

**Я ДОСЛІДЖУЮ СВІТ .
СОЦІАЛЬНА ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ**



Рівненський державний гуманітарний університет

**Я ДОСЛІДЖУЮ СВІТ.
СОЦІАЛЬНА ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ**

**Навчально-інформаційні матеріали
для студентів педагогічних факультетів
стаціонарної та заочної форм навчання**

Рівне 2021

УДК 37.013.42:613 (075.8)

С69

Я досліджую світ. Соціальна і здоров'язбережувальна освітня галузь : навчально-інформаційні матеріали для студентів педагогічних факультетів стаціонарної та заочної форм навчання / Упоряд. Л. І. Іванова. Рівне : РДГУ, 2020. 90 с.

Зміст посібника є продовженням розгляду теоретико-методичних основ викладання предмета «Я досліджую світ»; містить матеріали, у яких висвітлено актуальні питання методики навчання за соціальною і здоров'язбережувальною галуззю освітнього стандарту Нової української школи.

Може бути використаний студентами для підготовки лекційних та практичних занять з предмету «Методика навчання освітньої галузі «Соціальна і здоров'язбережувальна освіта», так і у роботі вчителів з учнями початкових класів на уроках «Я досліджую світ» та в позаурочний час.

Ухвалено на засіданні навчально-методичної ради Рівненського державного гуманітарного університету (протокол № 5-19 від 28 грудня 2019 р.)

© Іванова Л. І., 2021

Зміст

1. Соціальна і здоров'язбережна компетентність учнів початкових класів.....	6-9
2. Концепція Нової української школи у сфері якісної освіти, здоров'я, безпеки і соціальної інтеграції.....	9-12
3. Мета соціальної і здоров'язбережувальної освіти учнів початкових класів.....	12-15
4. Поняття здорового способу життя і його складові.....	15-17
5. Формування навичок збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб, добробуту та сталого розвитку.....	17-21
6. Ефективність інтерактивного навчання життєвих навичок.....	21-23
7. Формування навичок, що сприяють фізичному здоров'ю учнів початкових 2 класів.....	23-25
8. Формування навичок ефективного спілкування: уміння слухати; уміння чітко висловлювати свої думки; уміння адекватно реагувати на критику.....	25-28
9. Формування умінь виражати свої почуття; володіння невербальною засобами спілкування (жести, міміка, інтонація тощо).....	28-31
10. Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю.....	31-32
11. Навчання учнів у галузі здоров'я, безпеки і соціальної інтеграції.....	32-34
12. Зміст шкільних програм із питань здоров'я та безпеки.....	34-36
13. Компетентнісний підхід до навчання учнів початкових класів.....	36-38
14. Розвиток учнів початкових класів (фізичний, психічний, соціальний).....	38-41
15. Соціальна взаємодія (культура взаємин між статями, робота в команді, співчуття, мирне розв'язання конфліктів).....	41-43
16. Профілактика соціально небезпечних захворювань і шкідливих звичок.....	43-47
17. Емоційне благополуччя (самоконтроль, керування стресами, мотивація успіху і гартування волі).....	47-49
18. Інтелектуальне благополуччя (уміння вчитись, аналіз проблем і прийняття рішень, критичне і творче мислення).....	49-51
19. Духовне благополуччя (орієнтація на загальнолюдські цінності, пізнавальні, естетичні, етичні потреби, потребу у самореалізації).....	52-54
20. Взаємозв'язок здоров'я та освіти молодших школярів.....	54-57
21. Права дитини й освіта в галузі здоров'я та безпеки.....	57-63
22. Пріоритети здоров'я та безпеки в українській світовій освіті.....	63-65
23. Базова інформація про безпеку— базову потребу людини, принципи безпечної життєдіяльності.....	65-67

24.	Формування активної громадянської позиції здобувачів освіти.....	67-70
25.	Формування навичок підприємливості учнів початкових класів.....	70-72
26.	Розвиток особистості через особисту ідентифікацію.....	72-74
27.	Застосування моделі здорової та безпечної поведінки молодших школярів.....	74-78
28.	Технологія використання інтегрованих завдань у процесі вивчення курсу ЯДС.....	78-80
29.	Соціальна спрямованість уроків ЯДС.....	80-82
30.	Здоров'язбережувальна спрямованість уроків ЯДС.....	82-84
	Список використаних джерел.....	85-90

1.СОЦІАЛЬНА І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.

Соціальна і здоров'язбережна компетентність — це здатність людини планувати і реалізовувати свою життєдіяльність у спосіб, сприятливий для здоров'я і безпеки самої людини та її соціального оточення.

Здоров'язбережна компетентність набувається через формування сприятливих для здоров'я, безпеки і соціальної інтеграції знань, умінь, ставлень (психологічних установок, принципів, цінностей, вірувань, прагнень). Розвиток здоров'язбережної компетентності у сучасному світі дедалі частіше відбувається шляхом впровадження превентивної освіти на засадах розвитку життєвих навичок.

Складові соціальної і здоров'язбережувальної компетентності

Важливими складовими здоров'язбережної компетентності є сприятливі для здоров'я спеціальні та психосоціальні компетенції (**життєві навички**).

До психосоціальних компетенцій (життєвих навичок) належать: позитивна самооцінка, самоконтроль, керування стресами, мотивація успіху і гартування волі, аналіз проблем і прийняття зважених рішень, критичне і творче мислення, ефективне спілкування, співчуття, розв'язання конфліктів, протистояння негативним соціальним впливам тощо.

До спеціальних компетенцій належать: санітарно-гігієнічні навички, раціональне харчування, рухова активність, загартування, організація режиму праці та відпочинку, надання першої допомоги тощо.

Перелік спеціальних та життєвих навичок та їхніх складових наведено в таблиці.

	Різновидність навичок	Складові навичок (уміння, звички...)
Навички, що сприяють фізичному здоров'ю	Навички раціонального харчування	дотримання режиму харчування; уміння скласти харчовий раціон з урахуванням реальних можливостей, потреб та користі; уміння визначати і зберігати високу якість харчових продуктів.
	Навички рухової активності	виконання ранкової зарядки; регулярні заняття фізичною культурою, рухові ігри, фізична праця.
	Санітарно-гігієнічні навички	навички особистої гігієни; уміння виконувати гігієнічні процедури (доглядати за шкірою,

		зубами, волоссям тощо).
Життєві навички, сприяють соціальному здоров'ю	що	Режим праці та відпочинку уміння чергувати розумову та фізичну активність; уміння знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку.
		Навички ефективного спілкування уміння слухати; уміння чітко висловлювати свої думки; уміння виражати свої почуття; уміння просити про послугу або допомогу; володіння невербальною засобами спілкування (жести, міміка, інтонація тощо); уміння адекватно реагувати на критику.
		Навички співчуття уміння розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей; уміння висловити це розуміння; уміння зважати на почуття інших людей; уміння допомагати та підтримувати.
		Навички розв'язання конфліктів уміння розрізняти конфлікти поглядів і конфлікти інтересів; уміння толерантно розв'язувати конфлікти поглядів; уміння розв'язувати конфлікти інтересів за допомогою конструктивних переговорів.
		Навички поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації уміння уникати небезпечних ситуацій і діяти при загрозі насилля; уміння розрізняти прояви дискримінації, зокрема щодо людей з особливими потребами, ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД;

		навички впевненої поведінки, зокрема й застережливих дій щодо ВІЛ/СНІДу.
	Навички спільної діяльності та співробітництва	уміння працювати в «команді»; уміння адекватно оцінювати свої здібності, свій внесок у спільну діяльність; уміння визнавати внесок інших у спільну роботу.
Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю	Самоусвідомлення та самооцінка	позитивне ставлення до себе, інших людей, до життєвих перспектив; уміння реально оцінювати свої здібності та можливості; адекватна самооцінка; уміння адекватно сприймати оцінки інших людей.
	Навички самоконтролю	уміння правильно виражати свої почуття; уміння контролювати прояви гніву, долати тривогу; уміння переживати невдачі; уміння раціонально планувати час.
	Мотивація успіху та тренування волі	уміння зосереджуватися на досягненні мети; розвиток наполегливості та працьовитості; установка на успіх і віра в себе.
	Аналіз проблем і прийняття рішень	уміння визначати суть проблеми та причини її виникнення; здатність сформулювати декілька варіантів розв'язання проблеми; уміння передбачити наслідки кожного з варіантів для себе та інших людей; здатність вибирати оптимальні рішення.
	Визначення життєвих цілей та програм	уміння визначати життєві цілі, керуючись своїми

		потребами, нахилами, здібностями; уміння визначати пріоритети й раціонально використовувати час; уміння планувати свою діяльність, враховуючи аналіз можливостей і обставин.
--	--	--

Питання для самоконтролю:

1. Які складові включає в себе соціально і здоров'язберезувальна компетентності?
2. Дайте визначення терміну: «Соціально і здоров'язбережна компетентність» ?
3. Які навички сприяють фізичному здоров'ю?
4. Які навички сприяють духовному та психічному здоров'ю?

2. КОНЦЕПЦІЯ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ У СФЕРІ ЯКІСНОЇ ОСВІТИ, ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКИ І СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ.

Концепція Нової української школи, затверджена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14 грудня 2016 р. № 988-р, передбачає докорінне реформування загальної середньої освіти і має на меті досягнення таких цілей:

1. Новий зміст освіти, заснований на формуванні компетентностей, необхідних для успішної самореалізації в суспільстві.
2. Умотивований учитель, який має свободу творчості й розвивається професійно.
3. Наскрізний процес виховання, який формує цінності.
4. Децентралізація та ефективне управління, що надасть школі реальну автономію.
5. Педагогіка, що ґрунтується на партнерстві між учнем, учителем і батьками.
6. Орієнтація на потреби учня в освітньому процесі, дитиноцентризм.
7. Нова структура школи, яка дає змогу добре засвоїти новий зміст і набути компетентностей для життя.
8. Справедливий розподіл публічних коштів, який забезпечує рівний доступ усіх дітей до якісної освіти.
9. Сучасне освітнє середовище, яке забезпечить необхідні умови, засоби і технології для навчання учнів, освітян, батьків не лише в приміщенні навчального закладу.

Якісна освіта у сфері здоров'я, безпеки і соціальної інтеграції

Реалізацію права дітей на якісну освіту у сфері особистого здоров'я, безпеки, соціальної інтеграції мають забезпечувати:

- навчання учнів на основі розвитку життєвих навичок;
- підготовка педагогічних працівників на засадах компетентнісного підходу;
- створення безпечного і дружнього до дитини навчального середовища.

Зазначені напрями дій є взаємопов'язаними і взаємопідримувальними (див. слайди).

Ключові напрямки дій для забезпечення якісної освіти у галузі здоров'я, безпеки і соціальної інтеграції

Навчання учнів на засадах розвитку життєвих навичок

- ✓ Тематика, яка релевантна чинникам ризику і захисту життя і здоров'я.
- ✓ Спрямованість на розвиток психосоціальних і спеціальних навичок.
- ✓ Методи викладання, що базуються на партнерстві, участі, активному навчанню, врахуванні актуальних потреб і рівня розвитку, наближеності до реального життя дітей і підлітків.

Компетентісна підготовка вчителів за двокомпонентною моделлю

- ✓ Он-лайн курси з концептуальних та методичних основ формування здоров'язбережної і соціальної компетентності.
- ✓ Очна підготовка вчителя з практичних навичок компетентнісного підходу.

Сприятливе навчальне середовище (безпечна і комфортна школа)

- ✓ Експрес оцінка навчального закладу на відповідність еталонній школі основними учасниками навчально-виховного процесу
- ✓ Детальний аналіз і планування змін
- ✓ Забезпечення ресурсами для навчання
- ✓ Впровадження, моніторинг і оцінка заходів із удосконалення школи

розвитку життєвих навичок: стандарти 2011 р.

СТАНДАРТИ ПОЧАТКОВОЇ І ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВИТИ (2011)

в рамках цих стандартів зміст і результати навчання визначають:

- ✓ Освітня галузь «Здоров'я і фізична культура»
- ✓ Предмет «Основи здоров'я»
- ✓ Факультативні курси і курси за вибором

КЛЮЧОВІ КОМПЕТЕНТНІСТЬ

Здоров'язбережувальна (психосоціальні і спеціальні життєві навички для безпеки, здоров'я, успішної соціалізації і самореалізації)

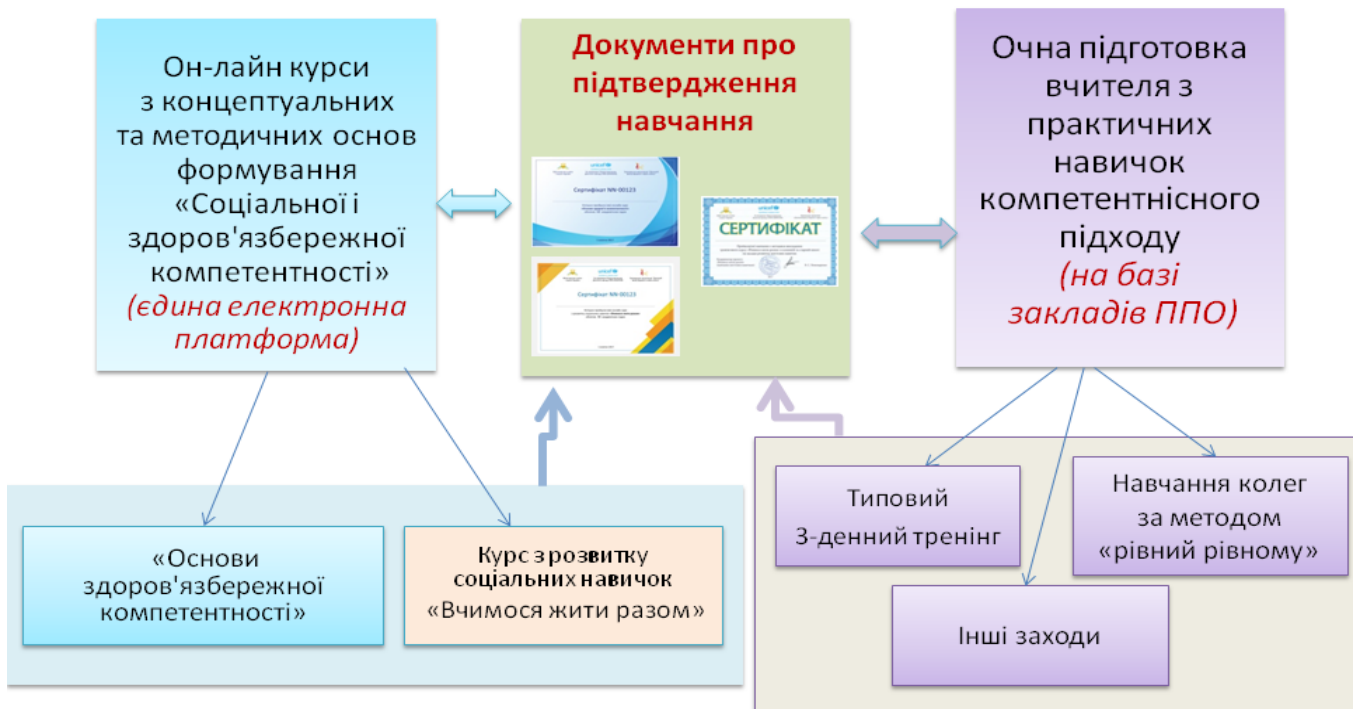
НОРМАТИВНІ ДОКУМЕНТИ І РЕКОМЕНДАЦІЇ МОН

- ✓ Затверджені навчальні програми предмета «Основи здоров'я»
- ✓ Рекомендації МОН України щодо інтеграції курсу «Вчимося жити разом» у програму основ здоров'я

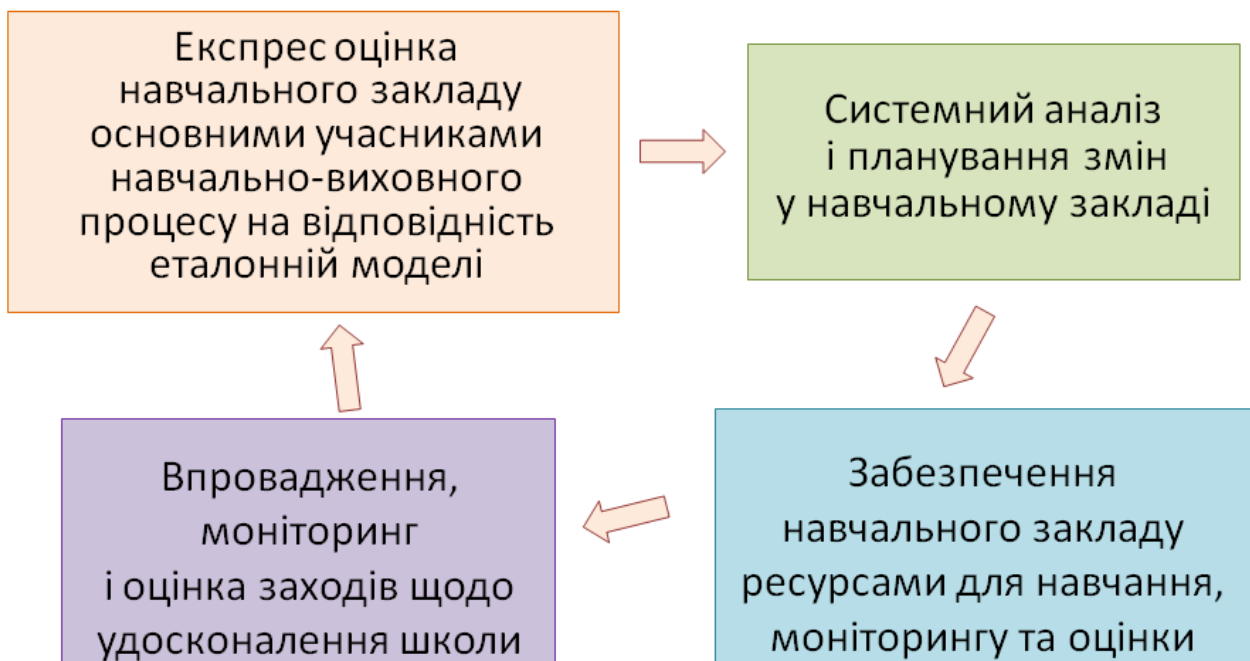
РЕСУРСНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

- ✓ Підручники і посібник з предмета «Основи здоров'я» для 1-9 класів
- ✓ Комплект навчально-методичних матеріалів курсу «Вчимося жити разом»

Складові двокomпонентної моделі підготовки вчителів



Сприятливе навчальне середовище Цикл удосконалення навчального закладу



Питання для самоконтролю:

1. Які дії мають забезпечувати реалізацію права дітей на якісну освіту у сфері особистого здоров'я, безпеки, соціальної інтеграції?
2. Які освітні галузі і курси визначають зміст і результати навчання на засадах розвитку життєвих навичок в рамках стандарту початкової освіти (2018)?
3. Назвіть складові двокомпонентної моделі підготовки вчителів.
4. Який цикл удосконалення навчального закладу?

3.МЕТА СОЦІАЛЬНОЇ І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ОСВІТИ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.

Метою соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі є формування соціальної компетентності та інших ключових компетентностей:

- активної громадянської позиції;
- підприємливості;
- розвитку самостійності через особисту ідентифікацію;
- застосування моделі здорової та безпечної поведінки;
- збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб;
- добробуту та сталого розвитку.

Здобувач освіти:

- дбає про особисте здоров'я і безпеку, реагує на діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту;
- визначає альтернативи, прогнозує наслідки, ухвалює рішення з користю для здоров'я, добробуту, власної безпеки та безпеки інших осіб;
- робить аргументований вибір на користь здорового способу життя, аналізує та оцінює наслідки і ризики;
- виявляє підприємливість та поводить етично для поліпшення здоров'я, безпеки та добробуту.

Вимоги до обов'язкових результатів навчання здобувачів освіти;

(Додаток до Стандарту)

Загальні результати навчання здобувачів освіти	Обов'язкові результати навчання здобувачів освіти	
	1-2 класи	3-4 класи
VI. Соціальна і здоров'язбережувальна освітня галузь		
Турбота про особисте здоров'я і безпеку, реагування на діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту власного і тих, хто оточує		
Діє відповідально	демонструє поведінку, яка запобігає або зменшує ризики для життя і	демонструє різноманітні практики поведінки, які запобігають або зменшують

	здоров'я	ризики для життя і здоров'я
Відстоює інтереси власні та інших осіб	протидіє проявам тиску, неповаги та приниження щодо себе та інших осіб, звертаючися за допомогою до дорослих	протидіє проявам тиску, неповаги та приниження щодо себе та інших осіб, самостійно або за допомогою дорослих залежно від ризику
Надає допомогу	розрізняє, до кого і як звернутися за допомогою; описує приклади такої діяльності	визначає потребу у допомозі собі та іншим особам, оцінює можливості її надання
Поводиться етично	розпізнає здорову етичну поведінку (сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність, відвагу, відданість) та наслідує її	поводиться етично, демонструючи сумлінність, справедливість, чесність, відповідальність тощо

Визначення альтернатив, прогнозування наслідків, ухвалення рішень з користю для здоров'я, добробуту, власної безпеки та безпеки інших осіб

Розпізнає небезпечні ситуації	розпізнає та описує небезпеку вдома, у школі та навколишньому світі	пояснює, що робити в небезпечних ситуаціях вдома, у школі та навколишньому світі
Прогнозує наслідки	пояснює, що кожна дія (рішення) має наслідки	прогнозує можливі наслідки своїх дій (рішень) для себе та інших осіб
Ухвалює рішення	вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях без загрози для життя і здоров'я	вирішує, як діяти у повсякденних ситуаціях з користю для здоров'я, безпеки та добробуту
Поводиться безпечно	пояснює, від чого залежить безпека вдома, у школі та навколишньому світі	поводиться безпечно з огляду на себе та інших осіб вдома, у школі, на вулиці, у громадських місцях

Аргументований вибір на користь здорового способу життя, аналіз і оцінка наслідків та ризиків

Обмірковує альтернативи власних дій та рішень	визначає здорові та шкідливі звички	обмірковує альтернативні рішення щодо відповідності здоровим чи шкідливим звичкам
Приймає зміни власного організму	відзначає зміни власного організму і приймає їх	спостерігає за змінами у своєму тілі залежно від фізичного стану, настрою, виду діяльності, способу життя; пояснює та приймає їх

Аналізує вплив поведінки на здоров'я	визначає позитивний і негативний вплив на вибір здорової та безпечної поведінки	аналізує позитивний і негативний вплив на вибір здорової та безпечної поведінки
Здійснює вибір та отримує задоволення	розпізнає, що приносить задоволення та користь	обирає діяльність, яка приносить задоволення та користь
Підприємливість та етична поведінка для поліпшення здоров'я, безпеки та добробуту		
Вчиться вчитися без шкоди для здоров'я	упорядковує власне навчання відповідно до своїх потреб та рекомендованих умов	планує та організовує власне навчання, чергуючи його з відпочинком
Знаходить і перевіряє інформацію	розпізнає знаки, символи і попередження щодо ймовірної небезпеки	намагається критично оцінювати інформацію щодо товарів і послуг
Діє ефективно і самостійно	пояснює потреби свої та інших осіб; визначає, від кого та від чого залежить задоволення потреб	розрізняє необхідні та надмірні потреби свої та інших осіб; визначає короткострокові цілі та планує конкретні дії щодо задоволення власних потреб
Спілкується конструктивно	уважно слухає, запитує про потреби інших осіб та висловлюється так, щоб не образити інших осіб	сприймає критичну інформацію щодо себе та етично реагує на неї
Виявляє культуру споживання	визнає важливість помірності у споживанні послуг та продукції	намагається ощадно використовувати ресурси
Планує майбутнє	пояснює важливість навчання у школі для свого життя та добробуту; планує свій день (навчальний та вихідний)	уявляє свою мету і розповідає про те, як її досягти; пояснює, як від ставлення до навчання залежить власний успіх і добробут
Співпрацює для досягнення результату діяльності	виконує різні ролі в групі, пояснює у чому цінність спільної роботи	погоджується на ту роль, що здатний виконати найкраще; разом з іншими особами визначає мету спільної роботи, намагається досягти її

Питання для самоконтролю:

1. Які компетентності повинні сформуватися у здобувача освіти?
2. Що повинен вміти та знати здобувач освіти?
3. Які обов'язкові результати навчання здобувачів освіти 3-4 класів в розділі

4. ПОНЯТТЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ І ЙОГО СКЛАДОВІ

Справедливо зазначав видатний вчений, хірург Микола Амосов, що у більшості хвороб винна не природа, не суспільство, а сама людина. Найчастіше вона хворіє через лінощі й жадобу. Щоб бути здоровим, потрібні власні зусилля, постійні й значні. Тому, сучасна людина повинна усвідомлювати нову формулу життя: "Турбота про здоров'я – обов'язок кожного". Зрозуміло, що вироблення відповідного ставлення до здоров'я найважливіша умова оздоровлення суспільства.

Спосіб життя людини є чинником, що на 50% зумовлює її здоров'я.

Спосіб життя – це звички, вироблені роками.

Сучасна людина достатньо проінформована про те, що шкідливо, що корисно, що існують хвороби і як їх лікувати, але цілком не володіє знаннями з питань, як бути здоровим. У цьому питанні одних знань недостатньо, необхідні впевненість, досягнення і напрацювання, які увійшли би в культуру, побут, звичаї людей.

Здоровий спосіб життя – це такий стиль існування, при якому, крізь застосування певних засобів впливу на організм та його оточення, рівень життєдіяльності організму стає оптимальним, поступово удосконалюється, використання потенціалу організму відбувається без ушкоджень, причому активність організму і його можливості зберігаються до глибокої старості.

Здоровий спосіб життя – це режим, ритм, темп життя, особливості роботи, відпочинку, спілкування.

Оздоровлення організму включає:

- – усвідомлення соціальної та біологічної значущості здоров'я для людини;
- – раціональне харчування;
- – оптимальний руховий режим;
- – оптимальний психологічний настрій, вміння керувати своїм емоційним станом;
- – відмові від шкідливих звичок;
- – систематичне загартовування;
- – дотримання правил особистої гігієни.

Плануючи свій спосіб життя людина повинна погоджувати його зі своєю натурою, з природними ритмами, усвідомленим відношенням до всього, що відбувається в ній самій і навколо неї.

Всі елементи здорового способу життя проектується на людину, її мислення, поведінку, життєві плани, цілі, запити. На сьогоднішній день виділяють чотири **основні складові**; приблизний питоми вагу (значення) даних факторів для здоров'я людей. Їх угруповання за питомою вагою для здоров'я людини виглядає наступним чином:

- 1. **Генетичні чинники** - їх значення для здоров'я (приблизний питома вага дорівнює 18-22%). До факторів здоров'я відноситься здорова спадковість, генетична стійкість до несприятливих факторів. До факторів ризику - спадкова патологія, схильність до спадкових хвороб, близькоспоріднені шлюби, мутаційні впливу.

- 2. **Зовнішня середа, природно-кліматичні умови** (приблизно 17-25%). У число факторів здоров'я віднесені сприятливі природні і кліматичні умови, екологічно чисте середовище проживання, сприятливі соціальні умови, психологічний комфорт. Фактори ризику - несприятливі природні і кліматичні умови, порушення екологічної обстановки (забруднення повітря, води, ґрунту, різка зміна атмосферних явищ, підвищені космічні, магнітні, радіаційні та інші випромінювання), катастрофи природного та техногенного характеру.

- 3. **Медичні фактори здорового способу життя** (8-10%) - це високий рівень діагностики та профілактичних заходів, своєчасна професійна медична допомога, сучасна матеріальна база медичних установ і інші. Чинники, що вказують на зворотні процеси: неефективність профілактичних заходів, низька якість медичної допомоги, вчасність її надання, недостатній професійний рівень лікарів.

- 4. **Спосіб життя, умови праці та проживання** (50-60%) - раціональна організація безпечної життєдіяльності, здоровий спосіб життя: адекватна рухова активність, повноцінне і раціональне харчування, відсутність шкідливих звичок, соціальний і психологічний комфорт; сприятливі умови праці; достатнє матеріальне забезпечення; освіта; міцна сім'я. Фактори ризику - відсутність раціонального режиму життєдіяльності, нездоровий спосіб життя: куріння, вживання алкоголю, токсичних і наркотичних речовин, зловживання ліками, адинамія, гіподинамія, стресові ситуації, незбалансоване харчування; шкідливі умови праці, погані матеріально-побутові умови, неміцність сімей, самотність, низький освітній та культурний рівень, надмірно високий рівень урбанізації.

УКРАЇНСЬКІ ПРИКАЗКИ ТА ПРИСЛІВ'Я ПРО ЗДОРОВ'Я

Часом влучний короткий вислів - більш ємкий, ніж наукове визначення. Коли не вистачає слів, можливо, доречним буде використання оригінальних, перевірених століттями коротких, але глибоких за змістом приказок і прислів'їв, цих своєрідних «формул» здоров'я.

- Аби моя голова здорова була, то все гаразд буде.
- Без здоров'я нема щастя.
- Без здоров'я ніщо людині не миле.
- Бережи і шануй честь змолоду, а здоров'я - під старість.
- Бережи одержу знова, а здоров'я - змолоду.
- Бувай здорова, як риба, гожа, як вода, весела, як весна, робоча, як бджола, багата, як земля свята!
- Було б здоров'я, а все інше наживем.
- Вартість здоров'я знає лише той, хто його втратив.
- Весела думка - половина здоров'я.

- Веселий сміх - здоров'я.
- Все можна купити, тільки здоров'я - ні.
- Дай, Боже, здорово сходити, а на друге заробити!
- Дай, Боже, разом двоє: щастя і здоров'я!
- Держи голову в холоді, а живіт в голоді - будеш здоровий.
- Держи голову в холоді, ноги в теплі, проживеш довгий вік на землі.
- Добре здоровому вчити хворого.
- Добрі зуби й камінь їстимуть.
- Журба здоров'я відбирає, до гробу попихає.
- Здоровий злидар щасливіший від багача.
- Здоровий хворого не розуміє.
- Здоровому все здорово.
- Здоровому все на здоров'я йде.
- Здоровому пироги не вадять.
- Здоров'я більше варте, як багатство.
- Здоров'я - всьому голова.
- Здоров'я входить золотниками, а виходить пудами.
- Здоров'я - найдорожчий скарб.
- Здоров'я маємо - не дбаємо, а стративши - плачемо.
- Їж - не переїдайся, пий - не перепивайся, говори - не переговорюйся, то будеш здоров.
- Найбільше щастя в житті - здоров'я.
- Не просімо хліба у Бога, а просімо здоров'я.
- Поки чоловік здоров, то здоров'я не шанує.
- Світ великий - було б здоров'я.
- То слабого питають, а здоровий, що впіймає, то змеле.
- Той здоров'я не цінить, хто хворий не був.
- Як на душі, так і на тілі.
- Як хочеш здоров'я мати, мусиш рано вставати, а звечора рано лягати.

Питання для самоконтролю:

1. Дайте визначення термінів : спосіб життя, здоровий спосіб життя?
2. Що включає в собі оздоровлення організму?
3. Які 4 основні складові здоров'я виділяють на сьогоднішній день? Яку приблизно питому вагу (значення) для здоров'я людей має кожна з них?
4. Які українські приказки та прислів'я про здоров'я ви знаєте?

5. ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗБЕРЕЖЕННЯ ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ЗДОРОВ'Я ІНШИХ ЛЮДЕЙ, ДОБРОБУТУ ТА СТАЛОГО РОЗВИТКУ.

Здоров'я – безцінне надбання людини, важлива умова повноцінного і щасливого життя. Здоров'я допомагає успішно вирішувати основні життєві завдання: вчитися, працювати, спілкуватися, дружити, створювати сім'ю, виховувати дітей, здійснювати задумане, долати труднощі, а якщо доведеться, то і значні перевантаження.

Здоров'я є безцінним здобутком не лише окремої людини, а й усього суспільства. Як життєдіяльність окремої людини значною мірою визначається станом її здоров'я, так і успішний розвиток суспільства загалом залежить від стану здоров'я населення. У разі збільшення у суспільстві частини людей із поганим здоров'ям, можливості його соціально-економічного розвитку обмежуються.

Здоров'я людини залежить, насамперед, від неї самої, її способу життя. Переважна більшість людей ставлять здоров'я на перше місце в рейтингу життєвих цінностей. Проте водночас багато несвідомо, а іноді і свідомо приносять здоров'я в жертву для досягнення інших цілей – навчання, роботи, кар'єри, отримання задоволення (наприклад, від куріння або вживання наркотиків). Часто це відбувається в молодому віці, адже багато людей починають усвідомлювати практичну цінність здоров'я пізніше, коли у них з'являються проблеми зі здоров'ям.

Досягнення благополуччя здійснюється через свідомий та цілеспрямований процес творення людиною власної системи життєдіяльності, участі в діяльності щодо покращення громадського здоров'я і забезпечується її відповідальним ставленням до здоров'я як індивідуального, так і громадського. Кожна людина певною мірою особисто відповідає за здоров'я всього людства; усе ж людство певною мірою відповідає за здоров'я кожної людини

Отже, *збереження та зміцнення здоров'я* населення загалом і молодого покоління зокрема, – цінність, що має стратегічне значення для сталого розвитку суспільства і належить до актуальних завдань розвитку сучасної України.

Райдуга факторів здоров'я



Соціальні мережі й мережі співтовариств включають: солідарність, соціальну підтримку родини, друзів, місцевої громади; міцні сім'ї, свободу від страху, форм насильства як у родині, так і в усіх інших аспектах колективного життя людей громади. Соціальна стабільність, гарні взаємовідносини та згуртованість громад забезпечують багато в чому благополуччя країни.

Особистий спосіб життя включає ставлення до здоров'я, навички досягнення благополуччя, адаптації середовища, яке швидко змінюється. Вибір ставлення до здоров'я – це особисте рішення, що безпосередньо впливає на здоров'я людини. Властивості особистості, відчуття корегентності, навички, якими володіє людина, – найважливіший чинник здоров'я. Так, наприклад, відсутність в особистості мотивації до самопізнання, саморегулювання і саморозвитку створює основу для алекситимії – схильності до психосоматичних захворювань.

Вік, стать, особливості організму, етнічні особливості – добірка незалежних від волі людини зовнішніх і внутрішніх особливостей організму, що успадковані від батьків. Однак слід зазначити: уява про ці чинники як такі, що не піддаються впливу, поступово змінюється. Спростовується теза, що хороша особиста біологія та генетика самі по собі є запорукою здоров'я незалежно від поведінки, а гірша спадковість неодмінно спричинить хвороби.

Представлена модель факторів здоров'я слугує основою для визначення причин, проблем у сфері здоров'я для розробки і політики і програм сприяння покращення здоров'я.

Стратегії, які є основоположними для процесу формування відповідального ставлення до здоров'я:

***захист, активне відстоювання, просування здоров'я для створення основних, найбільш істотних передумов для здоров'я;**

***надання всім людям можливості досягти й реалізувати повністю свій потенціал здоров'я через забезпечення реальних ресурсів та можливостей для здоров'я (безпечне й підтримуюче середовище, навчання здоров'я);**

***здійснення посередництва для забезпечення та досягнення здоров'я передбачає узгодження різних інтересів (особистих, соціальних, економічних)**

План-схема змін задля сприяння покращенню здоров'я



План-схема (а таку назву вона отримала від того, що є певною схемою для розробки плану сприяння покращенню здоров'я) може використовуватися і використовується при визначенні необхідних дій як для зміцнення особистого здоров'я, так і для покращення здоров'я сім'ї, організації і, насамперед, для підвищення потенціалу здоров'я громади, країни, міжнародного співтовариства.

Освіта заради здоров'я. Цей компонент виділений у плані-схемі як окремий, і водночас він є важливою складовою усіх її компонентів, оскільки здійснення діяльності з пріоритетних напрямів сприяння покращенню здоров'я передбачає наявність компетентності як в особистості, так і в організаторів процесу.

Політика заради здоров'я – це механізми, які стимулюють дії, спрямовані на покращення здоров'я. Політика заради здоров'я розглядає здоров'я населення як соціальний і економічний капітал, і цей капітал повинен стати об'єктом, критерієм і метою економіки.

Розвиток особистості заради здоров'я передбачає свідомі дії особистості з розвитку своїх здібностей, напрацювання умінь для посилення контролю за факторами здоров'я, досягнення благополуччя, реалізації потенціалу здоров'я.

Розвиток потенціалу громади заради здоров'я здійснюється через залучення громади до прийняття рішень, від яких залежить стан громадського здоров'я. Посилення й активізація ролі співтовариств, їх причетність до процесу реалізується шляхом оцінювання потреб громадою, встановлення пріоритетів, участі у прийнятті рішень, плануванні та здійсненні стратегій для досягнення покращення здоров'я.

Важливим є і те, що на плані-схемі показано, що дії, які приведуть до змін і сприятимуть покращенню здоров'я, можуть бути ініційовані з двох позицій: із позиції зверху – вниз експертами, спеціалістами, законотворцями та з позиції знизу – вгору конкретними особами та групами, громадами. Об'єднані почуттям власної відповідальності за себе, за власне здоров'я, здоров'я своїх дітей та здоров'я своєї громади, конкретні особистості в змозі побудувати новий здоровий світ..

Досвід ціннісного ставлення до власного здоров'я. Запропоновано **цінності і норми**, на основі яких формуються:

- ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих, до самого себе та інших людей;
- поведінка в соціумі стосовно інших людей;
- уміння і навички міжособистісних стосунків;

• потреби і мотиви суспільної, навчальної, трудової та здоров'язбережувальної діяльності.

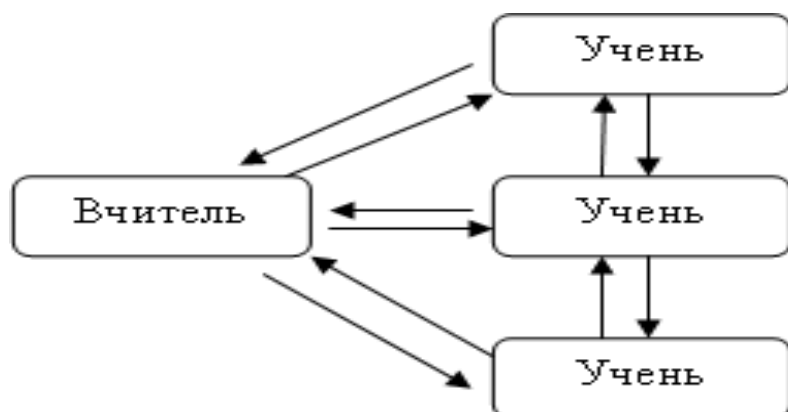
Питання для самоконтролю:

1. *Що таке здоров'я?*
2. *Від чого залежить здоров'я?*
3. *Охарактеризуйте «райдугу факторів здоров'я».*
4. *Назвіть стратегії, які є основоположними для процесу формування відповідального ставлення до здоров'я.*

6. ЕФЕКТИВНІСТЬ ІНТЕРАКТИВНОГО НАВЧАННЯ ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК

Під час навчання учні мають робити набагато більше, ніж просто слухати та фіксувати готові думки вчителя. Вони можуть продукувати інформацію самостійно, визначати й обговорювати проблеми, знаходити шляхи їх розв'язання, спостерігати і планувати. Школярі повинні мати змогу застосовувати нові знання та навички на практиці, створювати зворотні зв'язки.

Інтерактивні методи – форма навчання, у процесі якого учні і вчитель перебувають в режимі бесіди, діалогу між собою. Це співпраця, взаємонавчання: вчитель – учень, учень – учень. При цьому вчитель і учень – рівноправні, рівнозначні суб'єкти навчання. Інтерактивна взаємодія виключає домінування одного учасника навчального процесу над іншим, однієї думки над іншою. Під час такого спілкування учні вчать бути демократичними, спілкуватися з іншими людьми, критично мислити, ухвалювати обґрунтовані рішення.



На відміну від активних методів, інтерактивні методи орієнтовані на ширшу взаємодію учнів не тільки з учителем, а й одне з одним, на домінування активності учнів у процесі навчання. Роль учителя на інтерактивних заняттях зводиться до спрямування діяльності учнів на досягнення цілей заняття.

Ефективність інтерактивного навчання

Науковцями і практиками визнано, що набуття знань, формування вмінь і навичок, розвиток особистісних якостей, набуття певних компетентностей особистості учня є найефективнішими, якщо в освітньому процесі використовують інтерактивні форми і методи.

За допомогою інтерактивних технологій учні мають змогу:

- аналізувати навчальну інформацію, творчо підходити до засвоєння навчального матеріалу й таким чином зробити засвоєння знань доступнішим;
- навчитися формулювати власну думку, правильно її висловлювати, доводити власну позицію, аргументувати й дискутувати;
- навчитися слухати іншу людину, поважати альтернативну думку;
- моделювати різні соціальні ситуації, збагачувати власний соціальний досвід через включення в різні життєві ситуації, їх моделювання;
- вчитися будувати конструктивні стосунки у групі, уникати конфліктів, розв'язувати їх, шукати компроміси, прагнути діалогу та консенсусу;
- розвивати навички проектної діяльності, самостійної роботи, виконання творчих робіт.

Дослідження, проведені Національним тренінговим центром (США, штат Меріленд) у 1980-х роках, показують нам, що інтерактивне навчання уможлиблює різке збільшення відсотка засвоєння матеріалу, бо впливає не лише на свідомість учня, а й на його почуття, волю. Результати цих досліджень відображено у схемі, яка дістала назву «Піраміда навчання».



Піраміда навчання

З піраміди видно, що найменших результатів можна досягти за умов пасивного навчання (лекція – 5 %, читання – 10 %, зорове і слухове сприймання – 20 %, демонстрування – 30 %), а найбільших – інтерактивного (групова дискусія – 50 %, практичні вправи – 75 %, навчання інших або негайне застосування знань – 90 %). Ці дані є середньостатистичними, тому в конкретних випадках результати можуть різнитися, але в середньому таку закономірність може простежити кожен педагог.

Принципи інтерактивного навчання:

1. Принцип активності. Для досягнення поставлених цілей кожен учень має брати активну участь у процесі спілкування та активно взаємодіяти з іншими.

2. Принцип відкритого зворотного зв'язку. Висловлення учасником чи всіма учасниками групи думок, ідей чи заперечень щодо поставлених завдань. Саме завдяки активному використанню зворотного зв'язку учасники групи дізнаються, як сприймаються іншими людьми їхня манера спілкування, стиль мислення, особливості поведінки.

3. Принцип експериментування. Активний пошук учнями нових ідей та шляхів вирішення поставлених завдань. Цей принцип дуже важливий і як зразок стратегії поведінки в реальному житті, і як поштовх до розвитку творчості й ініціативи особистості.

4. Принцип довіри у спілкуванні. Саме на це спрямовано спеціальну організацію групового простору в ході проведення занять: зазвичай використовуваний у роботі прийом розташування учня і вчителя по колу обличчям одне до одного, для того щоб змінити в учнів стереотипну установку й уявлення про те, як повинні проводитися й організовуватися заняття і яку роль у них має відігравати вчитель.

5. Принцип рівності позицій. Він означає, що вчитель не прагне нав'язати учням своєї думки, а діє разом і нарівні з ними. Своєю чергою, кожен учень має змогу побувати у ролі організатора, лідера.

Огляд інтерактивних методів

- відпрацювання навичок;
- робота у групах;
- інтерактивні презентації;
- дискусії;
- мозкові штурми;
- рольові ігри;
- аналіз історій і ситуацій.

Питання для самоконтролю:

1. *Інтерактивні методи навчання – це методи... ?*
2. *Перелічіть різноманітність інтерактивних методів.*
3. *У чому полягає ефективність інтерактивних методів?*
4. *Охарактеризуйте кожен із принципів такого навчання, як інтерактивне?*

7. ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК, ЩО СПРИЯЮТЬ ФІЗИЧНОМУ ЗДОРОВ'Ю УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.

Життєві навички – це низка соціально-психологічних компетентностей, які допомагають людині вести здоровий і продуктивний спосіб життя: адекватно сприймати себе і навколишніх, будувати позитивні міжособистісні стосунки, критично і творчо мислити, приймати відповідальні рішення,

розв'язувати проблеми і керувати стресами. Для того щоб знання, вміння та ставлення стали життєвими навичками, необхідно відпрацьовувати на практиці їх складові.

Навички є необхідним компонентом уміння – здатності людини щось робити, яка, у свою чергу, ґрунтується на знаннях, досвіді та навичках. Специфічним методом формування навичок є вправи.

Фізичне здоров'я визначають такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, фізіологічні функції організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівні фізичного розвитку органів і систем організму.

Життєві навички (компетентності), що сприяють фізичному здоров'ю:

1. Навички раціонального харчування:

- дотримання режиму харчування;
- уміння складати харчовий раціон, враховуючи реальні можливості і користь для здоров'я;
- вміння визначити і зберігати високу якість харчових продуктів.

2. Навички рухової активності:

- навички виконання ранкової зарядки;
- регулярні заняття фізичною культурою, спортом, рухливими іграми, фізичною працею.

3. Санітарно-гігієнічні навички:

- навички особистої гігієни;
- уміння виконувати гігієнічні процедури (догляд за шкірою, зубами, волоссям тощо).

4. Режим праці та відпочинку:

- вміння чергувати розумову і фізичну активність;
- вміння знаходити час для регулярного харчування і повноцінного відпочинку.

Зазвичай, у навчальний час цей процес реалізується через зміст шкільних навчальних дисциплін, насамперед з фізичного виховання, основ здоров'я, природознавства, а також читання, математики, інших предметів. На уроках з цих дисциплін учні отримують знання про здоров'я, здоровий спосіб життя, шляхи та засоби гармонійної взаємодії з навколишнім світом, іншими людьми.

Для успішного формування в учнів умінь і навичок, що сприяють фізичному здоров'ю слід дотримуватися таких педагогічних умов:

- озброєння учнів знаннями про здоров'я людини та способи його збереження;
- виховання позитивного ставлення до здоров'я, прагнення докласти зусиль для його збереження і зміцнення;
- формування в учнів умінь і навичок здорового способу життя шляхом залучення їх до позанавчальної діяльності;
- профілактика та подолання негативних звичок;
- створення умов для підтримки та зміцнення здоров'я дітей;

- постійний моніторинг стану їх здоров'я;
- підтримка гуманної, доброзичливої атмосфери в шкільних та класних колективах відповідно до саногенної педагогіки;
- використання в оздоровчо-пропагандистській роботі можливостей соціального оточення;
- залучення до співпраці батьків, передача їм певних знань.

Зміцнення здоров'я та формування вмінь і навичок, що сприяють фізичному здоров'ю у молодших школярів є необхідною умовою реалізації здоров'язберігаючої функції початкової школи. Умовами, що утруднюють формування в молодших школярів фізичного здоров'я, є також недостатність у дітей, батьків та вчителів належних знань про здоров'я та здоровий спосіб життя, а також недостатня діяльність щодо формування в них екологічної, естетичної та фізичної культури.

Питання для самоконтролю:

1. *Що таке життєва навичка?*
2. *Що таке фізичне здоров'я?*
3. *Які навички сприяють фізичному здоров'ю?*
4. *Як реалізуються життєві навички фізичного здоров'я у навчальний час?*
5. *Яких педагогічних умов слід дотримуватися для успішного формування вмінь і навичок, що сприяють фізичному здоров'ю?*

8. ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЕФЕКТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ: УМІННЯ СЛУХАТИ; УМІННЯ ЧІТКО ВИСЛОВЛЮВАТИ СВОЇ ДУМКИ; УМІННЯ АДЕКВАТНО РЕАГУВАТИ НА КРИТИКУ.

Спілкування (комунікація) – процес обміну думками, почуттями, враженнями, загалом – повідомленнями.

Функції спілкування

- *Задоволення потреби у спілкуванні. Уточнення уявлення про себе.*
- *Демонстрування поваги до іншого.*
- *Розбудова стосунків.*
- *Обмін інформацією.*
- *Вплив на інших.*

Вербальне і невербальне спілкування

Люди можуть передавати свої повідомлення словами, тобто вербально (усно або письмово) і без слів – невербально (за допомогою інтонації, сили голосу, темпу вимови, а також міміки, жестів, положення тіла).

Вербальна комунікація – процес двостороннього мовного обміну інформацією. Мова – це сукупність слів і систем для їх використання, загальних для людей одного і того самого мовного співтовариства.

Невербальна комунікація – обмін невербальними сигналами, що супроводжують мовні повідомлення. Зазвичай невербальні сигнали (засоби) однаково інтерпретуються в цій культурі або цьому мовному співтоваристві.

До невербальних засобів спілкування належать:

міміка обличчя, пози, жести, рухи, а також так звана парамова – невербальне звучання повідомлень, манера передачі інформації. Наприклад, коли ми хочемо ефектно завершити промову або підкреслити значення своїх слів, ми доповнюємо наше словесне повідомлення інтонацією: надаємо своєму голосові певної висоти, гучності, темпу і тембру.

Ефективна комунікація – це обмін повідомленнями, під час якої співрозмовники демонструють взаємоповагу, і той, хто слухає, сприймає з повідомлення саме те, що має на увазі мовець

Активне слухання – неодмінна умова ефективної комунікації. Воно включає в себе зосередження, розуміння, запам'ятовування і критичний аналіз.

Складники активного слухання

Зосередження – це зосередження уваги на тому, що і як повідомляють одне одному співрозмовники. Здатність зосереджуватися можна посилити, якщо переключатися з ролі мовця на роль слухача. При цьому потрібно дослухати співрозмовника до кінця, перш ніж відповісти.

Розуміння – процес розшифрування повідомлень, тобто усвідомлення їх смислу. Розуміння потребує емпатії – здатності розпізнавання або переживання почуттів, думок і прагнень іншої людини.

Запам'ятовування – це процес накопичення отриманих від співрозмовника даних для подальшого їх відтворення.

Критичний аналіз – це процес відокремлення фактів від суджень, оцінка обґрунтованості зроблених суджень і висновків.

Уміння говорити

Вмінню говорити, або ораторському мистецтву, навчали ще в античності. Воно передбачає вміння точно формулювати свої думки, викладати їх доступним для співрозмовника мовою, орієнтуватися в спілкуванні на реакцію співрозмовника.

Фактори які можуть істотно ускладнити розуміння співрозмовника і сприйняття їм слів. До них відносяться:

- надмірне багатослівність;
- занадто маленький обсяг інформації;
- убогий словниковий запас;
- порушення логіки оповіді;
- надлишкова саркастичність (співрозмовник може не зрозуміти сенс іронічного зауваження і трактувати його по-своєму).

Критика — розгляд якогось явища, предмета, особи; його аналіз та оцінка згідно з існуючими нормами, масштабами, цінностями. Аналіз і оцінка когось чи чогось із метою виявлення та усунення вад, хиб.

Питання для самоконтролю:

1. *Що таке комунікація?*
2. *Які є основні функції спілкування?*
3. *На які види поділяється спілкування?*
4. *Яка відмінність між спілкуванням і ефективною комунікацією?*
5. *Назвіть складники, які належать до активного слухання.*

9. ФОРМУВАННЯ УМІНЬ ВИРАЖАТИ СВОЇ ПОЧУТТЯ; ВОЛОДІННЯ НЕВЕРБАЛЬНИМИ ЗАСОБАМИ СПІЛКУВАННЯ (ЖЕСТИ, МІМІКА, ІНТОНАЦІЯ ТОЩО).

*«Ні слова, ні думки, ні навіть вчинки
наші не виражають так яскраво
нас самих і наше ставлення
до світу, як наші почування...»*

К. Д. Ушинський

У будь-який момент свого життя людина так чи інакше ставиться до себе, інших людей, різних подій та явищ, що відбуваються навколо неї. Деякі події викликають у неї радість, захоплення, інші – тугу, смуток, розчарування.

У широкому розумінні терміни «емоції» і «почуття» часто вживаються як синоніми. У вузькому розумінні емоціями називають переживання, які виникають у конкретний момент, у певній ситуації, а почуттями – результат узагальнення багатьох емоцій, пов'язаних з тим чи тим об'єктом.

Емоції – це просте, безпосереднє, поверхове, короткоплинне переживання людини, що виникло в цей момент.

Почуття – це специфічно людський, узагальнений, найвищий, найглибший рівень переживань особою свого ставлення до себе, до подій, осіб, предметів, явищ тощо.

На відміну від емоцій і настроїв, почуття мають виражену об'єктивну прив'язку: вони виникають щодо чогось або когось, а не ситуації в цілому. «Я боюсь цієї людини» — це почуття, а «Мені страшно» — це емоція.

За якістю почуття виявляється ставлення особистості до праці, подій, інших людей, до самої себе. За якістю переживань відрізняють одні емоції і почуття від інших, наприклад радість від гніву, сорому, обурення, любові тощо.

Мозковий штурм «Які бувають почуття» (вправу виконують на дошці)

1. Запропонуйте дітям називати відомі їм почуття (емоції), а вчитель записує їх на дошці (записати не менш як 10, більше приємних).

2. Підкресліть одним кольором приємні емоції, іншим — неприємні.

3. Запитайте, що могло б статися, якби люди ніколи не відчували неприємних емоцій (наприклад, за відсутності страху — стрибали з висоти, перебігали дорогу перед автомобілями...).

Невербальна комунікація – комунікація за допомогою немовних засобів (жести, міміка, паузи, манери, зовнішність).

До невербальних засобів вчені відносять рухи тіла, жести (рухи рук, ніг), просторове поле між співрозмовниками, вираз очей та неправильність погляду, вираз обличчя, акустичні засоби (пов'язані з мовою і непов'язані з нею), тактильні засоби (потиск рук, поцілунки), посмішка, косметика, реакції шкіри (почервоніння, збліднення), запахи (парфуми), одяг та його колір, манери та ін.

За спорідненими ознаками ці засоби класифікують:

Акустична:

а) *праксодика* – невербальні засоби, що стосуються голосу та його вокалізації (інтонація, гучність, тембр, тональність тощо);

б) *екстралінгвістика* – вкраплення у голос (сміх, плач, покашлювання, дикція, паузи тощо).

Оптична:

а) *кінетика* – жести, міміка і пантоміміка, рухи тіла, контакт очима;

б) *проксемика* – система організації простору і часу спілкування (відстань між мовцями, дистанція, вплив території, просторове розміщення співбесідників тощо);

в) *графеміка* – почерк, символіка скорочення тощо;

г) *зовнішній вигляд* – фізіономіка, тип і розміри тіла, одяг, прикраси, зачіска, косметика тощо.

Тактильно-кінетична (таксика) – рукостискання, дотики, поплескування по плечах, поцілунок, посмішка тощо.

Ольфакторна (запахи) – запах тіла, запах косметики.

Темпоральна (хронеміка) – час очікування початку спілкування, час проведений у спілкуванні, час, протягом якого триває повідомлення мовця тощо.

Найважливішою серед невербальних засобів спілкування вважається **кінетика**.

Кінетика є “мовою тіла” (будь-який рух тіла або його частин), за допомогою якої людина свідомо чи несвідомо передає зовнішньому світу своє емоційне послання.

Жести, поза співрозмовника виражають внутрішній стан людини. Їх, як і інші компоненти невербального спілкування, не завжди можна інтерпретувати однозначно.

Багато чого залежить від загальної атмосфери і змісту бесіди, а також від індивідуальних особливостей співрозмовника. Значну роль також відіграє самовладання і ступінь володіння невербальними засобами спілкування. Так, адвокати, актори, політики і т.д. або взагалі відмовляються від жестикуляції,

або спеціально відпрацьовують міміку, жести і пози, що змушують вірити тому, що вони говорять.

Проте, можна навчитися досить точно розпізнавати внутрішній стан співрозмовника.

На думку психологів, вимовляючи що-небудь, людина, сама того не усвідомлюючи, робить певні рухи. Розглянемо деякі з них.

Ставлення людини до співрозмовника передає його *поза*.

- Якщо співрозмовник тягнеться до іншого, ловить його погляд, робить скуті жести, то можна сказати, що він прилаштується знизу до іншого.

- Якщо під час бесіди ваш партнер направляє чи повертається у бік дверей, якщо його ноги звернені до виходу, це означає, що йому хотілося б піти.

- Співрозмовник, що ходить по кімнаті, наймовірніше, ретельно обмірковує складну проблему, приймає важке рішення.

- Якщо співрозмовник однією рукою спирається на одвірок чи стіну, а іншу тримає на стегні – значить він прагне очолювати. Про це ж говорить і така поза: обидві руки на стегнах, ноги злегка розставлені.

- Співрозмовник, що сидить на стільці, недбало, закинувши ногу на ногу, – вважає себе господарем становища. Той же, хто сидить на краєчку стільця, склавши руки на колінах, навпаки – схильний підкорятися.

Положення рук

Руки у певному положенні підтверджують ставлення до співрозмовника:

- Людина, що відчуває власну перевагу, закладає руки за спину, охоплюючи зап'ястя. А от руки за спиною, сплетені в замок, говорять про те, що людина намагається заспокоїтися або хоча б приховати своє хвилювання.

- “Закладання рук за голову” – ще один жест, що виражає перевагу.

- Схрещування рук на грудях у більшості випадків виражають психологічний дискомфорт, почуття небезпеки.

- Просте схрещування рук означає, наймовірніше, що співрозмовник зайняв оборонну позицію.

Положення плечей і голови

- Співрозмовник з піднятими плечима й опущеною головою відчуває наймовірніше, інтерес, розташування до партнера, спокій.

- Співрозмовник з опущеними плечима і піднятою головою може почувати невпевненість, незадоволеність, страх, почуття презирства до партнера. Така поза – характерна для замкнених людей.

- Коли співрозмовник, слухаючи вас, трохи нахилиє голову набік, це може бути вираженням інтересу до ваших слів чи до вас особисто.

Міміка – це виразний рух м'язів обличчя, що відповідає пережитим почуттям і настроям. Будь-які зміни у виразі обличчя добре помітні і дуже часто показують найменші зміни внутрішнього стану людини.

Найінформативнішим засобом невербального спілкування, найбільш достовірним і точним сигналом є *очі*.

У стані радісного настрою зіниці стають у чотири рази більші, ніж звичайно. І, навпаки, у пригнобленому стані, при виникненні невдоволення, ненависті зіниці помітно звужуються.

Якщо співрозмовник знає значення прийомів невербального спілкування і вміло направляє свій погляд, то вже реакцію своїх зіниць він напевно не зможе контролювати. Довіряйте мимовільним жестам більше, ніж словам, погляду – більше, ніж жестам, реакції зіниць – більше, ніж напрямку погляду.

Ці засоби дають можливість краще передавати співрозмовнику потрібну думку.

Питання для самоконтролю:

1. Дайте визначення термінів : почуття, невербальна комунікація, міміка?
2. Що відноситься до невербальних засобів?

10. ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ, ЩО СПРИЯЮТЬ ДУХОВНОМУ ТА ПСИХІЧНОМУ ЗДОРОВ'Ю.

Важливими складовими здоров'язбережної компетентності є сприятливі для здоров'я спеціальні та психосоціальні компетенції (**життєві навички**).

До **психосоціальних компетенцій (життєвих навичок)** належать: позитивна самооцінка, самоконтроль, керування стресами, мотивація успіху і гартування волі, аналіз проблем і прийняття зважених рішень, критичне і творче мислення, ефективне спілкування, співчуття, розв'язання конфліктів, протистояння негативним соціальним впливам тощо.

До спеціальних компетенцій належать: санітарно-гігієнічні навички, раціональне харчування, рухова активність, загартування, організація режиму праці та відпочинку, надання першої допомоги тощо.

Здоров'язберігаюча компетентність розуміється як цілісне індивідуальне психологічне утворення особистості, спрямоване на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення. Передбачає наявність у людини комплексу сформованих навичок, до яких належать:

Самоусвідомлення та самооцінка	<ul style="list-style-type: none"> • позитивне ставлення до себе, інших людей, до життєвих перспектив; • уміння реально оцінювати свої здібності та можливості; • адекватна самооцінка; • уміння адекватно сприймати оцінки інших людей.
Навички	<ul style="list-style-type: none"> • уміння правильно виражати свої почуття;

самоконтролю	<ul style="list-style-type: none"> • уміння контролювати прояви гніву, долати тривогу; • уміння переживати невдачі; • уміння раціонально планувати час.
Мотивація успіху та тренування волі	<ul style="list-style-type: none"> • уміння зосереджуватися на досягненні мети; • розвиток наполегливості та працьовитості; • установка на успіх і віра в себе.
Аналіз проблем і прийняття рішень	<ul style="list-style-type: none"> • уміння визначати суть проблеми та причини її виникнення; • здатність сформулювати декілька варіантів розв'язання проблеми; • уміння передбачити наслідки кожного з варіантів для себе та інших людей; • уміння оцінювати реальність кожного з варіантів, враховуючи власні можливості та життєві обставини; • здатність вибирати оптимальні рішення.
Визначення життєвих цілей та програм	<ul style="list-style-type: none"> • уміння визначати життєві цілі, керуючись своїми потребами, нахилами, здібностями; • уміння визначати пріоритети й раціонально використовувати час; • уміння планувати свою діяльність, враховуючи аналіз можливостей і обставин.

Життєві навички, **сприятливі для здоров'я, безпеки і соціальної інтеграції**, набуваються у процесі діяльнісного (компетентнісного) підходу до навчання. *Компетентнісний підхід* передбачає використання на уроках інтерактивних методів, які забезпечують: активну участь кожного учня; творчу співпрацю учнів між собою і з учителем; навчання на ситуаціях, наближених до реального життя; сприятливий емоційний клімат у класі; формування відчуття класу як єдиної команди тощо.

Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю (за думкою батьків):

навички самоусвідомлення і самооцінки - позитивне ставлення до себе та інших людей, уміння реально оцінювати свої здібності й можливості;

аналіз проблем і прийняття рішень - уміння визначати суть проблеми, причини її виникнення, шляхи вирішення;

навички самоконтролю - уміння правильно виражати свої почуття, переживати невдачі, раціонально планувати свій час, контролювати прояви гніву.

Як залишатися здоровим? В основі здоров'я - фізичного і душевного - є любов до себе. Люди зазвичай лякаються любові до себе, сприймаючи її як егоїзм. Насправді любити себе – це приймати себе таким, який є, з усіма недоліками і вадами. І в жодному разі не критикувати себе. Наша підсвідомість не розуміє ні критики, ні гумору. І якщо ви говорите: я такий товстий, дурний,

хворий, - то прислужлива підсвідомість дає сигнал тілу, яке і формує таку дійсність. Необхідно говорити собі з любов'ю: я красивий, розумний, добрий. Це спрацює набагато ефективніше, ніж кілограми критики і тонни таблеток.

Крім того, згадайте, про що ви думали напередодні, перед тим, як захворіти. Чи не образили когось? Чи не подумали погано про щось? Налаштовуйтеся на краще, любіть себе, вибачайте інших — і всі хвороби відступлять.

Питання для самоконтролю:

1. *Що таке життєві навички?*
2. *Які види навичок ви знаєте?*
3. *Які життєві навички необхідні для розвитку особистості?*

11. НАВЧАННЯ УЧНІВ У ГАЛУЗІ ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКИ І СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ.

Здоров'я — безцінне надбання людини, важлива умова повноцінного і щасливого життя. Здоров'я допомагає успішно вирішувати основні життєві завдання: вчитися, працювати, спілкуватися, дружити, створювати сім'ю, виховувати дітей, здійснювати задумане, долати труднощі, а якщо доведеться, то й значні перевантаження.

Здоров'я людини — це набагато більше, ніж відсутність хвороб. Це і добре самопочуття, і енергійність, і здатність швидко відновлювати сили та успішно справлятися з хворобами.

Отже, **збереження та зміцнення здоров'я** населення загалом і молодого покоління зокрема — цінність, яка має стратегічне значення для сталого розвитку суспільства і належить до актуальних завдань розвитку сучасної України.

Взаємозв'язок здоров'я та освіти

Освітні заклади і насамперед школа, де діти, підлітки та молоді люди проводять більшість свого часу, мають величезний виховний і здоров'язбережний потенціал. Школа в тісній взаємодії з сім'єю і найближчим оточенням школяра вирішує двоєдине завдання: збереження і зміцнення здоров'я та виховання гармонійно розвиненої, освіченої, творчої, соціально активної та відповідальної особистості.

При цьому позитивне сприйняття шкільного життя учнями розглядається як ресурс для забезпечення здоров'я і благополуччя, тоді як негативне його сприйняття може бути фактором ризику, що впливає на їхнє фізичне і психічне здоров'я.

У ситуації позитивного шкільного клімату, що передбачає наявність доброзичливих, дбайливих вчителів, спостерігається не тільки вища успішність, а й більш сприятлива поведінка учнів щодо свого здоров'я.

Для актуалізації у підлітків та молоді цінності здоров'я, формування у них мотивації та поведінкових установок, необхідних для його збереження і зміцнення, в закладах освіти всіх рівнів має систематично відбуватися послідовна, цілеспрямована і комплексна навчально-виховна робота. Учні мають бути охоплені програмами з мотивації до здорового способу життя, профілактики вживання психоактивних речовин, збереження репродуктивного здоров'я.

Такі програми мають сприяти становленню ціннісних орієнтирів дитини і підлітка, готувати до дорослого життя, формувати вміння і навички самостійно ухвалювати зважені рішення, ефективно спілкуватися, адекватно висловлювати свої почуття та емоції, критично мислити, чинити опір негативному впливові й тиску з боку однолітків і дорослих, обирати моделі поведінки, що сприяють збереженню здоров'я.

Права дитини та освіта в галузі здоров'я і безпеки

Визнання державою права дітей, підлітків і молодих людей на охорону здоров'я і безпечну життєдіяльність зобов'язує державні інституції надавати їм інформацію, освіту та доступ до послуг, які дають змогу зберегти і зміцнити здоров'я.

Відповідно до **Конвенції** про права дитини, яку підписали **195 держав**, зокрема й Україна, діти мають загальні та невід'ємні права, у тому числі право на освіту, яка має бути спрямована на розвиток особистості, талантів, розумових і фізичних здібностей дитини в найповнішому обсязі (статті 28 і 29) і на отримання інформації (стаття 13).

Держави, які підписали Конвенцію про права дитини, зобов'язані забезпечувати повагу, захист і дотримання прав дітей. Освіта має відповідати найкращим інтересам і цілям сталого розвитку дитини в цілому, без дискримінації, з повагою до поглядів дитини та з її активною участю. Освіта у сфері здоров'я на засадах формування навичок є одним із засобів досягнення цих цілей.

У **1994 році на Міжнародній конференції** з народонаселення та розвитку в Каїрі представники **179 держав**, зокрема й України, визнали важливість репродуктивного здоров'я для реалізації людьми своїх основних прав. На конференції було прийнято Концепцію репродуктивних прав, яка, зокрема, передбачає, що жінки і чоловіки, дорослі та молоді мають право отримувати повну і достовірну інформацію про статеве репродуктивне здоров'я, його збереження, зокрема про попередження інфекцій, що передаються статевим шляхом, та про запобігання небажаній вагітності.

Пріоритети здоров'я та безпеки у світовій освіті

Освіта у галузі здоров'я, безпеки та соціальної інтеграції визначається у світі як один із пріоритетних напрямів.

Організація Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури (ЮНЕСКО) у 2014 році визначила вісім ключових галузей для набуття компетентностей XXI століття, з яких три галузі безпосередньо стосуються здоров'я, безпеки та соціальної інтеграції.

Фізичне благополуччя
Психологічне благополуччя
Соціальна згуртованість
Культура і мистецтво
Комунікація і мовна грамотність
Рахування і математика
Пізнання і методи навчання (уміння вчитися)
Наука і технології, зокрема цифрова грамотність

У січні 2018 року Європейський парламент і Рада ЄС схвалили Рамкову програму оновлених ключових компетентностей для навчання протягом життя, серед яких «Особиста, соціальна, навчальна». Ця компетентність також передбачає навчання у галузі здоров'я, безпеки і соціального благополуччя.

Пріоритети здоров'я та безпеки в українській освіті

Чинні держані стандарти початкової та загальної середньої освіти визначають освітні галузі, обов'язкові для всіх закладів загальної середньої освіти. Серед таких галузей дві стосуються здоров'я, безпеки та успішної соціалізації.

Здоров'я та фізична культура
Соціальна і здоров'язбережна

Зазначимо, що двома із шести основних принципів концепції «Нова українська школа» є:

Здоров'я: формування здорового способу життя і створення умов для фізичного й психоемоційного розвитку, що надзвичайно важливо для дітей молодшого шкільного віку.

Безпека: створення атмосфери довіри і взаємоповаги. Перетворення школи на безпечне місце, де немає насильства і цькування.

Питання для самоконтролю:

1. Який заємовзв'язок має здоров'я та освіта?
2. Які принципи із концепції НУШ пов'язані із безпекою і здоров'ям ?
3. Назвіть галузі, які стосуються здоров'я, безпеки та успішної соціалізації.

12. ЗМІСТ ШКІЛЬНИХ ПРОГРАМ ІЗ ПИТАНЬ ЗДОРОВ'Я ТА БЕЗПЕКИ.

Узагальнений зміст шкільної превентивної освіти наведено у таблиці.

Тематичні блоки превентивної освіти		Зміст тематичних блоків
Життя і здоров'я людини		Безпека, здоров'я, здоровий спосіб життя, безпека життєдіяльності
		Розвиток дитини (фізичний, психічний, соціальний)
Фізичне здоров'я		Особиста гігієна
		Рухова активність і загартування
		Раціональне харчування
		Режим праці і відпочинку. Профілактика «шкільних захворювань»
Соціальне здоров'я	Соціальне середовище здоров'я	Ефективне спілкування
		Соціальна взаємодія (культура взаємин між статями, робота в команді, співчуття, мирне розв'язання конфліктів)
		Протидія соціальному тиску і дискримінації
		Профілактика соціально небезпечних захворювань і шкідливих звичок
	Безпечне довкілля	Небезпечні місця і ситуації
		Безпека у школі
		Побутова безпека
		Дорожня безпека
		Пожежна безпека
		Соціальна безпека
		Безпека на природі
		Надзвичайні і екстремальні ситуації
		Надання невідкладної допомоги
	Емоційне благополуччя (самоконтроль, керування стресами, мотивація успіху і гартування волі)	
	Інтелектуальне благополуччя (уміння вчитись, аналіз проблем і прийняття рішень, критичне і творче мислення)	
	Духовне благополуччя (орієнтація на загальнолюдські цінності, пізнавальні, естетичні, етичні потреби, потребу у самореалізації)	
Психічне та духовне здоров'я		

Питання для самоконтролю:

1. Назвіть тематичні блоки превентивної освіти?
2. Що є змістом тематичного блоку «Життя і здоров'я людини»?
3. Що є змістом тематичного блоку «Соціальне здоров'я»?
4. Що є змістом тематичного блоку «Фізичне здоров'я»?
5. Що є змістом тематичного блоку «Психічне та духовне здоров'я»?

13.КОМПЕТЕНТНІСНИЙ ПІДХІД ДО НАВЧАННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.

Компетентність - це володіння людиною відповідною компетенцією, що містить її особистісне ставлення до предмета діяльності.

Освітня компетенція – це здібність учня виконувати нелегкі види діяльності, це особиста якість, яка уже склалась.

Освітня компетенція існує в реальному проміжку часу, вона належить особистості та може підлягати афективним трансформаціям, а також, має емоційне забарвлення.

В порівнянні з іншими результатами освіти компетенція це:

- а) інтегрований результат освіти;
- б) проявляється ситуативно;
- в) існує як потенціал, який наповнюється конкретним змістом та проявляється в конкретній ситуації.

Компетентність:

- а) інтегрований результат освіти;
- б) на відміну від функціональної грамотності дозволяє розв'язувати цілий клас задач;
- в) на відміну від навички є усвідомленою (передбачає етап визначення мети);
- г) на відміну від уміння є здатною до перенесення (пов'язана з цілим класом предметів впливу), удосконалюється не шляхом автоматизації та перетворення на навичку, а шляхом інтеграції з іншими компетентностями: через усвідомлення загальної основи діяльності зростає компетентність;
- д) на відміну від знання існує у формі діяльності (реальної чи мисленнєвої), а не інформації про неї . урахуванням вимог навчальних досягнень учня за весь період навчання в школі, у суспільстві, забезпечення його спроможності відповідати сьогоднішнім запитам суспільної, політичної та економічної сфер для швидкої адаптації, як в майбутній професії так і в суспільному житті.

Компетентнісний підхід тісно пов'язаний із такими підходами до навчання, як:

- особистісно орієнтований (оскільки потребує трансформації змісту освіти, перетворення його з моделі для «всіх» на суб'єктивні надбання одного учня, що їх можна виміряти);

- діяльнісний (тому що може бути реалізований тільки в діяльності, тобто в процесі виконання конкретним учнем певного комплексу дій).

Види компетентності:

- навчальна (вміння здобувати інформацію з різноманітних джерел різними способами, виділяти головне, аналізувати, оцінювати, використовувати на практиці; складати алгоритм навчальної діяльності; здійснювати навчальну діяльність у взаємодії; прогнозувати результат такої діяльності, докладати зусилля до його досягнення; формулювати, висловлювати, доводити власну думку; здатність навчатися протягом усього життя, підвищувати професійний рівень);

- здоров'язберігаюча компетентність (здатність зберігати фізичне, соціальне, психічне та духовне здоров'я – своє та інших людей);

- соціальна компетентність (здатність до співробітництва в групі та команді, мобільність, уміння адаптуватись і визначати особисті цілі та виконувати різні ролі й функції в колективі, планувати, розробляти й реалізовувати соціальні проекти індивідуальних і колективних дій; уміння визначати й реалізовувати мету комунікації в залежності від обставин; підтримувати взаємини; розв'язувати проблеми в різних життєвих ситуаціях);

- загальнокультурна компетентність (спроможність аналізувати й оцінювати досягнення національної, європейської та світової науки й культури, орієнтуватися в культурному й духовному контексті сучасного суспільства; знати рідну й іноземні мови, інтерактивно їх використовувати; опановувати моделі толерантної поведінки, створювати умови для конструктивної співпраці в умовах культурних, мовних і релігійних відмінностей між людьми та народами; застосовувати методи самовиховання, орієнтовані на систему загальнолюдських цінностей)

- компетентність щодо інформаційних і комунікативних технологій (уміння використовувати джерела інформації, зокрема ІКТ, для власного розвитку, технічна компетентність, уміння раціонально використовувати комп'ютер для пошуку, опрацювання й систематизації, зберігання й передавання інформації, оперувати технологіями та знаннями, що задовольняють потреби інформаційного суспільства);

- громадянська компетентність (здатність орієнтуватися в проблемах суспільно-політичного життя, здійснювати захист своїх громадянських прав та інтересів; взаємодіяти з органами державної влади на користь собі й суспільству);

- підприємницька компетентність (співвідносити власні економічні інтереси з наявними матеріальними, трудовими й природними ресурсами, інтересами інших людей та суспільства; бути готовим активно діяти, організовувати власну трудову й підприємницьку діяльність і працю колективу; змінюватись і пристосовуватись до нових потреб ринку праці; оцінювати власні професійні можливості та здібності; складати й реалізувати плани підприємницької діяльності, приймати економічно обґрунтовані рішення; презентувати інформацію про результати власної економічної діяльності).

• **Питання для самоконтролю:**

1. *Що таке «компетентність»?*
2. *З якими підходами до навчання компетентнісний підхід тісно пов'язаний ?*
3. *Назвіть види компетентності?*
4. *Що таке освітня компетенція?*

14. РОЗВИТОК УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ (ФІЗИЧНИЙ, ПСИХІЧНИЙ, СОЦІАЛЬНИЙ).

Фізичний розвиток учнів початкових класів.

Рівень фізичного розвитку в дитячому віці є одним з об'єктивних показників стану здоров'я дитячого населення. На жаль, погіршення здоров'я молодого покоління в Україні набуло в останні роки стійкого характеру. За результатами комплексних медичних обстежень, проведених спеціалістами в різних регіонах нашої країни, приблизно 50 % дітей молодшого шкільного віку вважаються здоровими, решта мають уже ті чи інші відхилення у фізичному розвитку та стані здоров'я.

Дослідженнями встановлено, що найчастіше причиною різних відхилень у фізичному розвитку та стані здоров'я дітей є недостатня рухова активність, яка прогресує з кожним роком, а також соціальні, економічні та технологічні зміни, що відбуваються в нашій країні.

Фізична культура відіграє важливу роль у формуванні, зміцненні й збереженні здоров'я учнів, підвищенні їхньої фізичної та розумової працездатності. Серед показників, що значною мірою обумовлюють рухову активність школярів, основним є фізичний розвиток.

Важливим показником нормального фізичного розвитку дитини є правильна постава, яка зумовлює нормальне положення і функціонування внутрішніх органів. Формування правильної постави залежить від багатьох умов, а саме від того, як учень ходить, стоїть, сидить, чи виконує ранкову гімнастику, фізкультхвилинки на уроках, ігри та вправи на перервах. Фізичні вправи є основним засобом формування правильної постави.

Рухова активність, яку дитина здійснює в процесі фізичного виховання, є необхідною умовою нормального розвитку його центральної нервової системи. Існує тісний тісний взаємозв'язок між руховою діяльністю дитини та її розумовим розвитком.

Виконання цілеспрямованих рухових дій займає важливе місце в житті дітей молодшого шкільного віку і є одним з дієвих чинників розвитку їх емоційно – вольової сфери, джерелом позитивних емоцій.

Психічний розвиток учнів початкових класів.

Психічне здоров'я, за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я – це стан, що сприяє найповнішому фізичному, розумовому й емоційному розвитку людини.

У психологічній літературі виділяють три рівня психічного здоров'я людини це:

- **психофізіологічний** (визначається станом і функціонуванням центральної нервової системи);
- **індивідуально-психологічний** (характеризується станом і функціонуванням психічної діяльності);
- **особистісний** (визначається співвідношенням потреб людини з можливостями та вимогами соціального середовища).

У науковій літературі виділяють п'ять етапів розвитку психічного навантаження: 1) оптимальний; 2) стан норми; 3) стомленість; 4) втома; 5) перевтома. Два перших етапи не порушують психічне здоров'я дитини, тоді, як наступні три його руйнують.

Для кращого розуміння питання розвитку етапів психічного навантаження доречно з'ясувати сутність понять "стомлення", "втома", "перевтома".

Поняття "**стомлення**" характеризується, як суб'єктивне виявлення втоми, яке супроводжується ослабленням організму, відчуттям деякої розбитості, небажанням працювати. У свою чергу "втома" – відсутність, чи зниження працездатності всього організму або окремих органів і систем органів у результаті виконаної роботи. "**Перевтома**" – хронічний стан, який може перейти у захворювання, яке виявляється низкою ознак: ослаблення психічних функцій (мислення, сприймання, засвоєння, пам'ять, увага, головний біль, порушення нормального сну, безсоння, погіршення апетиту, апатія).

Психічне здоров'я молодшого школяра залежить від багатьох чинників, серед яких: сім'я, школа, телебачення та інші засоби масової інформації (ЗМІ). Однак із школою безпосередньо пов'язані такі фактори, як вікові кризи в період 6-7 років і велике розумове навантаження. Це і є основною причиною виникнення перевантажень і погіршення психічного здоров'я молодших школярів.

Для збереження психічного здоров'я молодших школярів дуже важливо правильно організувати навчально-виховний процес. У свою чергу керівництво школи і вчитель початкових класів зобов'язані уважно слідкувати за психофізіологічним станом кожної дитини; відповідністю навчального навантаження згідно вікових та індивідуальних можливостей школярів; дотримуватися раціонального режиму праці та відпочинку; створити оптимальні умови середовища навчання, які відповідають гігієнічним нормативам.

Також, у даному процесі важлива роль належить медичному працівнику школи, який обов'язково стежить за харчуванням дітей (надавати перевагу вітамінізованим продуктам); дотриманням режиму дня (гармонізувати навантаження та уникати перевтоми, позитивно налаштувати на співпрацю, застосовуючи "золоті правила спілкування", цінувати й поважати кожную особистість, розуміти, визнавати і приймати її, як найвищу цінність).

У свою чергу вихователь продовженого дня повинен навчати дітей помічати й радіти найпростішим речам, які їх оточують; прищеплювати любов до рідної

землі, шанобливе ставлення до старших; привчати співпереживати з іншими, поділяти успіхи та невдачі інших людей; намагатися розвивати сили та можливості дітей, дарувати їм радість успіху в навчальній діяльності.

Важлива роль у збереженні психічного здоров'я молодших школярів належить практичному психологу школи, який повинен розробляти поради для вчителів і батьків, як зберегти і зміцнити психічне здоров'я дитини, подолати негативні прояви в суспільному житті, зберегти спокій, рівновагу, вселити надію на краще майбутнє.

У даному випадку є доречними слова В.О. Сухомлинського "... вчитель має знати і відчувати, що на його совісті – доля кожної дитини".

Соціальний розвиток учнів початкових класів.

Наступний етап соціального розвитку людини - це перехід до особистісної форми спілкування. Вона характерна для дітей віком 6-7 років. У цей час питання малюків набувають конкретну спрямованість - вони все частіше запитують про людину та її призначення. На даному етапі дорослий є в очах дитини всемогутнім, тобто прикладом для наслідування. Дуже важливо відчувати цей момент і надати маляті необхідну допомогу і підтримку, особливо якщо він у чомусь сумнівається або переживає з якої-небудь причини. У цьому віці у дитини починає формуватися свій власний стиль поведінки, правда, поки за аналогією з образом дій знаходиться поруч дорослого. Тому дуже важливо, хто перебуває з малюком в даний момент, - він надзвичайно схильний до впливу і гнучкий як пластилін. У віці 6-7 років йому життєво необхідне спілкування з ровесниками: у цьому випадку соціальний розвиток дитини протікає більш гармонійно і рівно. Соціалізація малюків повинна проходити найбільш безболісно, і відповідну атмосферу для цього процесу повинен створити дорослий - вчитель або вихователь. Так кожен в колективі буде почувати себе частиною єдиного цілого і одночасно зможе зберегти свою індивідуальність.

Найпростіше діти адаптуються до соціального середовища під час ігор. Варто звернути увагу на характер маніпуляцій, вироблених дітьми: найчастіше це дії, що копіюють поведінку дорослих. Малюк створює уявну ситуацію, приміряючи на себе життєві ролі батьків, вчителів, лікарів, тим самим несвідомо готуючи себе до входу у великий світ. Гра корисна ще й тим, що в процесі дитина вчиться знаходити вихід із різних ситуацій, у тому числі і тих, в основі яких лежить протиріччя, конфлікт. Звичайно, ігрова діяльність не єдиний фактор, який сприяє соціальному розвитку дітей. Дуже важливі заняття і вправи, що дозволяють розвивати кругозір, обов'язкові знайомство з літературою і музикою і, звичайно ж, довірчі бесіди з батьками та педагогами, в ході яких у малюків з'являється можливість обговорити вчинки і думки.

Питання для самоконтролю:

- 1. Що є Важливим показником нормального фізичного розвитку дитини?*
- 2. Що є основним засобом формування правильної постави?*

3. Поясніть поняття "стомлення", "втома", "перевтома"?
4. Від яких чинників залежить психічне здоров'я школяра?
5. Під час чого діти найпростіше адаптуються до соціального середовища?

15. СОЦІАЛЬНА ВЗАЄМОДІЯ (КУЛЬТУРА ВЗАЄМИН МІЖ СТАТЯМИ, РОБОТА В КОМАНДІ, СПІВЧУТТЯ, МИРНЕ РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ).

Поняття соціальної взаємодії. Основна одиниця. людської поведінки - це дія. Все, що ви можете зробити - є дією: встати ранком з ліжка, одягтися, поснідати, увійти в аудиторію, прочитати речення і таке інше. Деякі наші дії не виконуються ні для кого крім нас самих, але більшість наших дій зачіпає наші стосунки з іншими людьми, і таким чином, складають елементи взаємодії з ними.

Дії, що зачіпають будь-які інтереси хоча б однієї іншої людини, (тобто впливають на умови задоволення якої-небудь її потреби), називають. **соціальними діями. ... Посилання**

Це широке визначення, тому що суб'єкт дії може іноді не знати, що наслідки його дії зачіпають інтереси інших людей (опосередкована дія через невідомі суб'єкту зміни у природному навколишньому середовищі). Тому на мікросоціологічному рівні вживають інше, більш вузьке визначення соціальної дії.

Соціальна дія у мікросоціологічному розумінні, - це поведінка, що або зорієнтована на інших людей, або відбувається під їх впливом. Навіть якщо людина просто поводить себе так, щоб не заважати іншим людям, тобто щоб не зачіпати їх інтереси, - це соціальна дія. Наприклад, людина у читальному залі намагається працювати тихо (або - навпаки) це теж соціальна поведінка.

Коли люди у своїй поведінці беруть до уваги один одного, тоді їх соціальні дії складаються у соціальну взаємодію. у мікросоціологічному розумінні цього терміну. В цьому розумінні соціальна взаємодія. – це обопільний та взаємний вплив двох або більше людей на поведінку один одного.

Саме тому **соціальна взаємодія складається** із взаємного впливу між діями різних людей, це так би мовити, «будівельна цеглинка», з якій складаються всі процеси соціального життя. Без соціальної взаємодії людина не може одержати ані знань, ані вмінь, які необхідні їй, щоб стати діючим членом суспільства. Без соціальної взаємодії були б неможливі будь-які соціальні інституції чи групи [3].

Взаємодія школи і сім'ї в єдиному соціалізуючому процесі виконує інформаційну, виховну, власне соціалізуючу, контролюючу і інші **функції** та передбачає:

**вивчення сім'ї з метою виявлення її можливостей щодо соціалізації власних дітей і дітей класу (школи);*

**групування сімей за принципом можливості використання їх потенціалу для соціалізації власних дітей і дітей класу (школи);*

**складання програми спільних дій школи і батьків;*

**аналіз проміжних і кінцевих результатів спільної діяльності*

Усі **форми соціальної взаємодії школи і сім'ї** умовно розділяємо на три групи:

- **колективні (масові)**, до яких відносимо: загальношкільні і класні батьківські збори, науковопрактичні конференції, виставки і огляд педагогічної літератури, концерт дитячої художньої самодіяльності, інформування керівників школи, університет педагогічних знань, відкриті уроки для батьків (у присутності батьків), анкетування батьків, обговорення статей з періодичного друку, день відкритих дверей або батьківський день тощо;

- **групові**, серед яких відзначимо: звіти членів батьківського комітету, екскурсії, обмін досвідом виховання дітей, ділові ігри, психотехнічні вправи, педагогічні дискусії, сімейні клуби та ін.;

- **індивідуальні**, до яких, на нашу думку, належать: бесіди, консультації на психологопедагогічні теми, індивідуальна участь батьків у виховних заходах (ранки, вечори, ігри), виконання індивідуального педагогічного доручення, листування тощо.

Найбільше значення для підлітків мають **дружні стосунки**, які допомагають їм у формуванні особистості, розвитку соціальних навичок та підвищенні самоповаги і самостійності. Молоді люди, що сприймають свою школу як сприятливе середовище, скоріше долучаються до позитивних, здорових форм поведінки і мають більш високі результати щодо здоров'я, серед яких висока суб'єктивні оцінки стану свого здоров'я, засвідчують вищий рівень задоволеності життям, менше скарг на здоров'я і низька поширеність куріння.

Соціальна взаємодія як знакова взаємодія. Інтеракціоністи звертають увагу на те, що люди живуть водночас удвох середовищах - фізичному та знаковому. Те, що відбувається навколо людини, вона відбиває у думці та витлумачує.

Людина не реагує безпосередньо на те, що бачить, чує або відчуває іншим чином - вона спочатку намагається оцінити, що отримані відчуття означають, що стоїть за ними.

Наприклад, сорочка це не є просто поєднання певних візуальних та тактильних впливів на відповідні органи чуттів. Ми надаємо їм певного значення, коли визначаємо сорочку саме як предмет одягу, а не, наприклад, як «простирадло» або «прапор». Крім того, виходячи з фасону та якості сорочки, у яку одягнута людина, ми можемо зробити деякий висновок щодо соціального стану самої людини. А якщо людина одягнута у певну форму, то ми можемо зробити висновок про її професію, а іноді також і про її ранг.

Взагалі можна сказати, що ми спрямовуємо свою поведінку саме тими значеннями, які ми надаємо подіям, людям та речам, взагалі всьому, що відбувається навколо нас. Якщо б ми не визначали цих значень, наші дії були б випадковими та хаотичними. І тому інтеракціоністи говорять, що наші

визначення ситуацій є вирішальними для соціальної взаємодії. Визначення ситуації - це те тлумачення, яке ми даємо нашому безпосередньому (найближчому) оточенню.

У своїй думці ми уявляємо собі наше середовище, репрезентуємо його собі за допомогою знакових засобів, складаємо про нього певне враження та оцінюємо можливий для нас напрямок дій. З точки зору інтеракціоністів, те, що ми називаємо «фактами», самостійного існування не має, незалежного від людей, які їх спостерігають та надають їм певного значення. Так звані «дійсні» факти це, з точки зору інтеракціоністів - способи визначення людьми різноманітних ситуацій.

Якщо Вам потрібно купити хліба, перетнути вулицю із жвавим транспортним рухом або співати у хорі, Ви мусите надати відповідальній ситуації таке саме значення, як надають їм продавець хліба, водії транспорту або інші співаки хору. Тільки таким шляхом Ви можете виконати разом з іншими людьми відповідну спільну дію.

Можна сказати, що взагалі нам вдається вести спільне життя з іншими людьми саме завдяки тому, що у більшості випадків наші визначення ситуацій спільної дії в основному співпадають.

З цієї точки зору, культура виступає як погоджені значення, або як визначення ситуацій, що поділяються членами суспільства. Відповідно, соціалізація визначається як процес, через який визначення ситуацій, що поділяються членами суспільства, передаються наступному поколінню.

Запитання для самоконтролю:

1. *Що таке соціальна взаємодія?*
2. *З чого складається соціальна взаємодія?*
3. *Які форми соціальної взаємодії школи і сім'ї вам відомі?*

16. ПРОФІЛАКТИКА ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК

Останнім часом усе більш актуальною стає загострення проблеми поширення шкідливих звичок (куріння, алкоголізму, наркоманії, токсикоманії) серед дітей та молоді. **До основних причин поширення цих шкідливих звичок належать:**

- Відсутність організованого проведення вільного часу (недоступність і дорожнеча занять спортом чи інших занять, таких як музика, танці, прикладне мистецтво та ін.).

- Цікавість.

- Прагнення до самовираження (утвердити своє власне «Я», виділити себе із загальної маси чи показати власну індивідуальність).

- Психологічні проблеми (непорозуміння з батьками, неблагополучні домашні та сімейні обставини, проблеми в школі, стосунки з дівчиною чи

хлопцем та ін.), позбутися яких, вважає молодь, можна за допомогою алкоголю, тютюну, наркотиків.

- Тютюнокуріння, прийом алкоголю чи наркотичних речовин як стимуляторів на дискотеках, для відчуття вибуху емоцій, входження в певний стан і переживання таких відчуттів, яких важко досягти інакше.

- Агітація з боку знайомих чи друзів, які курять, вживають алкоголь та вже мають чи мали досвід вживання наркотиків.

- Реклама й пропаганда в засобах масової інформації.

- Непоінформованість щодо наслідків вживання наркотичних речовин, алкоголю, тютюнокуріння та недооцінка небезпеки.

Найголовніше в боротьбі зі шкідливими звичками - **це їхня профілактика.**

Отже, **профілактика шкідливих звичок** - це складна система комплексних, державних і суспільних, соціально-економічних і правових, медико-санітарних, психолого-педагогічних і психологічних заходів. Увесь комплекс профілактичних заходів умовно поділяють на три типи:

Первинна профілактика - це в основному соціальна профілактика, масова й найефективніша. Основа цього типу профілактики - утвердження здорового способу життя кожної людини і всього суспільства. Здоровий спосіб життя означає повноту залучення людини до різноманітних форм і способів соціальної діяльності відповідно до оптимального й гармонійного розвитку всіх його підструктур - тілесної, психічної, соціальної. Одним з головних моментів у первинній профілактиці шкідливих звичок є загальнопрофілактичні заходи, спрямовані на усунення всіх причин та умов, що сприяють їхній появі та поширенню.

Вторинна, або соціально-медична профілактика спрямована на виявлення найбільш ранніх змін в організмі для здійснення негайного повного й комплексного лікування, оздоровлення мікросоціального середовища та застосування різних виховних заходів.

Третинна, або медична профілактика спрямована на запобігання прогресуванню захворювання, переходу його у важку стадію, попередження загострень та ускладнень, а також зниження рівня інвалідності та смертності.

Стан здоров'я дітей є однією з пріоритетних проблем суспільства, зокрема сім'ї та школи. Потрібно захистити наше підростаюче покоління від найстрашніших лих - куріння, алкоголізму та наркоманії (токсикоманії). І тут не може бути байдужих.

Успіх у боротьбі зі шкідливими звичками значною мірою залежить від правильного виховання підростаючого покоління. Цілеспрямована робота профілактики шкідливих звичок, боротьба за здоров'я людини має починатися з раннього дитинства, коли діти вже починають формувати свої поняття про куріння, алкоголь, наркотичні засоби та наслідки їхнього зловживання. Приклад для них - їхні батьки. Діти наслідують їх і, як правило, на все життя зберігають ці добрі тички.

Не менш важливим етапом у боротьбі зі шкідливими звичками є виховна робота з учнями в школі. Педагогічний колектив шкіл повинен сприяти

створенню безпечних умов для життя й здорового розвитку дитини, формування навичок здорового способу життя. Саме перед школою постає нагальна потреба допомогти молодим людям уникати вживання тютюну, алкоголю та інших психоактивних речовин та відчутти переваги здорового способу життя.

У багатьох школах організація заходів щодо профілактики шкідливих звичок будується на основі цільових програм, об'єднаних загальною концепцією профілактичної роботи.

Завданнями цільової програми є:

- ознайомити учнів з небезпечними наслідками тютюнокуріння, алкоголізму, наркоманії, токсикоманії (адміністрація та медичні працівники школи);

- переконати учнів у тому, що той, хто обирає здоровий спосіб життя, поважається суспільством не менше, ніж той, хто курить, уживає алкоголь чи наркотичні речовини (практичний психолог, соціальний педагог, учнівське самоврядування);

- довести, що тютюнокуріння, вживання алкоголю чи наркотиків не сприяють досягненню дорослості (класні керівники, учнівське самоврядування);

- навчити підлітків визначати та опиратися тиску оточення щодо шкідливих звичок (класні керівники, учнівське самоврядування);

- навчити самостійно приймати раціональне рішення щодо вживання тютюну, алкоголю, наркотичних речовин та робити вільний вибір при повній поінформованості (актори соціально-психологічного театру, педагог-організатор).

Під розвитком альтернатив вживання наркотиків розуміється залучення до різних продуктивних видів діяльності (наприклад, спорт, різні гуртки, секції під час канікул, хобі). У теорії ця стратегія здається розумною, але на практиці вона не показала конкретної користі стосовно зловживання речовинами.

Крім того, тренування вміння чинити опір уявляється перспективнішим. Це навчання охоплює комбінацію наступних інформаційних і поведінкових стратегій:

1. розвиток вміння розв'язувати проблеми й ухвалювати рішення;
2. розвиток вміння розпізнавати міжособові й масові (реклама алкоголю і сигарет) форми агітації, а також вміння чинити їм опір;
3. збільшення самосвідомості й самоповаги;
4. навчання мистецтва справлятися з неспокоєм і стресом без використання наркотиків;
5. поліпшення міжособистісних якостей, таких, як вміння завести розмову;
6. розвиток твердості, вміння висловлювати незадоволення і злість, а також вміння повідомляти про свої потреби;
7. розвиток уявлення про дію тютюну, алкоголю, наркотиків на здоров'я.

Програма повинна бути заснована на активних методах і соціально-психологічного навчання і підкреслювати важливість активного способу

пізнання, тобто методу, що спонукає тих, кого навчають, приймати усвідомлене рішення та робити вільний вибір на основі набутих знань.

Будь-яка робота стосовно профілактики шкідливих звичок повинна проводитися спеціально навченим персоналом із числа працівників школи в рамках комплексних програм на базі ствердженої концепції профілактичної роботи.

Просвітницькі програми повинні вестися протягом усього періоду навчання дитини в школі: починатися з молодших класів та продовжуватися до випуску.

У ході програм має надаватися точна й достатня інформація про куріння, алкоголь, наркотичні речовини та їхній вплив на психічне, психологічне й фізичне здоров'я, а також соціальне та економічне благополуччя людини. Звісно, цю інформацію треба надавати з урахуванням особливостей аудиторії (статі, віку й переконань).

При проведенні профілактичної роботи недопустимі:

- використання тактики залякування (оскільки підлітки абстрагуються від тих страхів, про які ми їм розповідаємо і вважають, що вони не мають до них прямого відношення);

- перекручування і перебільшення негативних наслідків уживання тютюну, алкоголю, наркотичних речовин;

- надання помилкової інформації, оскільки підлітки сьогодні досить добре поінформовані.

Необхідно робити акцент на пропаганді здорового способу життя, на формуванні життєвих навичок, обов'язкових для того, щоб протистояти бажанню спробувати алкоголь, тютюн, наркотики в момент стресу, ізоляції чи життєвих невдач.

Систему загальних методів і конкретних методичних прийомів організації профілактики шкідливих звичок можна віднести до організаційно-дієвої технології навчання, котрій належить першорядне місце в чіткій, поетапній системі підготовки учнів до сприйняття спеціальної інформації. Стратегією цієї технології є формування в молоді емоційно-ціннісної сфери (стійкої мотивації до володіння здобутими знаннями в реальному житті, орієнтування на здоровий спосіб життя, зацікавлення свідомою пізнавальною діяльністю на уроках із основ здоров'я, відповідального ставлення до навчання, бажання вивчати способи запобігання венеричним та інфекційним хворобам).

У результаті цього учні навчаються передбачати наслідки своєї поведінки, усувати негативні причини, дотримуватися правил безпечної поведінки, знаходити способи виходу зі скрутних чи надзвичайних життєвих ситуацій і приймати спільне рішення щодо збереження власного здоров'я та життя інших.

Проектування адаптивного освітнього простору під час організації профілактичної роботи з учнями відбувається за різними видами пізнавальної діяльності:

На інформаційно-пошуковому рівні, що передбачає збирання та аналіз літератури, презентацію доповіді, реферату.

На дослідницькому - цілеспрямовання учнів на глибоке вивчення проблеми, захист власних гіпотез і способів їхньої реалізації, проведення досліджень.

На продуктивному, що уможлиблює творчий підхід до розв'язання проблеми, демонстрування оригінальності мислення під час обговорення механізму подолання негативних соціальних явищ, процесів.

На драматизаційному - створення умов для імітаційного моделювання (ігрового підходу).

На практично зорієнтованому, якому належить спрямування на розв'язання реальних життєвих проблем, життєвих ситуацій, прийняття рішень. Загальною ознакою для всіх видів співпроективної діяльності є залучення учнів до колективного співробітництва; цей вид взаємодії завжди особистісно-зорієнтований.

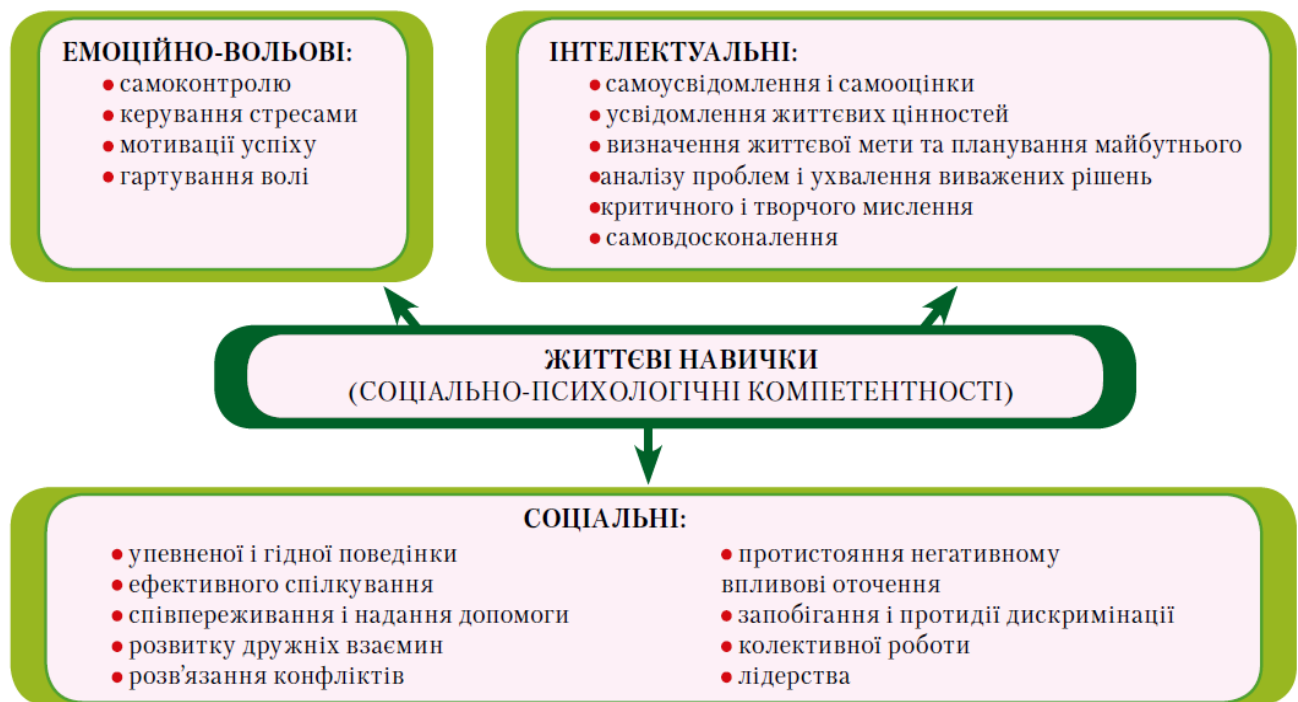
Упровадження особистісно-зорієнтованої педагогічної технології відіграє провідну роль у формуванні громадянської відповідальності школярів, гуманного й дбайливого ставлення до здоров'я та життя інших.

Питання для самоконтролю:

- 1. При проведенні профілактичної роботи недопустимі...?*
- 2. Найголовніше в боротьбі зі шкідливими звичками є...?*
- 3. Назвіть завдання цільової програми.*
- 4. Профілактика шкідливих звичок – це...?*

17. ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ (САМОКОНТРОЛЬ, КЕРУВАННЯ СТРЕСАМИ, МОТИВАЦІЯ УСПІХУ І ГАРТУВАННЯ ВОЛІ).

Життєві навички — це здатність до адаптації, позитивної поведінки та подолання труднощів щоденного життя. Не існує єдиної загальновизнаної класифікації життєвих навичок. Найчастіше життєві навички об'єднують у дві групи – внутрішньоперсональні (психологічні) та міжперсональні (комунікативні) навички. Внутрішньоперсональні навички поділяють на інтелектуальні (когнітивні) та емоційно-вольові.



Емоційне благополуччя

Найважливішим критерієм емоційного благополуччя є відчуття психологічної рівноваги, яку пов'язують із гармонійною організацією психіки та її здатністю адаптуватися до стресів. Психологічно врівноважені люди більше насолоджуються життям і легше долають виклики та проблеми. Вони навіть інакше ставляться до них.

«Здорова людина бачить у проблемах можливості, а хвора — у можливостях проблеми», — зауважив відомий психіатр Алан Фром.

Люди з високим рівнем психологічної рівноваги демонструють:

- позитивну самооцінку, яка тісно пов'язана зі здатністю керувати своїм життям;
- послідовність і передбачуваність, що свідчить про сформованість характеру;
- цілеспрямованість, яка ґрунтується на позитивному баченні майбутнього і потребі у самореалізації;
- автономність (незалежність), яка забезпечується умінням ухвалювати відповідальні рішення;
- відчуття єдності з іншими людьми, що приносить у життя стабільність і наповнює його сенсом.

Психологічно врівноважені люди краще усвідомлюють свої почуття і вміють висловити їх з повагою до інших. Замість негайно реагувати на ситуацію, вони завжди намагаються ухвалити зважене рішення, керуючись моральними цінностями та відповідальністю. Не дивно, що здатність до самоконтролю сприяє кращим соціальним комунікаціям та зменшенню проявів депресії.

Емоційно-вольові навички

Навички самоконтролю:

- уміння контролювати прояви гніву;
- уміння долати тривогу;
- уміння переживати невдачі.

Керування стресами:

- уміння раціонально планувати час;
- позитивне мислення;
- уміння застосовувати методи релаксації;
- уміння пережити горе, втрату, травму, насильство.

Мотивація до успіху і тренування волі:

- віра в те, що ти — господар свого життя;
- здатність зосереджуватися на досягненні мети;
- розвиток цілеспрямованості і працьовитості.

Питання для самоконтролю:

1. *Що таке життєва навичка?*
2. *Які є групи життєвих навичок?*
3. *Як поділяються внутрішньоперсональні навички?*
4. *Що належить до емоційно-вольових навичок?*

18.ІНТЕЛЕКТУАЛЬНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ (УМІННЯ ВЧИТИСЬ,АНАЛІЗ ПРОБЛЕМ І ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ, КРЕТИЧНЕ І ТВОРЧЕ МИСЛЕННЯ)

Інтелектуальне благополуччя сприяє формуванню й зміцненню в школярів внутрішніх джерел мотивації не тільки щодо навчальної діяльності, але й до саморозвитку своїх інтелектуальних, творчих здібностей, а також їх успішної соціалізації, розвитку творчої, пошукової, дослідницької активності та навички колективно злагоджених дій.

Показником інтелектуального благополуччя є інтелектуальна мобільність.

Інтелектуальна мобільність – це спроможність дитини аналізувати, оцінювати та творчо використовувати зростаючі потоки інформації, її здатності застосовувати свої знання і досвід для розв'язання навчальних і соціальних завдань, здатності продукувати нові ідеї.

Уміння вчитися — це ефективне використання всіх ресурсів розуму: інтелекту, уваги, сприйняття, пам'яті, відтворення, мислення, це здатність успішно розв'язувати проблемні ситуації, планувати свій час та досягати поставленої мети. Якщо ви хочете бути успішними, вам доведеться бути проєктивними, тобто діяти згідно зі своїми життєвими принципами, незалежно від умов та обставин, та вчитися все життя.

Складові уміння вчитись

**Бар'єри ефективного навчання**

Лінощі, страх перед новим, перед змінами заважають мозку мислити ефективніше. Насправді ж новий досвід, нові знання розширюють наші можливості та підвищують нашу ефективність.

Для розуміння процесу прийняття рішень необхідно знати три ключових атрибути

1. Використання внутрішнього (розумового) представлення проблеми (задачі). Коли людина приймає рішення, вона у дійсності не покладається на той досвід, який був накопичений раніше, або ж мало покладається на нього
2. Досягнення мети. Ухвалення рішення людиною починається, як правило, з аналізу бажаного результату. Процес ухвалення рішення структурується таким чином, що зв'язується з бажаним результатом, тобто створюється опис або розумове представлення бажаних ситуацій або умов, які повинні мати місце в результаті ухвалення рішення.
3. Сприйняття інформації. Швидше за все, здатність людини сприймати інформацію залежить від того, що він «уже знає».

Критичне мислення — (дав.-гр. критікῆ τέχνη — «мистецтво аналізувати, судження») — це наукове мислення, суть якого полягає в ухваленні ретельно обміркованих та незалежних рішень. Головним чином йому притаманні такі властивості, як усвідомленість та самовдосконалення.

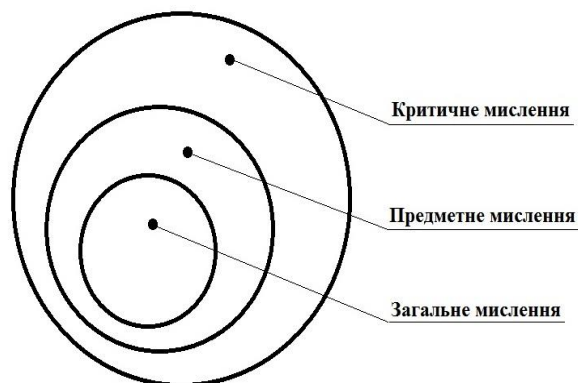
Властивості критичного мислення:

- усвідомленість
- самостійність
- рефлексивність (самоаналіз)
- цілеспрямованість
- обґрунтованість

- контрольованість
- самоорганізованість.

Критичне мислення входить до загальної структури мислення в процесі пізнання і є мисленням вищого порядку. Структура мислення виглядає наступним чином:

- загальне мислення;
- предметне мислення (історичне, математичне тощо);
- критичне мислення.



Творче мислення — це оригінальність і незвичність висловлюваних ідей, прагнення до інтелектуальної новизни у вирішенні завдання (проблеми), здатність бачити предмет (можливості його використання) під новим кутом зору і продукувати ідеї у невизначеній ситуації (тобто за відсутності передумов для формування нових ідей).

Психологічними компонентами творчості **дорослого мислення** є :

- гнучкість розуму;
- систематичність і послідовність мислення;
- діалектичність;
- готовність до ризику та відповідальності за прийняте рішення.

А дитячого, як мінімум,- три:

- наочно-дійове,
- причинне
- евристичне.

Питання для самоконтролю:

1. Назвіть чинники, що сприяють розвитку уміння вчитись.
2. Дайте визначення терміну «інтерактивна мобільність».
3. Назвіть три ключових атрибути для розуміння процесу прийняття рішень.
4. Перерахуйте складові критичного мислення.
5. Що таке творче мислення?»
6. Назвіть компоненти творчого мислення.

19. ДУХОВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ (ОРІЄНТАЦІЯ НА ЗАГАЛЬНОЛЮДСЬКІ ЦІННОСТІ, ПІЗНАВАЛЬНІ, ЕСТЕТИЧНІ, ЕТИЧНІ ПОТРЕБИ, ПОТРЕБУ У САМОРЕАЛІЗАЦІЇ)

Релігійні виховні традиції. В процесі зародження та становлення української національної системи виховання і в наш час релігійні виховні традиції мали і мають значний вплив на молодь. Християнство, віра наших предків утверджує загальнолюдські ідеї та ідеали добра, правди, краси, справедливості, благородства, милосердя. Під впливом релігії формуються гуманні погляди на людину, природу, суспільство. Протягом століть релігія, церква виробили дійові виховні традиції і звичаї. У народній свідомості мирно співіснують і релігійні, і нерелігійні погляди, виховні традиції. Національна система виховання використовує кращі здобутки церкви, релігії у вихованні підростаючих поколінь.

Моральні переконання, як правило, виникають у ранньому юнацькому віці. Однак, початкові етапи становлення моральних переконань сягають раннього дитинства. Щоб сприяти виникненню моральних переконань у майбутньому, про це слід дбати вже з перших років морального виховання дитини. Скажімо, виховання слухняності, співчутливості та інших моральних рис у дошкільників є абсолютно необхідною умовою виникнення у них у майбутньому моральних переконань. Аналогічне міркування доречно стосовно духовності: у генетичному плані духовне становлення дорослої людини своїм корінням сягає раннього дитинства. Хіба не із зворушливої, емоційно багатой, веселково багатобарвної любові дитини до батьків, рідних, прив'язаності до рідної домівки. Уже в ранньому дитинстві маленька людина здатна відчувати й захоплюватись красою всього, що оточує її: співом пташок, різнобарв'ям й ароматом квітів, дивовижною й незбагненною красою зоряного неба, життєдайною силою сонечка, чарівністю місячної ночі, про що їй лагідно співає матуся у колисковій... Минатимуть роки, і виховані у любові, красі, злагоді, щирості, взаємоповазі, у любові до всього рідного й повазі до чужого, наші діти з кожним роком все глибше усвідомлюватимуть, переконуватимуться, що сенс життя людського у тому, аби творити добро.

Головні життєві цінності людини:

1. Перше, що назве кожен - любов. Причому не тільки до протилежної статі, але й до рідних, близьких, друзів. Любов породжує співчуття, а без нього не обходяться жоден список життєвих цінностей.

2. Розуміння - обов'язковий пункт, який включає в себе життєві цінності будь-якої людини. Кожен хоче бути зрозумілим, а й розуміння інших веде до розв'язання і запобігання конфліктам.

3. Повага дозволяє надихатися позитивними рисами інших, знайти недоліки в собі і виправити їх. Але що найприємніше - це ті життєві цінності, транслюючи які ми лише примножуємо їх у своєму житті.

4. Дисципліна, яку багато намагаються уникати. Мало хто відносить її до життєвих цінностей людини. Багато хто вважає це рутиною, але насправді це

виконання своїх обов'язків. Не завжди це важка і сумна праця. Виконувати їх можна з радістю.

5. Віра в людей, у тому числі і в себе. Транслюючи ці життєві цінності, ви заражаєте упевненістю оточуючих і зміцнюєте віру в себе самого.

6. Подяка - це те мале, що може підняти в іншому хвилю ентузіазму і дружелюбності.

7. Прощення допомагає нам повернутися обличчям до майбутнього і не мучитися образами і болями.

8. Дружба - це життєві цінності людини, на які він спирається в скрутну хвилину.

9. Надія не дає нам опустити руки, коли здається, що попереду вже нічого не світить.

10. Оптимізм допомагає протистояти поганому - попросту його не помічати.

11. Терпіння дозволяє приймати вірні рішення.

12. Толерантність допомагає вміти ладити з усіма людьми. Незалежно від особистих переваг.

13. Чесність. У кого б ви не запитали, якими є його основні життєві цінності, місце чесності знайдеться завжди. Вона допомагає визнавати свої помилки, змінити себе на краще, збудувати довірчі відносини.

Етика – це вчення про мораль, моральність та моральний спосіб освоєння світу.

Естетика – вчення про естетичний спосіб освоєння світу, сутність мистецтва, естетичної та художньої творчості. та мистецьку діяльність.

Естетичне виховання повинне пронизувати всю систему виховання людини - від наймолодшого віку (на рівні естетично якісних зразків дитячих іграшок, анімаційних фільмів, книжок) - до юності, коли підліток не лише долучається до естетичних і художніх цінностей, але й і створює їх. Естетичне виховання триває все життя людини і немає верхньої межі. Від естетичного виховання людини прямо залежить її естетичний смак, яким і визначається подальший естетичний досвід людини, її естетичні потреби, вибір естетичних цінностей.

Самореалізація – це здатність людини пізнати себе і здійснити своє покликання. Кожна людина має потребу у самореалізації, однак не всі усвідомлюють її значення.

Компоненти життєвого самовизначення:



Питання для самоконтролю:

1. Що є духовним благополуччям?
2. Назвіть головні життєві цінності людини?
3. Дайте визначення термінів:
 - Етика
 - Естетика
 - Самореалізація
4. Назвіть компоненти життєвого самовизначення?

20. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЗДОРОВ'Я ТА ОСВІТИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.

Освітні заклади і насамперед школа, де діти, підлітки та молоді люди проводять більшість свого часу, мають величезний виховний і здоров'язберезний потенціал. Школа в ***тісній взаємодії з сім'єю*** і найближчим оточенням школяра вирішує двоєдине завдання: збереження і зміцнення здоров'я та виховання гармонійно розвиненої, освіченої, творчої, соціально активної та відповідальної особистості.

При цьому позитивне сприйняття шкільного життя учнями розглядається як ресурс для забезпечення здоров'я і благополуччя, тоді як негативне його сприйняття може бути фактором ризику, що впливає на їхнє фізичне і психічне здоров'я.

У ситуації позитивного шкільного клімату, що передбачає наявність доброзичливих, дбайливих вчителів, спостерігається не тільки вища успішність, а й більш сприятлива поведінка учнів щодо свого здоров'я.

Для актуалізації у підлітків та молоді цінності здоров'я, **формування у них мотивації та поведінкових установок**, необхідних для його збереження і зміцнення, в закладах освіти всіх рівнів має систематично відбуватися послідовна, цілеспрямована і комплексна навчально-виховна робота. Учні мають бути охоплені програмами з мотивації до здорового способу життя, профілактики вживання психоактивних речовин, збереження репродуктивного здоров'я.

Такі програми мають сприяти становленню ціннісних орієнтирів дитини і підлітка, готувати до дорослого життя, формувати вміння і навички самостійно ухвалювати зважені рішення, ефективно спілкуватися, адекватно висловлювати свої почуття та емоції, критично мислити, чинити опір негативному впливові й тиску з боку однолітків і дорослих, обирати моделі поведінки, що сприяють збереженню здоров'я.

Збереження та зміцнення здоров'я молоді є **одним із головних завдань соціальної програми** нашої держави. Для розв'язання цього завдання необхідно сформувати у школярів стійку мотивацію до здорового способу життя, здійснити комплекс здоров'язберігаючих заходів, спрямованих на усвідомлення ними цінності свого здоров'я.

Здоров'я дітей майже на 50% залежить від умов їхнього життя. Дитина в школі не тільки навчається, а й харчується, розважається, відпочиває, займається спортом. Тобто час, проведений у навчальному закладі, витрачається не лише на розумову активність. "Навчаємо не за рахунок здоров'я!" - таким повинен бути девіз кожного навчального закладу.

Завданнями школи на сучасному етапі є:

- формування в учнів свідомого ставлення до життя і здоров'я;
- вироблення в учнів навичок здорового способу життя;
- формування здоров'язберігаючої компетентності школярів.

Головною умовою покращення здоров'я учнів є створення здоров'язберігаючого середовища, головними ознаками якого є:

*оптимальне поєднання методів, форм, засобів навчання та виховання, їх відповідність віковим особливостям школярів;

*дослідження впливу нових навчально-методичних засобів навчання на здоров'я учнів;

*дотримання режиму рухової активності, поєднання рухового і статичного навантаження;

*забезпечення емоційно сприятливої атмосфери навчання;

*формування в учнів та їх батьків культури здоров'я.

У школах створюються **такі умови для покращення здоров'я учнів**:

*створюється позитивний психологічний мікроклімат, який ефективно впливає на процес навчання, виховання та здоров'я дітей;

*у навчально-виховний процес втілюються новітні методики та програми для подальшого збереження та зміцнення здоров'я школярів;

*створюється інформаційний простір з питань збереження здоров'я дітей;

*навчальні уроки та позакласні заходи носять характер здоров'язберігаючих на основі особистісно-зорієнтованого підходу;

*підвищується валеологічна культура харчування: у раціоні учнів свіжі овочеві салати, фрукти свіжі і сушені, фіточай, соки;

*підвищується рухова активність: фізкультхвилинки на уроках, корегуючи зарядка, ігри на перервах, проводяться Дні здоров'я, години здоров'я, спортивні свята;

*дотримання санітарно-гігієнічного режиму школи: тепловий, повітряний, вологе прибирання;

*посилюється медико-педагогічний контроль за організацію занять з фізичної культури з урахуванням стану здоров'я дітей, фізичного розвитку та фізичної підготовленості;

*ведеться боротьба зі стресами в дітей у школі і вдома, проводяться тренінги, рольові ігри: як долати конфлікти, вправи на подолання стресових ситуацій;

*превентивна педагогіка, що сприяє здоров'язберігаючій компетентності учнів: запобігання явищам соціальної дезадаптації, конфліктності, невиправданої агресії, ризику, аморальної статевої поведінки, вживання наркотичних речовин, скоєння самогубства;

*забезпечуються умови проведення профілактичних оглядів школярів, дотримуються вимоги санітарно-епідеміологічного нагляду та прав дитини на конфіденційність медичного огляду, проводиться аналіз їх результатів;

*щорічно за згодою батьків учні оздоровлюються у літніх пришкільних таборах.

Кожна школа має бути в тому числі і школою сприяння здоров'ю. З метою формування здоов'язберігаючих компетентностей учнів у школах **проводяться такі заходи:**

*оформлення наочної агітації "Я за здоровий спосіб життя", "Ні шкідливим звичкам", "Ми обираємо здоров'я";

*забезпечення активного рухового режиму (організація динамічних перерв, проведення фікультхвилинок);

*активна робота спортивних секцій з футболу, волейболу, баскетболу, карате, дзюдо, фехтування;

*створення і робота груп ЛФК;

*забезпечення раціонального харчування школярів та проведення бесід "Гаряче харчування як чинник збереження здоров'я";

*залучення працівників лікувальних закладів, просвітницьких центрів для роботи з дітьми та батьками за темами "Гармонійний розвиток особистості", "Виконання режиму дня як спосіб раціонального навантаження організму школяра". "Гармонійний розвиток особистості", "Методи профілактики захворювань ротової порожнини. Щоденний догляд за зубами";

Діяльність загальноосвітньої школи спрямована на усвідомлення вихованцями істини життя – майбутнє кожної людини як і держави в цілому – за здоровими поколіннями, адже фізично і морально здорова людина здатна творити і приносити користь іншим людям.

Виходячи із твердження-аксіоми, що людина та її життя є найвищою цінністю у суспільстві, ми у своїй педагогічній діяльності особливу увагу приділяємо питанню збереження здоров'я школярів. Більше того, необхідність турботливого ставлення до дитячого здоров'я вважаємо чи не найважливішою задачею навчального закладу і кожного педагога.

Запитання для самоконтролю:

- 1. Яке головне завдання ставить перед собою школа для вирішення?*
- 2. Які другорядні завдання школи ви знаєте?*
- 3. Які умови для покращення здоров'я учнів створюються у школі?*
- 4. Проведення яких заходів забезпечує у школі формування здово'язберігаючих компетентностей учнів?*

21.ПРАВА ДИТИНИ І ОСВІТА В ГАЛУЗІ ЗДОРОВ'Я ТА БЕЗПЕКИ.

Визнання державою права дітей, підлітків і молодих людей на охорону здоров'я й безпечну життєдіяльність зобов'язує державні інституції надавати їм інформацію, освіту та доступ до послуг, що дає змогу зберегти і зміцнити здоров'я.

Відповідно до Конвенції про права дитини, яку підписали 195 держав, включаючи й Україну, діти мають загальні і невід'ємні права, зокрема й право на освіту, яке має бути спрямоване на розвиток особистості, талентів, розумових і фізичних здібностей дитини в найповнішому обсязі (статті 28 і 29) і на отримання інформації (стаття 13).

Держави, які підписали Конвенцію про права дитини, зобов'язані забезпечувати повагу, захист і дотримання прав дітей. Освіта повинна відповідати найкращим інтересам і цілям сталого розвитку дитини загалом, без дискримінації, з повагою до поглядів дитини і з її активною участю. Освіта у сфері здоров'я на засадах формування навичок є одним із засобів досягнення цих цілей.

Права дітей

Наміжнародному й національному рівні існує багато спеціальних актів про права дитини. Основним актом про права дитини на міжнародному рівні є Конвенція ООН про права дитини (Нью-Йорк, 20 листопада 1989 р.). Цей документ складається з 54 статей. Усі права, що входять у Конвенцію, поширюються на всіх дітей.

В Україні питання захисту прав дітей містяться, зокрема, в таких нормативних актах:

- Сімейний кодекс України,
- Закон України «Про охорону дитинства»,
- Закон України «Про оздоровлення та відпочинок дітей»,
- Закон України «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю»,
- Закон України «Про молодіжні та дитячі громадські організації»,
- Закон України «Про державну соціальну допомогу інвалідам з дитинства та дітям інвалідам» тощо.

Держава забезпечує всі права кожній дитині без будь-якої дискримінації незалежно від раси, кольору шкіри, статі, мови, релігії, політичних або інших переконань, національного, етнічного або соціального походження, майнового стану, стану здоров'я і народження дитини, її батьків чи законних опікунів або будь-яких інших обставин. Всі дії по відношенню до дитини повинні у повному обов'язі враховувати її інтереси.

1. Право дитини на життя та охорону здоров'я.

Кожна дитина має право на життя з моменту визначення її живонародженою та життєздатною за критеріями Всесвітньої організації охорони здоров'я.

Держава гарантує дитині право на охорону здоров'я, безоплатну кваліфіковану медичну допомогу в державних і комунальних закладах охорони здоров'я, сприяє створенню безпечних умов для життя і здорового розвитку дитини, раціонального харчування, формуванню навичок здорового способу життя.

2. Право дитини на ім'я та громадянство.

Кожна дитина з моменту народження має право на ім'я та громадянство. Чинне законодавство встановлює:

- дитина, у якої батьки або один з батьків на момент її народження були громадянами України, також є громадянином України;

- якщо дитина народилася на території України від осіб без громадянства, але які на законних підставах проживають на території України, то така дитина є громадянином України;

- якщо дитина народилася за межами України від осіб без громадянства, але які постійно на законних підставах проживають на території України, і не набула за народженням громадянства іншої держави, то вона є громадянином України;

- якщо дитина народилася на території України від іноземців, які постійно на законних підставах проживають на території України, і не набула за народженням громадянства жодного з батьків, вона є громадянином України;

Дитина з моменту народження має право на ім'я. Насамперед воно означає право кожної людини з моменту її народження бути названою.

Дитина повинна отримати ім'я протягом одного місяця з дня народження. Особа, яка досягла чотирнадцяти років, має право, за згодою батьків або одного

з батьків, з ким вона проживає, чи піклувальника змінити своє прізвище та ім'я. Особа, яка досягла шістнадцяти років, має право на зміну свого прізвища та ім'я.

Прізвище дитини визначається за прізвищем батьків. Якщо мати, батько мають різні прізвища, то прізвище дитини визначається за їхньою згодою. Батьки, які мають різні прізвища, можуть присвоїти дитині подвійне прізвище, утворене шляхом з'єднання їхніх прізвищ.

У разі зміни прізвища обома батьками змінюється прізвище дитини, яка не досягла семи років. Прізвище дитини, яка вже досягла семи років, змінюється за згодою дитини. Якщо є заперечення одного із батьків щодо зміни прізвища дитини, спір між ними щодо такої зміни може вирішуватися органом опіки та піклування або судом. При вирішенні такого спору беруться до уваги виконання батьками своїх обов'язків щодо дитини, а також інші обставини, які засвідчують відповідність зміни прізвища інтересам дитини.

Ім'я дитини визначається за згодою батьків. Якщо чоловік добровільно не визнав батьківства, ім'я дитини народженої жінкою, яка не перебуває у шлюбі, визначається матір'ю дитини. Дитині може бути дано не більше двох імен, якщо інше не впливає із звичаю національної меншини, до якої належать мати і (або) батько. Спір між батьками щодо імені дитини може вирішуватися органом опіки та піклування або судом.

По батькові дитини визначається за іменем батька дитини. Якщо мати дитини не перебуває у шлюбі і за умови, що батька дитини не визнано, то по батькові такої дитини визначається за іменем особи, яку мати дитини назвала її батьком. Якщо батько змінив своє ім'я, по батькові дитини, яка досягла чотирнадцяти років, змінюється за згодою самої дитини.

3. Право дитини на достатній життєвий рівень.

Кожна дитина має право на рівень життя, достатній для її фізичного, інтелектуального, морального, культурного, духовного і соціального розвитку.

Батьки або особи, які їх замінюють, несуть відповідальність за створення умов, необхідних для всебічного розвитку дитини, відповідно до законів України.

4. Право дитини на вільне висловлення думки та отримання інформації.

Кожна дитина має право на вільне висловлювання особистої думки, формування власних поглядів, розвиток власної суспільної активності, отримання інформації, що відповідає її віку. Це право включає свободу розшукувати, одержувати, використовувати, поширювати та зберігати інформацію в усній, письмовій чи іншій формі, за допомогою творів мистецтва, літератури, засобів масової інформації, засобів зв'язку (комп'ютерної, телефонної мережі тощо) чи інших засобів на вибір дитини. їй забезпечується доступ до інформації та матеріалів з різних національних і міжнародних джерел, особливо тих, які сприяють здоровому фізичному і психічному розвитку, соціальному, духовному та моральному благополуччю.

Діти мають право звертатися до органів державної влади, органів місцевого самоврядування, підприємств, установ, організацій, засобів масової інформації

та їх посадових осіб із зауваженнями та пропозиціями стосовно їхньої діяльності, заявами та клопотаннями щодо реалізації своїх прав і законних інтересів та скаргами про їх порушення.

Здійснення прав дитини на вільне висловлювання думки та отримання інформації може бути обмежене законом в інтересах національної безпеки, територіальної цілісності або громадського порядку з метою запобігання заворушенням чи злочинам, для охорони здоров'я населення, для захисту репутації або прав інших людей, для запобігання розголошенню інформації, одержаної конфіденційно, або для підтримання авторитету та неупередженості правосуддя.

5. Право дитини на захист від усіх форм насильства.

Кожній дитині гарантується право на свободу, особисту недоторканність та захист гідності. Дисципліна і порядок у сім'ї, навчальних та інших дитячих закладах мають забезпечуватися на принципах, що ґрунтуються на взаємоповазі, справедливості і виключають приниження честі та гідності дитини.

Держава здійснює захист дитини від:

- усіх форм фізичного і психічного насильства, образи, недбалого і жорстокого поводження з нею, експлуатації, включаючи сексуальні зловживання, у тому числі з боку батьків або осіб, які їх замінюють;

- втягнення у злочинну діяльність, залучення до вживання алкоголю, наркотичних засобів і психотропних речовин;

- залучення до екстремістських релігійних психо-культових угруповань та течій, використання її для створення та розповсюдження порнографічних матеріалів, примушування до проституції, жебрацтва, бродяжництва, втягнення до азартних ігор тощо.

Держава через органи опіки і піклування, служби у справах неповнолітніх, центри соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді у порядку, встановленому законодавством, надає дитині та особам, які піклуються про неї, необхідну допомогу у запобіганні та виявленні випадків жорстокого поводження з дитиною, передачі інформації про ці випадки для розгляду до відповідних уповноважених законом органів для проведення розслідування і вжиття заходів щодо припинення насильства.

Дитина вправі особисто звернутися до органу опіки та піклування, служби у справах неповнолітніх, центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, інших уповноважених органів за захистом своїх прав, свобод і законних інтересів.

Розголошення чи публікація будь-якої інформації про дитину, що може заподіяти їй шкоду, без згоди законного представника дитини забороняється.

Процедура розгляду скарг дітей на порушення їх прав і свобод, жорстоке поводження, насильство і знуцання над ними в сім'ї та поза її межами встановлюється законодавством.

Дитина, яка досягла чотирнадцяти років, має право на безпосереднє звернення до суду за захистом свого права або інтересу.

6. *Право дитини на контакт з батьками, які проживають окремо.*

Дитина, яка проживає окремо від батьків або одного з них, має право на підтримання з ними регулярних особистих стосунків і прямих контактів.

Батьки, які проживають окремо від дитини, зобов'язані брати участь у її вихованні і мають право спілкуватися з нею, якщо судом визнано, що таке спілкування не перешкоджатиме нормальному вихованню дитини.

У разі коли батьки не можуть дійти згоди щодо участі одного з батьків, який проживає окремо, у вихованні дитини, порядок такої участі визначається органами опіки та піклування за участю батьків, виходячи з інтересів дитини. Рішення органів опіки та піклування з цих питань можуть бути оскаржені в суді у порядку, встановленому законом.

Дитина має право на отримання інформації про відсутніх батьків, якщо це не завдає шкоди її психічному і фізичному здоров'ю.

7. *Право дитини на контакт з батьками, іншими членами сім'ї та родичами, які проживають у різних державах.*

Дитина, батьки якої проживають у різних державах, має право на регулярні особисті стосунки і прямі контакти з обома батьками. Дитина та її батьки для воз'єднання сім'ї мають право на вільний в'їзд в Україну та виїзд з України у порядку, встановленому законом.

Батьки, інші члени сім'ї та родичі, зокрема ті, які проживають у різних державах, не повинні перешкоджати одне одному реалізувати право дитини на контакт з ними, зобов'язані гарантувати повернення дитини до місця її постійного проживання після реалізації нею права на контакт, не допускати неправомірної зміни її місця проживання.

8. *Право дитини на майно.*

Кожна дитина, в тому числі й усиновлена, має право на одержання в установленому законом порядку в спадщину майна і грошових коштів батьків чи одного з них у разі їх смерті або визнання їх за рішенням суду померлими незалежно від місця проживання. Дитина, батьки якої позбавлені батьківських прав, не втрачає права на успадкування їх майна.

У разі визнання батьків або одного з них рішенням суду безвісно відсутніми дитина має право на утримання за рахунок їх коштів і майна.

Батьки або особи, які їх замінюють, не мають права без дозволу органів опіки і піклування укладати договори, які підлягають нотаріальному посвідченню або спеціальній реєстрації, відмовлятися від належних дитині майнових прав, здійснювати розподіл, обмін, відчуження житла, зобов'язуватися від імені дитини порукою, видавати письмові зобов'язання.

9. *Право дитини на житло.*

Держава забезпечує право дитини на проживання в таких санітарно-гігієнічних та побутових умовах, що не завдають шкоди її фізичному та розумовому розвитку.

Діти — члени сім'ї наймача або власника жилого приміщення мають право користуватися займаним приміщенням нарівні з власником або наймачем.

Органи опіки та піклування зобов'язані здійснювати контроль за додержанням батьками або особами, які їх замінюють, майнових та житлових прав дітей при відчуженні жилих приміщень та купівлі нового житла.

10. Право дитини на освіту.

Держава гарантує доступність і безоплатність дошкільної, повної загальної середньої, професійно-технічної, вищої освіти в державних і комунальних навчальних закладах; надання державних стипендій та пільг учням і студентам цих закладів у порядку, встановленому законодавством України.

Держава забезпечує право на вибір навчального закладу і навчання рідною мовою чи на вивчення рідної мови у державних і комунальних навчальних закладах.

Місцеві органи виконавчої влади та органи місцевого самоврядування організують облік дітей дошкільного та шкільного віку для виконання вимог щодо навчання дітей у загальноосвітніх навчальних закладах.

Учні державних професійно-технічних навчальних закладів, студенти вищих навчальних закладів I-IV рівнів акредитації з числа дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування, перебувають на повному утриманні держави. Порядок повного державного утримання та забезпечення учнів державних професійно-технічних навчальних закладів безоплатним харчуванням і стипендією встановлюється Кабінетом Міністрів України.

Діти-сироти та діти, позбавлені батьківського піклування (за винятком тих, які мають вади фізичного та розумового розвитку і не можуть навчатися в загальних навчальних закладах), навчаються в загальноосвітніх школах.

Для дітей-інвалідів та інвалідів з дитинства, які потребують опіки і стороннього догляду, органи управління освітою, за згодою батьків дітей або осіб, які їх замінюють, забезпечують навчання в загальноосвітніх та спеціальних загальноосвітніх навчальних закладах за відповідними навчальними програмами, у тому числі і в домашніх умовах.

Діти-інваліди та інваліди з дитинства, які перебувають у реабілітаційних закладах, закладах та установах системи охорони здоров'я, системи праці та соціального захисту населення, мають право на здобуття освіти за індивідуальними навчальними програмами, які узгоджуються з індивідуальними програмами реабілітації дітей-інвалідів та інвалідів з дитинства.

11. Право дитини на зайняття підприємницькою діяльністю.

Діти, які досягли 16-річного віку, мають право займатися підприємницькою діяльністю, можуть бути членами колективного сільськогосподарського підприємства та членами селянського (фермерського) господарства в порядку встановленому законом.

12. Право на об'єднання в дитячі та молодіжні організації.

Діти мають право на об'єднання в самостійні дитячі та молодіжні громадські організації за умови, що їх діяльність не суперечить Конституції України та законам України, не порушує громадський порядок і безпеку держави, права і свободи інших осіб, не шкодить моралі та здоров'ю дітей та інших громадян.

Дитячі громадські організації можуть створювати свої об'єднання, встановлювати контакти з дитячими громадськими організаціями інших країн, вступати до міжнародних дитячих об'єднань.

Створення дитячих організацій політичного та релігійного спрямування забороняється.

Місцеві органи виконавчої влади та органи місцевого самоврядування надають допомогу дитячим організаціям та об'єднанням, сприяють їх роботі.

13. Право дитини на особисту свободу.

Право дитини на особисту свободу охороняється законом.

Затримання та арешт неповнолітніх застосовується як винятковий захід і тільки у випадках та порядку, встановлених законом. Про затримання дитини відповідні органи негайно повідомляють батьків чи осіб, які їх замінюють, а також органи прокуратури. Забороняється утримання дитини в одному приміщенні з дорослими затриманими, арештованими чи засудженими особами.

Порядок притягнення неповнолітніх до кримінальної відповідальності та відбування ними покарання встановлюється законом.

Не допускається застосування до дитини насильства, погроз, інших незаконних дій з метою примушення її дати показання як свідка або визнання своєї вини.

Примусові заходи виховного характеру за вчинення дитиною злочину або в інших передбачених законом випадках застосовуються до неї лише судом.

Питання для самоконтролю:

- 1. Вкажіть обов'язкові права відповідно до Конвенції про права дитини.*
- 2. Де і в якому році була підписна Конвенції про права дитини?*
- 3. Назвіть основні права дітей та дайте їх стислу характеристику?*

22. ПРІОРИТЕТИ ЗДОРОВ'Я ТА БЕЗПЕКИ В УКРАЇНСЬКІЙ СВІТОВІЙ ОСВІТІ.

Здоров'я — безцінне надбання людини, важлива умова повноцінного і щасливого життя.

Здоров'я допомагає успішно вирішувати основні життєві завдання: вчитися, працювати, спілкуватися, дружити, створювати сім'ю, виховувати дітей, здійснювати задумане, долати труднощі, а якщо доведеться, то й значні перевантаження.

Здоров'я людини — це набагато більше, ніж відсутність хвороб. Це і добре самопочуття, і енергійність, і здатність швидко відновлювати сили та успішно справлятися з хворобами.

Здоров'я є безцінним надбанням не лише окремої людини, а й усього суспільства. Як життєдіяльність окремої людини значною мірою визначається станом її здоров'я, так і успішний розвиток суспільства загалом залежить від стану здоров'я населення. За збільшення в суспільстві частки людей із поганим здоров'ям можливості його соціально-економічного розвитку обмежуються.

Здоров'я людини залежить насамперед від неї самої, її способу життя. Переважна більшість людей ставить здоров'я на перше місце в рейтингу життєвих цінностей. Але водночас багато хто несвідомо, а іноді свідомо, приносить здоров'я в жертву досягненню інших цілей — навчанню, роботі, кар'єрі, отриманню задоволення (наприклад, від куріння або вживання наркотиків). Часто це відбувається в молодому віці, адже багато людей починають усвідомлювати практичну цінність здоров'я пізніше, коли у них починаються з ним проблеми.

Отже, збереження та зміцнення здоров'я населення загалом і молодого покоління зокрема — цінність, яка має стратегічне значення для сталого розвитку суспільства і належить до актуальних завдань розвитку сучасної України.

Пріоритети здоров'я та безпеки у світовій освіті

Освіта у галузі здоров'я, безпеки та соціальної інтеграції визначається у світі як один із пріоритетних напрямів.

Організація Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури (ЮНЕСКО) у 2014 році визначила вісім ключових галузей для набуття компетентностей XXI століття, з яких три галузі безпосередньо стосуються здоров'я, безпеки та соціальної інтеграції.

- Фізичне благополуччя
- Психологічне благополуччя
- Соціальна згуртованість
- Культура і мистецтво
- Комунікація і мовна грамотність
- Рахування і математика
- Пізнання і методи навчання (уміння вчитися)
- Наука і технології, зокрема цифрова грамотність

У січні 2018 року Європейський парламент і Рада ЄС схвалили Рамкову програму оновлених ключових компетентностей для навчання протягом життя, серед яких «Особиста, соціальна, навчальна». Ця компетентність також передбачає навчання у галузі здоров'я, безпеки і соціального благополуччя.

Пріоритети здоров'я та безпеки в українській освіті

Чинні держані стандарти початкової та загальної середньої освіти визначають освітні галузі, обов'язкові для всіх закладів загальної середньої освіти. Серед таких галузей дві стосуються здоров'я, безпеки та успішної соціалізації.

- Здоров'я та фізична культура
- Соціальна і здоров'язбережна

Зазначимо, що двома із шести основних принципів концепції «Нова українська школа» є:

- **Здоров'я:** формування здорового способу життя і створення умов для фізичного й психоемоційного розвитку, що надзвичайно важливо для дітей молодшого шкільного віку.
- **Безпека:** створення атмосфери довіри і взаємоповаги. Перетворення школи на безпечне місце, де немає насильства і цькування.

Питання для самоконтролю:

1. *Що таке здоров'я?*
2. *Які основні життєві завдання допомагає успішно вирішувати здоров'я?*
3. *Які ключові галузі для набуття компетентностей XXI століття безпосередньо стосуються здоров'я, безпеки та соціальної інтеграції?*
4. *Назвіть два із шести основних принципів концепції НУШ, що стосуються здоров'я і безпеки? Поясніть їх.*

23.БАЗОВА ІНФОРМАЦІЯ ПРО БЕЗПЕКУ — БАЗОВУ ПОТРЕБУ ЛЮДИНИ, ПРИНЦИПИ БЕЗПЕЧНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ.

Безпека — це відсутність загроз життєво важливим інтересам людини: її життю, здоров'ю і добробуту. Безпека належить до базових людських потреб і є потребою дефіциту. Це означає, що доки людина не відчувається безпечно, вона не може належним чином дбати про потреби вищого порядку — соціальні та духовні.



Правила безпечної поведінки

У шкільних курсах превентивної освіти розглядаються теми, присвячені питанням безпечної поведінки у навколишньому середовищі, зокрема:

- Безпека у школі.
- Побутова безпека.
- Дорожня безпека.
- Пожежна безпека.
- Соціальна безпека.
- Безпека на природі.
- Надзвичайні та екстремальні ситуації.
- Надання невідкладної допомоги.

Принципи безпечної життєдіяльності

Із давніх-давен люди вивчають небезпечні ситуації, щоб уникати їх і запобігати їм. Та коли це неможливо, намагаються діяти так, щоб урятуватися. Існують загальні принципи безпечної життєдіяльності, які можна звести до формули: «Передбачати, запобігати, діяти».

Передбачати — означає:

- вміти розпізнавати небезпечні ситуації;
- передбачати наслідки своїх дій;
- оцінювати ризик.

Запобігати — означає:

- діяти так, щоб не потрапляти у небезпеки;
- самому не створювати небезпек (наприклад, на дорозі й у транспорті);
- вживати запобіжних заходів (наприклад, встановлювати охоронну сигналізацію, проводити пожежні тренування).

Діяти — означає:

- не розгубитися, тобто бути фізично і психологічно готовим діяти у небезпечній ситуації;
- знати, що і як треба робити в таких випадках;
- уміти зв'язуватись і взаємодіяти з рятувальними службами, правильно використовувати рятувальне спорядження;
- не втрачати надії й боротися, зробити все можливе, щоб урятуватися самому і допомогти іншим.

Небезпека – це явища, процеси, об'єкти, властивості, здатні за певних умов завдавати шкоди здоров'ю чи життю людини або системам, що забезпечують життєдіяльність людей.

Номенклатура небезпек – перелік назв, термінів, систематизованих за окремими ознаками.

Таксономія небезпек – класифікація та систематизація явищ, процесів, інформації, об'єктів, які здатні завдати шкоди.

На сьогодні чіткого поділу небезпек за відповідними ознаками ще не існує, тому в загальному їх класифікують за:

- за джерелами (сферою) походження: природні, техногенні, соціальні, комбіновані та ін.;
- за часом проявлення: імпульсні, кумулятивні;
- за локалізацією: пов'язані з космосом, атмосферою, гідросферою, літосферою;
- за наслідками: захворювання, травми, смертельні випадки, аварії, пожежі;
- за збитками: соціальні, екологічні, технічні та ін.;
- за сферою прояву: побутова, виробнича, спортивна тощо; • за структурою: прості, складні, похідні.

Запитання для самоконтролю:

1. Дайте визначення терміну «безпека».
2. Назвіть базові потреби людини.
3. Назвіть загальні принципи безпечної життєдіяльності, які можна звести до формули.
4. Номенклатура небезпеки-це....?
5. За якими ознаками в загальному класифікують небезпеку?

24.ФОРМУВАННЯ АКТИВНОЇ ГРОМАДЯНСЬКОЇ ПОЗИЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

Особливої актуальності набуває розробка і практичне забезпечення нової системи громадянського виховання, мета якого - формування в учнів комплексу громадянських якостей, компетентностей та активної громадянської позиції.

Формуванню активної громадянської позиції сприяє соціальний досвід, який складається з практичних навичок участі у суспільному житті та рівня розвитку громадянських якостей особистості. Такий досвід набувається як внаслідок засвоєння навчального матеріалу, так і в процесі позакласної чи позашкільної виховної роботи.

Аналіз педагогічної практики свідчить, що ефективність формування активної громадянської позиції значним чином залежить від застосування інноваційних педагогічних технологій у позакласній виховній роботі, а саме розробки і реалізації технології проектної діяльності, до якої залучаються не тільки учні, батьки та вчителі, а й громадськість - представники державних органів влади та місцевого самоврядування, правоохоронних органів, громадських організацій, засобів масової інформації, культурноосвітніх закладів тощо.

Згідно з Концепцією громадянської освіти в школах України її складовими є:

- громадянські знання, на основі яких формуються уявлення про форми і способи функціонування особистості в політичному, правовому, економічному, соціальному та культурному полі демократичної держави;

- громадянські вміння та досвід участі в соціально-політичному житті суспільства і практичного застосування знань;

- громадянські чесноти – норми, установки, цінності та якості, притаманні громадянинові демократичного суспільства.

Нормативною базою громадянської освіти в Україні, сформованою упродовж останніх років, є певна сукупність правових актів різної юридичної сили, що врегульовують суспільні відносини в галузі освіти. Серед них: Закони України «Про освіту» (1991) і «Про загальну середню освіту» (1999), Концепція загальної середньої освіти (12- річна школа) (2001), Національна доктрина розвитку освіти (2002), які містять загальні положення щодо ролі освіти у вихованні громадянина, окреслюють засади та принципи освіти, які непосредно відповідають завданням розвитку демократичної громадянськості підростаючого покоління.

Учитель-предметник, класний керівник має, насамперед, вирощувати у навчанні громадянську компетентність, формувати необхідні моральні якості. Звичайно, громадянська компетентність є надпредметною, ключовою, і завдання щодо її формування лежить у сфері відповідальності всієї шкільної системи виховання.

Рада Європи розробила відповідний перелік умов формування громадянської компетентності на уроці, в школі, шкільному середовищі, місцевій громаді та для широкого кола громадян, серед яких такі:

- активна участь учнів, педагогів, батьків у демократичному управлінні закладом;

- демократизація методів навчання та виховання, відносин суб'єктів навчально-виховного процесу;

- поширення методів, орієнтованих на особистість учнів, зокрема реалізація педагогічних проєктів, що ґрунтуються на спільній колективній меті та співпраці учасників навчально-виховного процесу;

- формування освітніх підходів, що тісно пов'язують теорію і практику;

- залучення учнів до індивідуального та колективного оцінювання;

- заохочення обмінів, зустрічей та партнерства між учнями і вчителями з різних навчальних закладів для міжособистісного взаєморозуміння;

- поширення методів і підходів навчання, що сприяють вихованню у суб'єктів навчально-виховного процесу толерантності та поваги до культурної та релігійної багатомовності;

- зближення формальної та неформальної освіти;

- встановлення відносин громадянського партнерства між школою і сім'єю, громадою, ЗМІ.

У "Концепції громадянського виховання особистості в умовах розвитку української державності" зазначено, що в змісті громадянського виховання особистості своє належне місце займають такі складові:

- **патріотизм** як почуття любові до свого народу, до України, турботи про їхнє благо, готовність захистити та відстояти українську державну незалежність;

- **правосвідомість** як усвідомлення своїх прав, свобод, обов'язків, ставлення до законів, до державної влади;

- **національна свідомість**, що базується на ідентифікації та вбирає в себе: віру в духовні сили своєї нації, її майбутнє, волю до праці на користь народу; уміння осмислювати моральні та культурні цінності, історію, звичаї, обряди, символіку;

- **планетарна свідомість**, що включає відчуття єдності й унікальності життя, повагу до всіх народів, їхніх прав, інтересів і цінностей; розумінні світу як єдності та різноманітності, системи держав;

- **культура міжетнічних відносин**, що розуміється як реалізація на практиці взаємозалежних інтересів у процесі економічного, політичного, соціального та духовного життя на принципах свободи, рівноправності, взаємодопомоги, миру, толерантності;

- **політична культура**, що включає належну політичну компетентність, знання про типи держав, політичний устрій суспільства, політичні організації та інституції, принципи, процедури та регламенти суспільної взаємодії, виборчу систему;

- **громадянська зрілість**, що містить бережливе ставлення до природи, яке виявляється в особистій причетності та відповідальності за збереження і примноження природних багатств, вироблення вміння співіснувати з природою, нетерпимості та безкомпромісної боротьби проти губителів природи;

- **моральність**, що являє собою єдність національних і загальнолюдських цінностей: доброту, увагу, чуйність, милосердя, толерантність, совість, чесність, повагу, правдивість, працелюбність, справедливість, гідність;

- **працьовитість**, що передбачає трудову активність, ініціативу, розуміння економічних законів і проблем суспільства та шляхів їх розв'язання, готовності до соціальної творчості як умови соціальної адаптації, конкурентоспроможності та самореалізації особистості в ринкових відносинах.

Таким чином, основним завданням яке постає перед педагогами школи є надання учням практичного багажу знань в різних галузях науки та практики, який поставить їх на високий рівень європейських освітніх стандартів.

Запитання для самоконтролю:

1. Згідно з Концепцією громадянської освіти в школах України її складовими є?
2. Які ви знаєте правові акти різної юридичної сили?
3. Встановіть перелік умов формування громадянської компетентності на уроці, в школі, шкільному середовищі, місцевій громаді та для широкого кола громадян?
4. Поясніть такі складові як:
 - правомірність

- національна свідомість
- патріотизм.

25.ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ПІДПРИЄМЛИВОСТІ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.

На основі аналізу сучасних наукових досліджень українських і зарубіжних учених поняття “підприємницька компетентність” можна визначити в гіперконтекстуальному значенні (безвідносно до галузі освіти): це здатність особистості продукувати інноваційні ідеї, раціонально й ефективно організовувати діяльність, орієнтовану на досягнення конкретного результату.

Підприємницька компетентність – це модель поведінки, яка дозволяє людині успішно втілювати власні задуми в життя. Що їй для цього необхідно? Вміти планувати свою діяльність, застосовувати творчі та інноваційні підходи до роботи, а в разі потреби – ризикувати.

Підприємницька компетентність є однією з ключових. Вона **передбачає реалізацію здатності учнів:**

- ***співвідносити*** власні економічні інтереси й потреби з наявними ресурсами, інтересами і потребами інших людей та суспільства;
- ***організовувати*** власну трудову та підприємницьку діяльність і роботу колективу, орієнтуватися в нормах і етиці трудових відносин;
- ***аналізувати й оцінювати*** власні професійні можливості, здібності та співвідносити їх з потребами ринку праці;
- ***складати, здійснювати й оцінювати*** плани підприємницької діяльності та особисті бізнес-проекти;
- ***презентувати й поширювати*** інформацію про результати власної економічної діяльності та діяльності колективу.

Формування підприємницької компетентності майбутніх фахівців початкової освіти є необхідною складовою їх професійної підготовки. У початковій школі розвиток в учнів підприємницьких якостей пов'язаний не тільки з отриманням економічних знань, але й може відбуватися в змісті інтегрованих уроків із різних дисциплін, а отже, вбудований в усю систему навчання й виховання. Відповідно професіограма вчителя початкових класів повинна вміщувати аналогічні якісні характеристики його вмінь та педагогічних установок, орієнтованих на формування в учнів основ підприємницької компетентності.

Дослідники переконані, що в молодшому шкільному віці діти здатні усвідомлювати значення підприємницької компетентності шляхом опанування таких умінь, як-от: самостійне визначення мети праці, планування й організація трудового процесу, уміння раціонально використовувати матеріали та обладнання, враховувати фактор часу в роботі, об'єктивно оцінювати результати праці, чесно й сумлінно ставитися до своїх обов'язків.

Розвиток техніко-економічного мислення учнів початкової школи забезпечується шляхом знайомства з елементарними економічними основами як домашнього господарства, так і економіки нашої країни, формування економічної ощадливості, бережливості, здатності орієнтуватись у підприємницькому середовищі, а також сприяння усвідомленню взаємозв'язку економічних та етичних процесів.

Одним із засобів формування основ підприємницької компетентності молодших школярів є підготовка і проведення комплексних навчально-економічних екскурсій на підприємства, у приватні фірми, кооперативні спілки, комерційні банки тощо. Мета їх – виробити в учнів уміння помічати й оцінювати різноманітні економічні факти і явища у взаємозв'язку, ознайомити дітей із практичними діями дорослих в умовах підприємницького середовища.

У змісті навчального матеріалу, що спрямований на підготовку учнів молодших класів до майбутньої професійної діяльності, потрібно обов'язково виокремити **такі напрями:**

- **«самопізнання»** – знання власного особистісного потенціалу активності, творчості, інноваційної діловитості;
- **«ділове спілкування»** – розкриття правил, змісту й форм соціальної поведінки та спілкування в умовах ринкових відносин;
- **«партнерство»** – розуміння змісту, процесу й результату спільної діяльності, ролі партнерів у розв'язанні практичних підприємницьких завдань;
- **«економіка»** – усвідомлення системи знань, що необхідні для повсякденного життя та діяльності.

Зокрема, учні мають усвідомити, що економічна поведінка підприємця відрізняється від поведінки інших працівників тим, що характеризується певними типовими рисами, а саме: енергійністю та ініціативністю; умінням бути лідером, підбирати собі «команду» і керувати нею; діловитістю і вмінням ризикувати, самостійно приймаючи рішення, тощо.

Розпочинати **формувати підприємницькі вміння** потрібно ще в школі. Вони стануть корисними для учнів, які беруть участь у проектній роботі чи дослідницькій діяльності, є організаторами шкільних заходів.

Підприємницька компетентність складається з таких **компонентів:**

- * *Наявні знання про економіку та підприємницьку діяльність.*
- * *Ставлення особи до таких підприємницьких чеснот як свобода вибору, чесність, розсудливість у фінансових справах.*
- * *Психологічні якості: витримка під час роботи в ситуаціях, пов'язаних із ризиком, ініціативність, цілеспрямованість, емоційна врівноваженість.*
- * *Уміння організовувати, планувати, презентувати, обирати, керувати та обговорювати.*

Перш за все визначимося, якого результату ми бажаємо досягти. Якщо в учня сформована підприємницька компетентність, він може розв'язувати низку **актуальних завдань:**

* **реалізувати** проект, у якому його власні потреби мають спільне з потребами суспільства;

* **орієнтуватися** в етиці трудових відносин, вести переговори; реально оцінювати власні можливості та потреби ринку праці;

* **складати** плани бізнес-проектів та та, за наявності відповідних ресурсів, успішно їх утілювати;

* **презентувати** результати власної діяльності.

Запитання для самоконтролю:

1. *Що таке підприємницька компетентність?*
2. *Перерахуйте, реалізацію яких здатностей передбачає підприємницька компетентність.*
3. *Назвіть напрями підприємницької компетентності, які вам відомі.*
4. *Які існують компоненти підприємницької компетентності?*
5. *Реалізація яких завдань передбачає формування підприємницької компетентності в учнів?*

26. РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ЧЕРЕЗ ОСОБИСТУ ІДЕНТИФІКАЦІЮ.

Ідентичність — багатозначний життєвий і загальнонауковий термін, що виражає ідею постійності, тотожності, спадкоємності індивіда і його самосвідомості.

Ідентичність у науках про людину

У науках про людину поняття ідентичність має три головні модальності.

Психофізіологічна ідентичність означає єдність і спадкоємність фізіологічних і психічних процесів і властивостей організму, завдяки якій він відрізняє свої клітини від чужих, що наочно проявляється в імунології.

Соціальна ідентичність це переживання і усвідомлення своєї приналежності до тих чи інших соціальних груп і спільнот. Ідентифікація з певними соціальними спільнотами перетворює людину з біологічної особини в соціального індивіда й особистість, дозволяє йому оцінювати свої соціальні зв'язки і приналежності в термінах «Ми» і «Вони».

Особиста ідентичність чи самоідентичність це єдність і спадкоємність життєдіяльності, цілей, мотивів і смисложиттєвих установок особистості, яка усвідомлює себе суб'єктом діяльності. Це не якась особлива риса чи сукупність рис, якими володіє індивід, а його самість, відрефлексована в термінах власної біографії. Вона виявляється не стільки в поведінці суб'єкта і реакціях на нього інших людей, скільки в його здатності підтримувати і продовжувати

якийсь наратив, історію власного «Я», що зберігає свою цілісність, незважаючи на зміну окремих її компонентів.

Ідентичність у психології розвитку

Поняття «ідентичність» спочатку з'явилося в психіатрії в контексті вивчення феномена «кризи ідентичності», що описує стан психічних хворих, які втратили уявлення про самих себе і послідовності подій свого життя. Американський психоаналітик Ерік Еріксон переніс його в психологію розвитку, показавши, що криза ідентичності є нормальним явищем розвитку людини. У період юності кожна людина так чи інакше переживає кризу, пов'язану з необхідністю самовизначення, у вигляді цілої серії соціальних і особистісних виборів та ідентифікацій. Якщо юнакові/юнці не вдається своєчасно вирішити ці завдання, у нього формується неадекватна ідентичність.

Дифузна, розмита ідентичність — стан, коли індивід ще не зробив відповідального вибору, наприклад, професії чи світогляду, що робить його образ «Я» розпливчастим і невизначеним.

Неоплачена ідентичність — стан, коли юнак прийняв певну ідентичність, минувши складний і болісний процес самоаналізу, він уже включений у систему дорослих відносин, але цей вибір зроблений не свідомо, а під впливом ззовні або за готовим стандартам.

Відстрочена ідентичність, або ідентифікаційний мораторій — стан, коли індивід знаходиться безпосередньо в процесі професійного і світоглядного самовизначення, але відкладає ухвалення остаточного рішення на потім.

Досягнута ідентичність — стан, коли особистість вже знайшла себе і вступила в період практичної самореалізації.

Використовується також термін «психосоціальна ідентичність», інтегруючий різні аспекти індивідуальної самоідентифікації.

Ідентичність набувається людиною в ході індивідуального розвитку і є результатом психологічних процесів соціалізації, ідентифікації, особистісної інтеграції тощо.

У міру засвоєння індивідом соціокультурних зразків, норм, цінностей, прийняття і засвоєння різних ролей у взаємодіях з іншими людьми його **самоідентифікації** змінюються, і більш-менш остаточно його ідентичність складається до кінця юнацького віку. Розрізняються позитивні і негативні ідентичності (Е. Еріксон).

Закріпленню **негативної ідентичності** («злочинець», «божевільний» і т. д.) індивіда може сприяти практика «навішування ярликів», спеціальний або груповий тиск (Еріксон, Р. Лейнг, Т. Сас, Е. Гофман та ін.) Можлива втрата індивідом ідентичності, пов'язана або з віковими психологічними кризами, або з швидкими змінами в соціокультурному середовищі. Втрата ідентичності проявляється в таких явищах, як відчуження, деперсоналізація, аномія, маргіналізація, психічні патології, рольові

конфлікти, девіантна поведінка та ін. Кризи ідентичності в індивідуальному житті, пов'язані з віковими кризами (наприклад, кризою перехідного віку), певною мірою універсальні. У період швидких змін в соціокультурній системі криза ідентичності може приймати масовий характер, що може мати і негативні, і позитивні наслідки (забезпечення можливості закріплення технічних нововведень, нових традицій, соціальних ролей, норм, зразків, структурних змін, адаптації індивідів до змін і тощо). Разом з тим механізм ідентичності є необхідною умовою спадкоємності соціальної структури та культурної традиції.

Запитання для самоконтролю:

1. *Дайте визначення ідентичності?*
2. *Три головні модальності ідентичності – це?*
3. *Дифузна, розмита ідентичність – це?*
4. *Поясніть визначення «негативної ідентичності» ?*

27.ЗАСТОСУВАННЯ МОДЕЛІ ЗДОРОВОЇ ТА БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.

Модель – це об'єкт, який відповідає іншому об'єкту (оригіналу), замінює його в ході пізнання і дає про нього чи його частину певну інформацію. В основі моделі лежить певна аналогія, відповідність між досліджуваним об'єктом і його моделлю, що дозволяє переходити від моделі до самого об'єкта, використовувати на ньому результати, одержані за допомогою моделі.

Досліджуючи проблему формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання, визначає модель як відображення (схематичне, описове) етапів «входження» особистості у фізичну культуру у вигляді рівневого виявлення, використання і розвитку певних потенційних показників у співвідношенні із поступовою реалізацією диференційованих педагогічних завдань за певними видами диференціації та максимального наближення до еталону фізичної культури особистості – її фізичної досконалості. З огляду на зазначене, під моделлю ми будемо розуміти схему, яка відображає основні структурні складові процесу підготовки майбутніх учителів початкових класів, необхідних для їхньої підготовки до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у подальшій професійній діяльності.

Для дитини здоров'я набуває сенсу тільки тоді, коли вона починає розуміти його значення для ефективного виконання тієї чи іншої діяльності у грі або навчанні. У створенні внутрішньої картини здоров'я бере участь вся особистість загалом. Чим складніше психіка, чим різноманітніші мотиви діяльності, тим більшого значення набуває для дитини її стан здоров'я. У віці 6-

7 років дитина не тільки здатна оцінювати своє здоров'я, але і намагається зберігати його, за постійної підтримки дорослих. Коли дитина тільки переступила поріг школи, їй важко звикати до режиму навчання, саме тому потрібна вмiла, чуйна і тактовна підтримка вчителя. У своїй педагогічній діяльності педагогу важливо створювати сприятливі умови навчання дитини в школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик виховання); забезпечувати оптимальну організацію навчального процесу, повноцінний раціонально організований руховий режим. Так, для створення сприятливого мікроклімату доцільно: перевірити освітлення, температурний режим, перевірити кімнату, дотримуватись правил гігієни, чистоти в класі, створити затишок, а розсаджуючи дітей за парти, ураховувати: вади здоров'я (зір, слух), зріст, психологічну сумісність. Упроваджуючи нові прогресивні технології та інтерактивні методи навчання, учителям слід дотримуватись правила: «Не нашкодь, навчаючи». Для цього під час навчального процесу потрібно стежити за своєчасною зміною статичної напруги під час письма та читання (фізкультхвилинки, вправи для корекції зору, музичні паузи); забезпечувати зміну різних видів навчальної діяльності, використовувати наочність з урахуваннями вимог гігієни; ураховувати позитивні емоції, які полегшують засвоєння матеріалу, що, своєю чергою, зменшує втому, стимулює вищу нервову діяльність, покращує психологічний клімат у класі. Компетенції безпеки життєдіяльності молодших школярів цілеспрямовано формуються на уроках з основ здоров'я. Метою цього предмету визначено формування в учнів здоров'язбережувальних компетенцій на основі засвоєння ними знань про здоров'я та безпеку, практичних навичок здорового способу життя та безпечної поведінки, повсякденної практичної діяльності щодо збереження власного здоров'я та здоров'я інших людей, що сприятиме утвердженню ціннісного ставлення до життя і здоров'я. Науковці доводять, що компетенції є особистісним утворенням, яке проявляється в процесі активних самостійних дій людини. У контексті безпеки життєдіяльності ці компетенції визначають як знання, уміння і навички, за допомогою яких людина може бути максимально готовою до всіх нестандартних ситуацій і явищ навколишнього середовища. Проведення уроків з основ здоров'я у початковій школі полягає в тому, що оволодіння комплексом компетенцій зі збереження здоров'я і безпеки життєдіяльності потребує багаторазового вправлення, насамперед у процесі групової взаємодії. Тому необхідна організація практичної, ігрової, індивідуальної та колективної діяльності учнів, що ґрунтується на суб'єктсуб'єктній взаємодії вчителя з учнями і учнів між собою. Такий підхід (за визначенням ООН) отримав назву «освіта на основі набуття життєвих навичок» і характеризується застосуванням інтерактивних методів навчання, що забезпечує ефективне засвоєння учнями навчального матеріалу і відпрацювання ними поведінкових навичок. Розпочинаючи наше дослідження, ми насамперед визначили, якими навичками безпеки життєдіяльності діти мають оволодіти. З'ясовано, що стосовно навичок безпечної поведінки вдома діти повинні вмiти: зберігати власну оселю від потрапляння до неї

зловмисників; дотримуватися безпечної поведінки в побуті (пожежа, пошкодження електричного обладнання, газо- і водопостачання тощо); уникати небезпечних ігор із сірниками, інструментами, засобами побутової хімії; передбачати негативні наслідки порушення правил безпечного поводження вдома. Щодо навичок безпечної поведінки в школі діти повинні вміти: безпечно поводитися під час ігор, на перервах, у спортивній залі, їдальні, близько вікон, біля туалету, на сходових маршах, на шкільному подвір'ї; передбачати наслідки власних негативних дій. Щодо навичок безпечної поведінки на автошляхах і дорогах діти повинні вміти: дотримуватися правил дорожнього руху під час переходу проїзної частини дороги, регульованого і нерегульованого перехрестя дороги, майдану (в населеному пункті й поза межами населеного пункту); переходити дорогу з обмеженою оглядовістю, за несприятливих умов, за умови активного руху транспорту; дотримуватися правил безпечної поведінки біля залізничного переїзду та переходу залізничної колії; користуватися дорожньою розміткою та дорожніми знаками; аналізувати дорожню обстановку та приймати рішення про перехід проїзної частини дороги; дотримуватися правил безпечної поведінки пасажирів (на зупинці, у салоні, під час посадки та висадки, переходу дороги під час висадки з транспорту); передбачати наслідки порушення правил безпечної поведінки пасажирів. Щодо навичок безпечної поведінки в соціумі діти повинні вміти: дотримуватися безпечних правил поведінки у дворі (вибір безпечних місць для ігор, розваг; пожежонебезпечні та вибухонебезпечні предмети; незнайомі люди); дотримуватися правил безпечної поведінки у навколишньому природному середовищі (літній відпочинок у лісі; на воді; біля води; зимові розваги; стихійне лихо); надавати само- і взаємодопомогу в різних ситуаціях; передбачати негативні наслідки порушення правил безпечної поведінки у докїллі; дотримуватися правил безпечної поведінки в різних видах діяльності та екстремальних ситуаціях. Під час проведення констатувального етапу експерименту було виявлено, що головною проблемою є пасивність вчителів у підготовці до уроків з основ здоров'я. Майже всі обирають методом навчання монологічну розповідь або бесіду, у той час коли для реалізації мети курсу і засвоєння вищеперелічених навичок дітьми потрібен творчий метод навчання. Як відомо, учень набуває навичок у діяльності, через прийняття рішень та відпрацювання моделей поведінки. Тому на відміну від традиційних уроків, коли вчитель переважно говорить, а учні слухають, на заняттях з основ здоров'я слід використовувати інтерактивні методи навчання, що ґрунтуються на активній участі самих учнів. Акцент робиться не на засвоєнні окремих умінь і навичок, а на розвитку індивідуальних особливостей; не на педагогічні вимоги, а на педагогічну підтримку, співробітництво і діалог учителя з учнем; не на обсяг знань, а на цілісний розвиток, саморозвиток особистості учня, його залучення до здоров'язбережувальної діяльності та орієнтації на успіх. У такому разі учень не лише теоретично засвоїть знання з безпеки життєдіяльності, але й навчиться практично використовувати їх. Під час експерименту було з'ясовано, що для

формування в учнів компетенції безпеки життєдіяльності урок з основ здоров'я має проходити за такими етапами:

1. Підготовчий етап. Полягає в отриманні та частковому узагальненні вражень про небезпеку, що може чатувати на дітей у докiллі. Доречні такі форми і методи роботи, як екскурсія, цiльова прогулянка, спостереження, читання художніх творів, розглядання iлюстрацій, перегляд відеофiльмів, мультфiльмів тощо.

2. Основний етап. Робота з формування певної системи уявлень та вироблення навичок безпечної поведінки. На цьому етапі доцiльно застосовувати рiзні види iгор з елементами безпеки життєдіяльності, бесiди, складання описових та творчих розповiдей дiтьми, розучування комплексів загальнорозвивальних вправ, вiршiв, виконання трудових доручень тощо.

3. Практичний етап. На цьому етапі дiти мають застосовувати набуті знання та вмiння на практицi. Доречним буде використання таких форм і методiв роботи, як розв'язання проблемних ситуацій, творчих завдань, пошуково-дослiдницька дiяльнiсть, проведення свят, розваг, змагань, конкурсiв тощо. На уроках, де основна увага придiлена безпецi життєдіяльності, цiкавим і повчальним є розiгрування певних життєвих ситуацій пiсля усного обговорення теми. Це допомагає дiтям не лише усвідомити нову iнформацiю, але й навчитися застосовувати її на практицi пiд керiвництвом вчителя. Важливим також є використання на уроках iнтерактивних засобiв навчання. Iснує безлiч відео та мультфiльмiв повчального характеру, що демонструють небезпечні ситуацiї та шляхи їх вирiшення. Пiсля їх перегляду важливим є обговорення та аргументування учнями своєї думки, а також їхні пропозицiї вирiшення проблеми. Таким чином дiти не тiльки засвоюють матерiал, але й вчаться застосовувати його через виконання практичних завдань. Важливою ланкою в формуванні у молодших школярiв компетенцій безпеки життєдіяльності є робота вчителя з батьками, оскiльки бiльшiсть часу дiти проводять саме з ними. Вiдомо, що поведiнка авторитетних дорослих (якими, як правило, є батьки) часто дублюється дiтьми, тому вчитель також має придiляти увагу роботi з батьками. Розбiжностi вимог до дитини з боку батькiв вдома та вчителiв у школi можуть викликати в дитини почуття образи, збентеження та навіть агресiї. Перед вчителем постає завдання — зацiкавити батькiв перспективою подальшого розвитку дiтей, зробити батькiв своїми одностудцями. Методiв такої роботи багато, до одного з них можна вiднести «Тиждень знань з основ безпеки життєдіяльності». Важливо, аби батьки усвідомили, що не можна вимагати вiд дитини виконання будь-якого правила поведiнки, якщо вони самi їх не дотримуються. Батькам можна запропонувати на батькiвських зборах вiдповiсти на питання опитувальника. Він має мiстити перелiк питань, таких як: «Що знає ваша дитина про електрику?», «Чи зберiгаєте ви в будiвлi легкозаймистi речовини?», «Як часто ви розмовляєте з дитиною про небезпеку тих чи iнших предметiв?» Цi питання допоможуть вчителевi орієнтуватися в обiзнаностi самих батькiв щодо правил безпеки життєдіяльності та дадуть чiтку картину, в яких умовах проживає учень з погляду безпеки. Отже, сучасний

вчитель початкової школи має володіти сукупністю не тільки певних науково-педагогічних знань, а й професійно-педагогічних умінь, навичок, ціннісних орієнтирів, що обумовлюють ефективне вирішення виховних завдань, пов'язаних з формуванням в молодших школярів здоров'язбережувальних компетенцій і безпосередньо компетенцій безпеки життєдіяльності.

Запитання до теми:

1. Що таке «модель»?
2. Якими навичками безпечної поведінки вдома мають володіти учні?
3. Назвіть етапи формування в учнів компетенції безпеки життєдіяльності на уроках з основ здоров'я?

28.ТЕХНОЛОГІЯ ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕГРОВАНИХ ЗАВДАНЬ У ПРОЦЕС ІВИВЧЕННЯ КУРСУ ЯДС

Інтеграція – це «процес, який передбачає взаємопроникнення різних частин

попереднього цілого, що супроводжується ускладненням, зміцненням зв'язків, що існують між ними, і обов'язковим створенням нових зв'язків». Такий процес веде до утворення нової цілісності.

Інтегровані уроки за формою організації та проведення можуть бути не тільки традиційними, а й нетрадиційними (уроки-подорожі, уроки-казки, уроки-проекти, урок-гра, урок-конкурс, урок-інтерв'ю, уроки-фантазії і мислення та інші).

Впровадження інтеграції в навчальний процес актуальне, тому що дає змогу:

- "спресувати" споріднений матеріал кількох предметів навколо однієї теми, усувати дублювання у вивченні ряду питань;
- ущільнити знання, тобто реконструювати фрагмент знань таким чином, засвоєння якого вимагає менше часу, проте породжує еквівалентні загальнонавчальні та технологічні уміння;
- опанувати з учнями значний за обсягом навчальний матеріал, досягти цілісності знань;
- залучати учнів до процесу здобуття знань;
- формувати творчу особистість учня, його здібності;
- дати можливість учням застосовувати набуті знання з різних навчальних предметів у професійній діяльності.

Суть інтегрованого навчання полягає в тому, що це така будова навчального курсу, в якому:

- окремі розділи тісно поєднані;
- можливості такого поєднання використовують максимально.

Інтегрований курс «Я досліджую світ» об'єднує навчальний зміст кількох освітніх галузей.

Залежно від варіанту типової освітньої програми таких галузей може бути три:

- природнича,
- громадянська та історична,
- соціальна та здоров'язбережувальна.

Або сім:

- мовно-літературна,
- математична,
- природнича,
- технологічна,
- соціальна та здоров'язбережувальна,
- громадянська та історична,
- інформатична.

Метою інтегрованого курсу «Я досліджую світ» є формування в учнів цілісної картини світу в процесі опанування соціального досвіду. Він охоплює систему знань про природу і суспільство, ціннісні орієнтації в різних сферах життєдіяльності, способи дослідницької діяльності. Інтегрований курс має сприяти розвитку наукової і технологічної грамотності учнів на основі набуття конкретного досвіду вирішення проблем.

Зміст запропонованої модельної програми інтегрованого курсу «Я досліджую світ» для 3-го класу передбачає вивчення 9-ти тем, які мають бути враховані також при викладанні інших навчальних предметів:

1. Подорожуємо і відкриваємо світ (вересень)
2. Між минулим і майбутнім (жовтень)
3. Чарівні перетворення (листопад)
4. Енергія (грудень)
5. Світ невідомий (січень)
6. Світ невидимий (лютий)
7. Приховані можливості речей (березень)
8. Погода вдома (квітень)
9. Я – людина (травень)

Практичну зорієнтованість інтегрованого курсу «Я досліджую світ» забезпечує виконання завдань предметно-перетворювальної діяльності, що передбачає планування дій у процесі виготовлення виробу, формування навичок спільної діяльності, розвитку творчих здібностей. Основне спрямування предметно-перетворювальної діяльності в 1-х класах передбачає розширення сенсорного досвіду дітей, розвиток моторики рук, координації рухів, формування пізнавальних процесів (сприймання, уваги, пам'яті, мислення та ін.), початкових прийомів роботи з інструментами

Питання для самоконтролю:

1. Що таке «інтеграція»?
2. Які є види інтегрованих уроків?
3. Назвіть сім освітніх галузей які поєднує курс ЯДС.
4. Яка мета курсу ЯДС?

29. СОЦІАЛЬНА СПРЯМОВАНІСТЬ УРОКІВ ЯДС

Яким же має бути сучасний урок, щоб забезпечити єдність навчання, виховання і розвитку особистості? Поняття "сучасний урок" отримує нове трактування і забарвлення, вимагає урахування особистісно орієнтованого, діяльнісного та компетентного підходів, використання вчителем інтерактивних методів і форм навчання. Основною ідеєю сучасного уроку є єдність навчання, виховання і розвитку. Тому вчитель має постійно тримати в полі зору всі аспекти уроку, вивчати його виховні можливості і, як результат, впливати на організацію всього виховного процесу, спрямувати його в належне русло.

Інтегрований курс «Я досліджую світ» повністю реалізує зміст освітніх галузей Стандарту початкової освіти: «Громадянської, соціальної і здоров'язбережувальної», «Природничої» — із залученням змісту інших галузей: «Технологічної», «Мовно-літературної», «Математичної», «Мистецької». Він має на меті розширити елементарні знання учнів про предмети і явища природи та соціуму; розкрити в доступній формі зв'язки між неживою і живою природою та впливом людини на природу; виховувати любов до Батьківщини; формувати вміння аналізувати, оцінювати, систематизувати, узагальнювати об'єкти та явища, визначати закономірність зв'язків між ними; виробляти практичні уміння і навички.

Соціальний розвиток 1 клас (6-7 років)

Соціальна ситуація, в яку потрапляє дитина у школі, – це світ, досі не відомих їй взаємин з однокласниками і вчителями. Учитель для першокласника – головний авторитет. Кожна дитина намагається отримати увагу і похвалу вчителя. Навіть ставлення до однокласників залежить від ставлення до них дорослих: «Я люблю тих, кого любить учитель».

Соціальний розвиток 2 клас (7-8 років)

Разом із навчальною діяльністю діти починають дедалі більше уваги приділяти взаєминам з учителями й однолітками. Учитель залишається для них авторитетом, але ставлення до нього стає більш особистим. Діти прагнуть спілкуватися з учителями на перервах, прогулянках.

Соціальний розвиток 3 клас (8-9 років)

Відбуваються зміни у взаєминах зі значущими дорослими (вчителями і батьками). Завдяки сформованій здатності до аналізу та критичного мислення діти починають реалістичніше оцінювати дорослих, але при цьому в них може виникнути негативне ставлення, «нігілізм», страх, злість чи образа за несправедливі переваги іншим учням, погані оцінки тощо. Дедалі більшого значення набувають взаємини з однолітками. Поступово втрачає значущість

формула: «Я люблю того, кого любить учитель». Самооцінка більше будується на взаєминах з однолітками: «Я хороший, тому що у мене багато друзів». У цьому віці діти більше прагнуть спілкуватися з однолітками своєї статі, тому вчитель має докладати зусилля, щоб об'єднати весь клас, підтримувати добрі стосунки між хлопчиками і дівчатками.

Соціальний вимір. **Повага до різноманітності:**

Повага до різноманітності — це визнання й активне прийняття того, що люди є рівними з огляду на свій людський статус.

Кожна людина є унікальною і має індивідуальні особливості, що визначені расою, етносом, статтю, сексуальною орієнтацією, соціально-економічним статусом, віком, фізичними здібностями, релігійними віруваннями, політичними переконаннями тощо. Повага до різноманітності — це більше, ніж толерантність, тобто пасивне прийняття відмінностей. Вона означає визнання та активне просування безумовної рівноцінності людей і народів.

Пов'язані здатності: активна толерантність, соціальна взаємодія, самооцінка, саморегуляція.

Соціальний вимір. **Емпатія**

Емпатія — це здатність зрозуміти чужі почуття і співпереживати без оціночних суджень.

Емпатія сприяє соціальній взаємодії, позитивним взаєминам і просоціальній поведінці. Уміння співпереживати стражданню інших людей важливе для розрізнення правильного від неправильного. Емпатія є важливим попередником і мотиватором для просоціальної поведінки. Діти з високим рівнем емпатії більш соціально компетентні і схильні до співпраці. Здатність співпереживати також важлива для якості відносин.

Пов'язані здатності: розуміння інших, турбота про інших, виявлення зловживань та неприпустимих форм поведінки, альтруїстична поведінка, вирішення конфліктів, розуміння та управління емоціями, активне слухання, повага до інших.

Соціальний вимір. **Участь**

Участь — це активність у діях і вплив на процеси, рішення та діяльність. Участь — це дія, спрямована на посилення і власного потенціалу, і потенціалу спільноти. Наприклад, участь у діяльності класу — це більше, ніж підняти руку. Це співпраця, обмін думками, спілкування, взаємна підтримка і взаємодопомога, словесне заохочення, співпереживання, загальна доброзичливість.

Пов'язані здатності: активне слухання, планування та організація взаємодії, презентації, концентрація, аналітичне мислення, творчість, упевненість.

Запитання для самоконтролю:

1. Які освітні галузі Стандарту початкової освіти реалізує інтегрований курс «Я досліджую світ»?
2. Дайте визначення термінів :
 - Повага до різноманітності

- Емпатія
- Участь.

30.ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА СПРЯМОВАНІСТЬ УЧНІВ УРОКІВ ЯДС.

Здоров'язбережувальна спрямованість - вміння організувати та здійснювати ЗЗД; вміння підвищувати рівень рухової активності дітей; моделювання та використання різних форм та методів здоров'язбереження, створення здоров'язбережувального середовища, спрямованого на передумови формування здоров'я.

Мета використання здоров'язбережувальної освітньої технології – забезпечити учневі можливість збереження здоров'я упродовж періоду навчання у школі; сформувані у школярів необхідні знання, уміння, навички здорового способу життя; навчити використовувати отримані знання в повсякденному житті. Здоров'язбережувальна педагогіка передбачає, що будь-які технології повинні володіти здоров'язбережувальним потенціалом; організація навчально-виховного процесу має здійснюватися без шкоди для здоров'я учня та педагога.

Серед **здоров'язберігаючих технологій** розрізняють власне:

**здоров'язберігаючі* (профілактичні щеплення, забезпечення рухової активності, вітамінізація, організація здорового харчування);

**оздоровчі* (фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, арттерапія);

**технології навчання здоров'ю* (включення відповідних тем до змісту предметів загальноосвітнього циклу);

**виховання культури здоров'я* (факультативні заняття з розвитку особистості учнів, позакласні і позашкільні заходи, фестивалі, конкурси тощо).

Важливими **завданнями** впровадження здоров'я збережувальних технологій є:

- *підвищення рухової активності дітей і молоді;*
- *максимальне використання засобів мистецтва для духовного, емоційного розвитку учнів;*
- *створення позитивного мікроклімату в колективі навчального закладу;*
- *використання можливостей дозвілєвої діяльності;*
- *інтеграція та координація зусиль соціальних, державних і громадських інститутів;*
- *упровадження педагогіки підтримки у взаємовідносинах «педагог–учень»*

Основними **напрямами** роботи вчителя початкової школи із здоров'язбереження учнів є:

1. Створення здоров'язберігаючої інфраструктури, яка передбачає комплекс умов для розвитку дитини та збереження її здоров'я:

- стан і утримання будівлі й приміщень школи відповідно до гігієнічних нормативів;

- обладнання фізкультурного залу, спортивних майданчиків необхідним інвентарем;

- наявність і необхідне оснащення медичного кабінету;

2. Раціонально організований навчальний процес:

- використання методів і методик навчання, адекватних віковим можливостям і особливостям учнів;

- впровадження будь-яких інновацій у навчальний процес тільки під контролем спеціалістів.

- раціональна організація уроків фізичної культури.

3. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи. Робота в режимі навчального та позанавчального процесу передбачає такі заходи:

- організація ранкової гімнастики, динамічних пауз, фізкультхвилинок на уроках;

- організація роботи спортивних секцій;

- проведення спортивно-оздоровчих заходів (дні спорту, змагання, олімпіади, походи).

4. Профілактика і динамічне спостереження за станом здоров'я учнів:

- використання рекомендованих і затверджених методів профілактики захворювань (профілактика порушень постави, зору, стомлюваності внаслідок розумового навантаження);

- аналіз і обговорення на педрадах стану здоров'я школярів;

- ведення карти здоров'я класу (школи);

5. Просвітницько-виховна робота. Даний блок реалізує систему заходів, спрямованих на формування в учнів понять про цінності здоров'я і здорового способу життя, профілактики шкідливих звичок. Робота проводиться за такими напрямками:

- самопізнання: звертається увага на стан загального душевного комфорту, виховується система ціннісних установок;

- Я і інші: передбачає роботу з соціальної адаптації учнів, навчання способам поведінки в суспільстві;

- здоровий спосіб життя: передбачає роботу з вивчення стану здоров'я та профілактики шкідливих звичок;

- проведення "Днів здоров'я", конкурсів, свят;

6. Просвітництво батьків з питань здоров'я дітей.

- Педагогічне просвітництво батьків з питань впливу сім'ї на здоров'я дитини має низку напрямів: історико-етнографічний, аксіологічний, медико-біологічний, психолого-педагогічний.

- Підготовка батьків до розвитку й виховання дитини може бути здійснена й різними шляхами: шляхом самоосвіти за допомогою спеціальної літератури та навчання молоді в умовах вищих навчальних закладів освіти.

Молодший шкільний вік є найбільш проблемним для здоров'я дитини, оскільки з початком систематичного шкільного навчання спостерігається різке

зменшення її рухової активності. Батьки мають бути поінформовані, що погіршення постави, слабкість опорно-рухового апарату, ожиріння – найбільш часті та явні ознаки недостатньої рухової активності дитини.

Запитання для самоконтролю:

- 1. Що таке здоров'язберезувальна спрямованість?*
- 2. Яка мета здоров'язберезувальної освітньої технології?*
- 3. Назвіть основні завдання впровадження здоров'я зберезувальних технологій.*
- 4. Які ключові напрями роботи вчителя початкової школи із здоров'язбереження учнів вам відомі?*

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Безпека життєдіяльності (забезпечення соціальної, техногенної та природної безпеки: Навч. посібник. В.В. Бегун, І.М. Науменко К.: , 2004. 328 с.
2. Боков В.А., Лущик А.В. Основы экологической безопасности: Учеб. пособие. Симферополь: СОНАТ, 1998. 224 с.
3. Джигирей В. С., Жидецький. Безпека життєдіяльності. Львів: Афіша, 1999. 254 с.
4. Безпека життєдіяльності .Є.П. Желібо, Н. М. Заверуха, В.В. Зацарний. За ред. Є.П. Желібо: Навч. посібник. Львів: Новий Світ– 2000, 2001. 320 с.
5. Береза В.Д., Комунікативна компетенція як основа формування національної свідомості особистості.Рідна школа. 2006. № 5. С. 14.
6. Бех І. Д. Духовні цінності розвитку особистості . Педагогіка і психологія. 1997. №4. С. 124-129.
7. Бібік Н. Компетентність і компетенції у результатах початкової освіти. Початкова школа. 2010. № 9. С. 14.
8. Бібік Н. Основи здоров'я в початковій школі: метод. коментар. Початкова школа. 2005. № 10. С. 42– 47.
9. Большакова І. Міжпредметна інтеграція змісту навчання . Початкова освіта. 2013.
- 10.Ващенко О.М. Організація навчально-виховного процесу з «Основ здоров'я» в 14 класах : навч.метод. посібник. Кам'янецьПодільський : ФОП Сисин О.В., 2010. С. 261– 284.
- 11.Ващенко О.М. Особливості побудови здоров'язбережувального освітнього середовища початкової школи. Здоров'я та фізична культура. 2014. №4 (292). С. 2–9.
- 12.Використання інтерактивних методів навчання [Електронний ресурс] . О. М. Ковальова, Н. А. СафаргалінаКорнілова, Н. М. Герасимчук, О. А. Кочубей. 2016. Режим доступу до ресурсу: <http://www.refs.in.ua/mkochubejoavikoristannyainteraktivnihmetodivnavchan-nya.html>.
- 13.Власенко О. Без уроків математики та історії .Директор школи 2015. №9– 10. С.5
- 14.Воронцова Т. В. Вчимося жити разом. Посібник для вчителя з розвитку соціальних навичок у курсі «Основ здоров'я» (основна і старша школа) . Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко та ін.К.: Алатон, 2017. 376 с.
<https://drive.google.com/drive/folders/0Bzt9FAqrO9WcLXZwZVIJaFBCS3c>.
- 15.Воронцова Т. В. Основи здоров'я. 5 клас: Посібник для вчителя . Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко. К.: Алатон, 2013. 260 с.
http://autta.org.ua/files/resources/pos_dlya_vch_5_kl_ukr.pdf.

- 16.Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Основи здоров'я. Підручник для 7 класу загальноосвітніх закладів. http://autta.org.ua.ua.resources.textbooks_materials.
- 17.Гельбак А.М. Формування підприємливості учня як ключової компетентності для життя : [методичні рекомендації]. Кропивницький : КЗ «КОШПО імені Василя Сухомлинського», 2017. 24 с.
- 18.Герцик М. С. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт» : навч. посіб. 3є вид., вип. і доп. Х. : ОВС, 2004. 176 с.
- 19.Гидденс Э. Трансформация интимности: сексуальность, любовь и эротизм в современных обществах. СПб, 2004
- 20.Глощанов Б.Р. Історія фізичної культури і спорту [Текст]: навчальний посібник для пед. вузів Б. Р. Голощанов. М.: «Академія», 2001. 312 с.
- 21.Горгош Л.І. Інтеграція традиційних та інноваційних технологій в навчально-виховному процесі початкової школи. Розкази онуку.2009. №12. С.48.
- 22.Гордон Драйден, Джаннетт Вос. Революція в навчанні . Пер. з англ. М. Олійник. Львів: Літопис, 2005. 542 с.
- 23.Гудков Л. Д. Негативная идентичность. М., 2004. 124с.
- 24.Гусак П.М., Зимівець Н.В., Петрович В.С. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології: Монографія . [за ред. дра педагог. наук, проф. П.М. Гусака].Луцьк: ВАТ.Волинська обласна друкарня”, 2009. 219 с.
- 25.Державний стандарт початкової освіти. Постанова КМУ № 87 від 21.02.2018 року
- 26.Дідик О. В. Компетентнісно орієнтовне навчання . Х.: Основа. 2010.
- 27.Дудчак Г.С. Виховання особистості через створення оптимального середовища . Г.Д. Дудчак . Початкова школа. 2006. № 5. С. 30– 33.
- 28.Єдинак, Г. Фізична культура в школі: молодому спеціалісту: навч.метод. посіб. Кам'янецьПоділ., 2000. 305 с.
- 29.Єресько, О. Методичні рекомендації щодо вивчення предмета «Основи здоров'я». Здоров'я та фізич. культура. 2005. № 6. С. 13– 15.
- 30.Желева О.І. Формування навичок здорового способу життя: метод. посіб. Золотоноша, 2014. 147с.
- 31.Завацький В. І. Фізіологічна характеристика розвитку організму школярів : монографія. Луцьк : Надстир'я, 1994. 152 с.
- 32.Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. . Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. К. : Олімп. л– ра, 2011. С. 83–86.
- 33.Здоров'язбереження учнів початкової школи як засіб досягнення сталого розвитку держави . Сталий розвиток: проблеми та перспективи : зб. наук. праць . За ред. О.А. Дубасенюк. Житомир: Видво ЖДУ ім. І.Франка, 2013. С. 232– 241.
- 34.Здоров'язбережувальна педагогіка: [навч.метод. посіб.] . Л.В. Сливка. ІваноФранківськ: видавець Кушнір Г.М., 2016. 200 с.

35. Ильинский И.М. Ради себя и «других», ради будущего... .. : Издво Моск. гуманит. унта, 2011. 245 с.
36. Інтерактивні технології навчання [Електронний ресурс] . Україномовні реферати Режим доступу до ресурсу: <http://www.refotext.com/referattext165871.html>.
37. Калиниченко І.О. Формування здоров'я школярів в умовах навчально-виховного закладу . І.О. Калиниченко . Довкілля та здоров'я. К., 2003. № 3. С. 17– 25.
38. Калошин В.Ф. Психічне здоров'я школярів . Обдарована дитина. 2008. №1. С. 26– 30.
39. Книга про здоров'я: Збірник. Укл.: Ю.В. Махотін, О.В. Карєва, Т.М. Лосєва. Під. ред. Ю.П. Лісіцина. М.: Медицина, 1988. 123с.
40. Конвенція про права дитини [Електронний ресурс] : Міжнародний документ від 20.11.1989. Електрон. текст. дані. Режим доступу: [http://zakon2.rada.gov.ua/laws.show.995_021](http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/995_021). Назва з екрана.
41. Концепція навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок . авт.упоряд. Марі Ноель Бело. К.: Генеза, 2005. 80 с.
42. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді . Основи здоров'я : кн. для вчителя. К. : Генеза, 2005. С. 4757.
43. Коцур Н.І. Психогігієна: Навчальний посібник для вузів. 1983. С. 57 – 90.
44. Крылов А. Н. Эволюция идентичностей: кризис индустриального общества и новое самосознание индивида. М., 2010. 145с.
45. М'ягченко О.П. Безпека життєдіяльності людини та суспільства. Бердянськ: АРІУ при ЗДУ, 2002. 492с.
46. Мартиненко С. Як зберегти психічне здоров'я дитини? . Початкова школа. 2014. №5. С. 41– 43.
47. Навички заради здоров'я. Навчання здоровому способу життя на засадах розвитку навичок: важливий компонент школи, дружньої до дитини, школи, що підтримує здоров'я. ВООЗ К., 2004.
48. Нова українська школа: poradnik для вчителя . Під заг. ред. Бібік Н. М. К.: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2017. 206 с.
49. Омельченко О.В. Особливості професійнопедагогічної діяльності вчителя початкових класів з організації здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу : Автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спеціальність 13.00.04 теорія і методика професійної освіти. Харків, 2008. 20 с.
- 50.** Організація профілактичної роботи у навчальних закладах: посібник для адміністраторів системи освіти . О. В. Березюк, Т. В. Воронцова, О. В. Єресько, В. С. Пономаренко, І. А. Скорбун. Київ: «Здоров'я через освіту», 2014. 128 с.
51. Освітні технології: Навч.метод. посіб. . О. М. Пехота, А. З. Кіктенко, О. М. Любарська та ін.; За заг. ред. О. М. Пехоти. К.: А.С.К., 2001. 256 с.

52. Основи здоров'я : програма для загальноосвіт. навч. закладів. 1– 4 класи. Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів із навчанням українською мовою. 14 класи. К. : Освіта, 2012. С. 314–329.
53. Прищеп С.М. Шляхи формування підприємницької компетентності учнів у сучасному інформаційному суспільстві . Збірник матеріалів V Всеукраїнської науковопрактичної конференції молодих учених “Наукова молодь.2017” (14 груд. 2017 р., м. Київ).
54. Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року : Розпорядження КМУ від 14 грудня 2016 р. № 988р.
55. Психологія групової ідентичності: закономірності становлення: [монографія] . П. П. Горностай, О. А. Ліщинська, Л. Г. Чорна та ін. ; за наук. ред. П. П. Горностая. К. : Міленіум, 2014. 252 с.
56. Розиток життєвих навичок. Навчально– методичний посібник для роботи зі старшокласниками і випускниками інтернатних закладів для дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування. Київ, 2011. 86с.
57. Рудніцька, І. Формування здорового способу життя молоді : підлітковий вік . І. Рудніцька . Психолог. 2004. № 13. С. 1525.
58. Соціальні детермінанти здоров'я і благополуччя підлітків. Дослідження «Поведінка дітей шкільного віку у випадку охорони здоров'я»: міжнародний звіт за результатами обстеження 2009–2010 рр. (Серія «Політика охорони здоров'я дітей і підлітків»). Вип. 6 . під ред. Currie С та ін. Копенгаген: Європейське регіональне бюро ВООЗ, 2012. 253 с.
59. Теорія і методика фізического виховання . под ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. М. : Фізкультура і спорт, 1976. Т. 1. 303 с.
60. Уроки здоров'я: методичний посібник. Авторупорядник Кириленко С.В. Харків: Скорпіон, 2004. 88 с.
61. Формування здорового способу життя: Навч. посіб. для слухачів курсів підвищення кваліфікації державних службовців. О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комарова та ін. К., Український інститут соціальних досліджень, 2000, 232 с.
62. Фрейре П. Педагогіка пригноблених . Пауло Фрейре. К., 2003. 168 с.
63. Яремко З.М. Безпека життєдіяльності: Навч. посіб. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2005. 301 с.
64. ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning [Electronic resource]. Available at: <https://ec.europa.eu/education/sites/education/files/annexrecommendationkeycompetenceslifelonglearning.pdf>.
65. ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning [Electronic resource]. Available at:

- <https://ec.europa.eu/education/sites/education/files/annexrecommendationkeycompetenceslifelonglearning.pdf>.
66. Charting the Course of Education and HIV (Education move). Paris: UNESCO Publishing, 2014. 187 p.
67. Charting the Course of Education and HIV (Education move). Paris: UNESCO Publishing, 2014. 187 p.
68. http://autta.org.ua/files/files.%D0%9D%D0%B0%D0%B2%D1%87%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%20%D0%AF%20%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B6%D1%83%D1%8E%20%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%2012%20%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81_compressed.pdf
69. <http://blog.i.ua/user/5404870.1758261>.
70. <http://coh.rv.ua/formuvannyafundamentugromadyanskopozitsii>.
71. <http://dlse.multycourse.com.ua.ua/page/15.109#2>
72. <http://dlse.multycourse.com.ua.ua/page/19.115>
73. <http://dlse.multycourse.com.ua.ua/page/19.116>
74. http://ir.znau.edu.ua/bitstream/123456789.7319.1.VZNAU_2001_1_343348.pdf
75. http://ilt.multycourse.com.ua/public_html/files_uploaded/files.5%20%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81_%20%D0%A2%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3%203_%20%D0%9F%D1%80%D0%BE%20%D0%BF%D0%BE%D1%87%D1%83%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D1%96%20%D1%81%D0%BF%D1%96%D0%B2%D1%87%D1%83%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf
76. <http://ilt.multycourse.com.ua.ua/page/22.104#2>
77. http://multycourse.com.ua.ua/print_page/module.15#1
78. <http://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji.45pyatnadtsyatavseukrajinskapraktichnopiznavalnainternetkonferentsiya.278kompetentnisniipidkhiduzmistipochatkovojiosviti>
79. <http://nzp.tnpu.edu.ua/article/view/65382>
80. <http://studies.in.ua/jurydychnaencyklopedijasimja.3392pravadtey.html>
81. http://www.ukrcenter.com/!FilesRepository.Literature%5C_Upload3.fcf48454f6294857b104c36f9611c4f8.pdf
82. <http://zdoroviasposib.blogspot.com/2012.09.blogpost.html>
83. <https://dduvs.in.ua/wpcontent/uploads/files/Structure.library.student.lectures.0930.10.1.pdf>
84. <https://kinokrad.co/328856molodezhka6sezon.html>
85. <https://klasnaocinka.com.ua/ru/article/kompetentnisniipidkhidunavchannimolodshikhshk.html>
86. <https://klasnaocinka.com.ua/ru/article/kompetentnisniipidkhidunavchannimolodshikhshk.html>

87. <https://kpmu.km.ua/upload/medialibrary/8ca.BYEITYENAzkykhkhzhkyaoersfkhkIatsuszyeshch.pdf>
88. <https://narodnaosvita.com.ua/573515umnyavchitisya.html>
89. <https://naurok.com.ua/post/rozvivaemopidpriemnickukompetentnistuchniv>
90. <https://nenc.gov.ua/doc/autoref.babkina.pdf>
91. [https://nus.org.ua/wpcontent/uploads/2017/09.T817006UYAdoslidzhuyusvitsuprovid.pdf](https://nus.org.ua/wpcontent/uploads/2017/09/T817006UYAdoslidzhuyusvitsuprovid.pdf)
92. [https://osvita.ua/legislation.Ser_osv.59891](https://osvita.ua/legislation/Ser_osv.59891).
93. https://osvita.ua/school/lessons_summary/administration.38128
94. https://osvita.ua/school/lessons_summary/edu_technology.37772.
95. https://osvita.ua/school/lessons_summary/upbring.33124.
96. <https://osvita.ua/school/method/upbring.286>.
97. <https://osvita.ua/vnz/reports/sociology.12435>.
98. [https://pidruchniki.com/1040101761141.etika_ta_estetika.estetichne_vihovan_nya](https://pidruchniki.com/1040101761141/etika_ta_estetika/estetichne_vihovan_nya)
99. [https://pidruchniki.com/85491.bzhd.zdoroviy_sposib_zhittya_skladovi_zagaln_a_harakteristika_umov_formuvannya](https://pidruchniki.com/85491/bzhd/zdoroviy_sposib_zhittya_skladovi_zagaln_a_harakteristika_umov_formuvannya)
100. [https://sites.google.com/site.osnovizdorova9klas.navcanna.1samorealizaci_aosobistosti](https://sites.google.com/site/osnovizdorova9klas/navcanna.1samorealizaci_aosobistosti)
101. [https://stud.com.ua/27471.meditsina.profilaktika_shkidlivih_zvichok](https://stud.com.ua/27471/meditsina/profilaktika_shkidlivih_zvichok)
102. [https://stud.com.ua/555.bzhd.osnovi_osobistoyi_bezpeki_sferi_zhittyediy_alnosti](https://stud.com.ua/555/bzhd/osnovi_osobistoyi_bezpeki_sferi_zhittyediy_alnosti)
103. [https://studfile.net/preview.5199905](https://studfile.net/preview/5199905).
104. [https://studfile.net/preview.7283787.page:6](https://studfile.net/preview/7283787/page:6).
105. [https://svitdovkola.org.pilot.3.metodrec](https://svitdovkola.org/pilot.3.metodrec)
106. [https://uk.wikipedia.org/wiki.%D0%9F%D0%BE%D1%87%D1%83%D1%82%D1%82%D1%8F](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D1%87%D1%83%D1%82%D1%82%D1%8F)
107. [https://uk.wikipedia.org/wiki.%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0_%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B8](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0_%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B8)
108. [https://uk.wikipedia.org/wiki.%D0%A2%D0%B2%D0%BE%D1%80%D1%87%D0%B5_%D0%BC%D0%B8%D1%81%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B2%D0%BE%D1%80%D1%87%D0%B5_%D0%BC%D0%B8%D1%81%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F)
109. <https://vseosvita.ua/library/rozvitokfizicnihakostejumolodsihskolariv98469.html>
110. <https://www.slideshare.net/opitnaa.ss15281000>
111. National Health Education Standards: achieving excellence [Electronic resource]. Available at: [https://sparkpe.org/wpcontent/uploads.NHES_CD.pdf](https://sparkpe.org/wpcontent/uploads/NHES_CD.pdf).
112. National Health Education Standards: achieving excellence [Electronic resource]. Available at: [https://sparkpe.org/wpcontent/uploads.NHES_CD.pdf](https://sparkpe.org/wpcontent/uploads/NHES_CD.pdf). № 40 (712). С. 4.

