогічної освіти України та її інтеграції в Європейський освітній простір (наказ Міністерства освіти і науки України № 998 від 31.12.2004). ООЖН реалізує концепцію особистісно орієнтованого компетентнісного навчання і виховання, урахує вікові та індивідуальні особливості учнів і здійснюється шляхом застосування інтерактивних та активних (тренінгових, ігрових тощо) технологій.