

**Методичні рекомендації  
щодо навчання змісту предмета «Основи здоров'я»  
у 2022-2023 навчальному році**

Здоров'я – найцінніший дар, отриманий людиною з народження, який потрібно намагатися зберегти якомога довше. Тому, головне завдання навчання основам здоров'я в закладі освіти – вплинути педагогічними методами на свідомість і поведінку учнів, шляхом розвитку в них життєвих і спеціальних навиків, сприятливих для здоров'я, безпеки та гармонійного розвитку.

В країні триває війна. Освітній процес, у разі погіршення безпекової ситуації в населеному пункті може здійснюватися в дистанційному режимі або за змішаною формою. Організація освітнього процесу з предмета «Основи здоров'я» в умовах очного та дистанційного навчання не повинна призводити до перевантаження учнів та має відбуватися в безпечних та нешкідливих умовах здобуття освіти.

У 2022-2023 навчальному році навчання предмета «Основи здоров'я» у 6-9 класах здійснюватиметься за навчальною програмою, затвердженою наказом Міністерством освіти і науки України від 03.08.2022 № 698 (<http://surl.li/csgwf>).

Відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 20.04.2018 № 405 «Про затвердження типової освітньої програми закладів загальної середньої освіти II ступеня», на вивчення предмета передбачена 1 година на тиждень.

У навчальній програмі предмета «Основи здоров'я» розширено зміст першого розділу «Безпека і здоров'я людини», який вивчається на початку навчального року в кожному класі. Додано питання, що пов'язані з ризиками воєнного часу, зокрема: сигнали оповіщення населення, дії під час повітряної тривоги, обстрілу тощо, надійне і ненадійне укриття, протимінний захист та поведіння з вибухонебезпечними та незнайомими предметами, надання домедичної допомоги та психологічної самопомоги тощо [5].

Доцільно проводити бесіди, психологічні хвилини, виконувати різні вправи та завдання, руханки, метою яких є зменшення емоційного напруження та стресу в учнів, у зв'язку зі вторгненням Росії на Україну. Пропонуємо добірку матеріалів психологічної підтримки та допомоги за покликанням: <http://surl.li/cnuhc>.

Президент України Володимир Зеленський, з метою вшанування пам'яті, героїчного подвигу воїнів, полеглих під час виконання бойових завдань із захисту державного суверенітету та територіальної цілісності України, мирних громадян, підписав Указ від 16.03.2022 № 143/2022 «Про загальнонаціональну хвилину мовчання за загиблими внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України», згідно з яким встановлено обов'язкове проведення щоденно о 09 годині 00 хвилин загальнонаціональної хвилини мовчання.

Важливо: під час організації освітнього процесу в очному або змішаному режимі необхідно забезпечити безумовне переривання освітнього процесу в разі включення сигналу «Повітряна тривога» або інших сигналів оповіщення та організовано прослідувати до споруд цивільного захисту, де потрібно перебувати до скасування сигналу «Тривога».

У разі погіршення епідеміологічної ситуації щодо коронавірусної хвороби, рекомендуємо всім учасникам освітнього процесу дотримуватися протиепідеміологічних вимог у закладах загальної середньої освіти, з метою запобігання поширенню COVID-19. Акцентуємо увагу, що через необхідність дистанціювання учнів у зв'язку з корона вірусною хворобою, уникати вправ та руханок, використовуваних в освітньому процесі, які передбачають доторкання дітей один до одного.

Звертаємо увагу, що на допомогу вчителям під час організації дистанційного навчання на сайті комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти розміщено методичні рекомендації «Дистанційний формат взаємодії суб'єктів освітньої діяльності» (<http://surl.li/svel>) [2]. У розроблених матеріалах подано інформацію щодо особливостей організації діяльності закладів загальної середньої освіти у форматі дистанційної взаємодії між учасниками освітнього процесу. Розробки містять поради, посилання на Інтернет ресурси, приклади змістового моделювання. Також у рубриці «Сторінка методиста – Учителю основ здоров'я» створена тека «Дистанційне навчання», де розміщено добірки корисних інтернет-ресурсів (<http://surl.li/cnpxq>). Також на сайті інституту створена «Тека вчителя основ здоров'я під час воєнного стану», де розміщено алгоритми дій (домедична допомога) громадянина в разі виявлення потерпілого, який знаходиться без свідомості та потерпілого, який має ознаки кровотечі (<http://surl.li/cnqax>).

Акцентуємо увагу, що на платформі – «Всеукраїнська школа онлайн» розміщені матеріали на допомогу в організації дистанційного та змішаного навчання для учнів 5-11 класів та методичної підтримки вчителів. Платформа містить відео-уроки, тести та матеріали для самостійної роботи з основ здоров'я. Увесь навчальний контент відповідає чинним державним освітнім програмам, а його якість перевірена Українським інститутом розвитку освіти. Перелік та тематику курсів запропоновано Міністерством освіти і науки України (<http://surl.li/bhuhx>).

Зазначаємо, що з метою забезпечення додержання конституційних прав та свобод дитини, гарантій з охорони дитинства, реалізації прав дітей на освіту, безпечне для життя і здоров'я освітнє середовище, збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління, Указом Президента України від 25.05.2020 № 195/2020 схвалено Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у Новій українській школі (<http://surl.li/wgtf>).

Рекомендуємо, під час проведення уроків з основ здоров'я, використовувати інтерактивні методи навчання, що ґрунтуються на активній участі всіх учнів: роботі в групах, обговоренні, мозкових штурмах, розробці

концептуальних карт, рольових іграх, дискусіях, творчих проєктах, інтерв'ю, аналізі життєвих ситуацій, екскурсіях, моделюванні розв'язання проблеми тощо.

Ознайомитися з навчальною та методичною літературою, навчальними програмами курсів за вибором та факультативів з основ здоров'я, які рекомендовані Міністерством освіти і науки України та зазначені в Переліку навчальних програм, підручників та навчально-методичних посібників, рекомендованих Міністерством освіти і науки, можна на офіційному сайті ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» (<http://surl.li/cnovh>).

Виокремлення в навчальній програмі таких інтегрованих змістових ліній, як «Екологічна безпека та сталий розвиток», «Громадянська відповідальність», «Здоров'я і безпека», «Підприємливість і фінансова грамотність» спрямовано на формування в учнів здатності застосовувати знання й уміння з різних предметів у реальних життєвих ситуаціях [4]. На сайті Інституту модернізації змісту освіти розміщено рекомендації щодо реалізації наскрізних змістових ліній (<http://surl.li/cnprt>).

Звертаємо увагу, що невід'ємними складовими 4 наскрізних змістових ліній є життєві навички, що відпрацьовуються на уроках предмета «Основи здоров'я», – навички ефективного спілкування, співчуття, попередження і розв'язання конфліктів; протидії тиску, погрозам, дискримінації; спільної діяльності та співробітництва; самоусвідомлення та самооцінки, самоконтролю; аналізу проблем і прийняття рішень; визначення життєвих цілей та програм, мотивації успіху та тренування волі тощо.

Учителям слід звертати увагу учнів і батьків на сумісну працю під час виконання завдань, які спрямовані на моделювання певних життєвих ситуацій. Навчальною програмою передбачена участь дорослих у виконанні завдань (у навчальній програмі позначені «\*»), зокрема, щодо моделювання способів конструктивного розв'язання конфліктів, складання рейтингу телепередач тощо.

Успішне виконання завдань навчальної програми з предмета «Основи здоров'я» можливе лише на засадах активної співпраці, партнерства всіх учасників освітнього процесу (учнів, педагогів, сім'ї та громади), що передбачає й уможливорює [4]:

- особистісно орієнтоване навчання;
- збагачення змісту інтегрованого предмета емоційним, особистісно значущим матеріалом;
- використання інтерактивних методів навчання;
- стимулювання позитивних інтелектуальних почуттів учнів, послідовну диференціацію та індивідуалізацію вивчення цього предмета;
- роботу учнів з різними джерелами інформації, різними видами і типами ресурсних матеріалів;
- відпрацювання практичних дій при вивченні кожної теми;
- створення умов для активного діалогу між учасниками-партнерами освітнього процесу (учнів, учителів, членів сім'ї, громади) та вільного вибору учнями навчальних завдань і способів поведінки;

- залучення учнів до самооцінювання різних видів своєї діяльності, у тому числі й розвитку життєвих навичок;
- багатоваріантність форм різних видів діяльності учнів;
- залучення до активної співпраці сім'ї та громади.

Оцінювання навчальних досягнень учнів з основ здоров'я здійснюється відповідно орієнтовних вимог до оцінювання, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 21.08.2013 № 1222 «Про затвердження орієнтовних вимог оцінювання навчальних досягнень учнів із базових дисциплін у системі загальної середньої освіти». Об'єктом оцінювання є знання, уміння, емоційно-ціннісне ставлення до навколишньої дійсності, правила поведінки учнів у життєвих ситуаціях [3].

Оцінювання рівня навчальних досягнень учнів має відбуватися постійно, на всіх етапах формування здоров'язбережувальних компетентностей. Особливістю оцінювання здоров'язбережувальної діяльності дітей є відзначення позитивного, навіть мінімального їхнього досягнення у школі, вдома, громаді, для чого необхідна тісна співпраця вчителя з батьківською громадою.

Основними видами оцінювання навчальних досягнень учнів з основ здоров'я є поточне та підсумкове (тематичне, семестрове, річне).

Контрольні роботи у процесі вивчення предмету не передбачені. Практичні завдання проводяться у межах певного уроку і є його невід'ємною частиною, тому окремо практичні завдання не оцінюються, чи оцінюються як будь-який вид діяльності учнів, який можна об'єктивно оцінити.

Оцінка з основ здоров'я має бути інструментом підтримки і заохочення на досягнення позитивних змін у знаннях, уміннях, мотиваціях і реальній поведінці. Тому, необхідно позитивно оцінювати кожний крок учня, спрямований на [1]:

- опанування навиками здорового способу життя, його позитивна спрямованість на ведення такого способу життя, практичні дії, які він виконує при відпрацюванні кожної теми;
- підвищення рівня знань про здоров'я і безпеку життєдіяльності, здоровий спосіб життя, уміння використовувати здобуті знання для зміцнення здоров'я;
- набуття навиків, що сприяють розвитку та взаємозв'язку усіх складових здоров'я (фізичній, соціальній, психічній та духовній);
- позитивне ставлення до здорового способу життя.

Звертаємо увагу, що в основу навчання предмета «Основи здоров'я» покладено одну з педагогічних методик – освіту на засадах розвитку життєвих і спеціальних навиків, яка спрямована на формування здорової та просоціальної особистості, що гармонійно поєднує функції навчання, виховання і розвитку соціально-психологічної компетентності учнівської молоді [1].

Доцільними на уроках «Основ здоров'я» будуть завдання на проведення власних спостережень, розв'язування проблем з повсякденного життя, проведення інтерв'ю, опитувань, експериментів.

Під час проведення уроків рекомендуємо вчителям концентрувати увагу учнів на окремих аспектах так, аби освітній процес в умовах надзвичайної ситуації проходив із максимальною користю для всіх учасників, тобто:

- наголошувати на важливості емоційного здоров'я;
- повторювати теми безпечної поведінки в надзвичайних ситуаціях та навколишньому середовищі;
- формувати самооцінку, протистояння негативному психологічному впливу та стресу.

Рекомендуємо ознайомитися з методикою «Самоорганізований освітній простір», яка допомагає учнівській молоді організувати роботу в інформаційному потоці так, щоб отримати лише корисну для себе інформацію [6]. Використання методики «Самоорганізований освітній простір» в освітньому процесі допоможе учням сформувати навички інформаційної комунікації, навчатися працювати в команді, критично мислити, логічно обґрунтовувати свою позицію, розвивати лідерські якості тощо (<http://surl.li/cnpwr>).

Отже, сучасний заклад освіти повинен сприяти вихованню в учнів потреби в здоровому та безпечному способі життя, формуванню навичок прийняття самостійних рішень стосовно підтримки та зміцнення свого здоров'я, що є невід'ємною складовою соціалізації – розвитку здорової, гармонійно розвиненої індивідуальності, високодуховної, творчої особистості у результаті впливу на неї всіх факторів соціального середовища.

Використані та основоположні джерела

1. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. та інші. Принципи освіти на основі розвитку життєвих навичок у курсі «Я досліджую світ». Київ: Видавництво «Алатон», 2018. 33 с.

2. Дистанційний формат взаємодії суб'єктів освітньої діяльності: методичні рекомендації / за ред. І. В. Удовиченко. Суми : НВВ КЗ СОІППО, 2021. 200 с.

3. Наказ Міністерства освіти і науки України від 21.08.2013 № 1222 «Про затвердження орієнтовних вимог оцінювання навчальних досягнень учнів із базових дисциплін у системі загальної середньої освіти».

4. Навчальні програми для учнів 6-9 класів. URL: <http://surl.li/abjwi>.

5. Оновлено зміст навчальних програм ЗЗСО. URL: <http://surl.li/csji11>.

6. Самоорганізований освітній простір – можливість по-новому розкрити дітей. URL: <http://surl.li/csjmс>.

Методист з біології, екології, природознавства та основ здоров'я навчально-методичного відділу координації освітньої діяльності та професійного розвитку Сумського ОІППО

М.В. Кісільова

(Підпис наявний в оригіналі)