

Тема: Вступ. Методика навчання предмету «Основи здоров'я» як педагогічна дисципліна. Зміст курсу «Основи здоров'я» у сучасній початковій школі.



План


1. Здоров'я та його складові.

2. Мета та завдання курсу «Методика навчання предмету «Основи здоров'я»». Предмет, завдання та структура. Зміст понять «валеологічна освіта» та «валеологічне виховання».

3. Навчально-виховне значення шкільного предмету «Основи здоров'я». Зміст, мета та структура інтегрованого курсу основи здоров'я у початковій школі.

1. Здоров'я та його складові.

Здоров'я – стан загального фізичного, психологічного та соціального благополуччя, а не лише брак хвороб і фізичних вад (ВООЗ); процес формування, збереження, зміцнення, відновлення фізичної, соціальної, психічної та духовної його складових.




Внутрішня рівновага організму людини – це збалансована робота всіх його функціональних систем: серцево-судинної, дихальної, нервової, гуморальної та ін. Внутрішня гармонія передбачає стан психічної зрівноваженості та духовної цілісності особистості.

Духовний аспект здоров'я визначає сенс життя людини, її гармонійність як індивідуума у спілкуванні з іншими людьми.

Невід'ємною частиною духовного здоров'я людини є її здатність до співпереживання та співчуття, добросовісність, доброзичливість, порядність, терпимість.

Психологічний аспект здоров'я – це збалансованість психічних процесів та їхніх проявів, тобто здатність особи керувати собою за умов високих життєвих навантажень на основі взаєморозуміння й емоційного комфорту в суспільстві, а також особистого внутрішнього комфорту.


Фізичний аспект здоров'я передбачає оптимальне, тобто без істотних відхилень функціонування всіх систем організму людини (серцево-судинної, дихальної, м'язової та ін.).



Соціальна складова здоров'я - ефективна взаємодія людини з соціальним середовищем.

2. Мета та завдання курсу «Методика навчання предмету «Основи здоров'я»». Предмет, завдання та структура. Зміст понять «валеологічна освіта» та «валеологічне виховання».

Основна мета валеологічної освіти педагогічних працівників – формування валеологічної культури вчителя як передумови його адаптації до нової педагогічної парадигми – гуманістичної спрямованості навчального процесу.



Методика навчання основам здоров'я – це наука про систему валеологічної освіти і виховання молоді, яка спрямована на формування, збереження і зміцнення здоров'я в процесі навчальної та трудової діяльності.

Основне концептуальне положення – людина є архітектором і будівничим власного здоров'я та життя.

Концепція валеологічної освіти в навчальних закладах усіх типів містить такі основоположні вимоги:

- засвоєння теоретичних знань з питань культури здоров'я;
- усвідомлення їх як складової частини загального світогляду національно свідомої особистості;
- систематичне зміцнення здоров'я, дотримання здорового способу життя та безпечної поведінки;
- розуміння та практичні дії психофізіологічної регуляції стану.

Об'єктом методики навчання основам здоров'я є навчально-виховний процес, у центрі якого знаходиться людина та збереження її здоров'я.

Предметом є валеологічні технології оздоровлення людини.

Завдання курсу:

- ❖ **визначити основні завдання та змісту шкільного предмета "Основи здоров'я", його місце в системі початкової освіти;**
- ❖ **ознайомитися з найдоцільнішими методами та формами роботи, розкрити методичні особливості вивчення учнями тем курсу, оволодіти методикою навчання дітей правил особистої безпеки;**
- ❖ **підвищити теоретичний рівень знань, удосконалити практично-методичні вміння, розвивати професійну самостійність, інтерес до творчої педагогічної діяльності, формування професійної компетентності.**

4. Навчально-виховне значення шкільного предмету «Основи здоров'я». Зміст, мета та структура інтегрованого курсу основи здоров'я у початковій школі.

Мета предмету – формування здоров'язберезувальної компетентності учнів на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я та безпеку, практичними навичками здорового способу життя і безпечної поведінки, виховання ціннісного ставлення до життя і здоров'я, сприяння всебічному розвитку дітей. Відповідно до навчального плану на вивчення предмета відводиться 1 година на тиждень.

Головними завданнями предмета є:

- 1. формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, взаємозв'язок організму людини із природним, техногенним і соціальним оточенням;**
- 2. розвиток в учнів мотивації дбайливого ставлення до власного здоров'я, удосконалення фізичних, соціальних, психічних і духовних його чинників;**
- 3. виховання в учнів потреби у здоров'ї, що є важливою життєвою цінністю, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя;**
- 4. розвиток умінь самотійно приймати рішення щодо власних вчинків;**
- 5. набуття учнями власного досвіду зі збереження здоров'я з урахуванням фізичного стану;**
- 6. розгортання у повсякденному житті практичної діяльності задля збереження власного здоров'я та здоров'я інших людей.**

Реалізація мети і завдань предмета буде ефективною за

УМОВИ:

7. постійного мотивування учнів до здорового способу життя і безпечної життєдіяльності;
8. застосування інтерактивних методів навчання, що забезпечують індивідуалізацію сприйняття, активну участь кожного учня і групову взаємодію;
9. урізноманітнення типів уроків (урок-тренінг, урок-екскурсія, урок-зустріч тощо);
10. переважання практичних дій і вправлянь у засвоєнні навчального матеріалу;
11. забезпечення зв'язку між теоретичними відомостями й можливостями їх практичного застосування;

Реалізація мети і завдань предмета буде ефективною за умови:

- 12. забезпечення змістових та мотиваційних зв'язків предмета з навчальним матеріалом інших предметів початкової школи (фізична культура, природознавство, «Я у світі», читання тощо);**
- 13. наявності навчально-методичного забезпечення для всіх учасників навчально-виховного процесу;**
- 14. наявності підготовленого педагога і відповідного освітнього середовища (зокрема, тренінгового кабінету);**
- 15. співпраці вчителя з батьками, батьків із дітьми;**
- 16. ціннісного ставлення вчителя до свого здоров'я, особистого прикладу дотримання правил здорового і безпечного способу життя;**
- 17. здійснення моніторингу за відповідністю процесу навчання критеріям його ефективності.**

Базові поняття:

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

Безпечна поведінка – поведінка людини, яка не загрожує її життю і здоров'ю та безпеці інших людей.

Компетентність щодо збереження здоров'я – це здатність учня застосовувати всі належні компетенції в конкретних життєвих або навчальних умовах та обставинах на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я.

Базові поняття:

Здоров'язбережувальні компетенції – це суспільно визнаний рівень знань, умінь, навичок, ставлень, які сприяють здоров'ю у всіх сферах життєдіяльності людини.

Структурування змісту програми здійснено відповідно до вимог Державного стандарту загальної початкової освіти:

- «Здоров'я людини»,
- «Фізична складова здоров'я»,
- «Соціальна складова здоров'я»,
- «Психічна і духовна складові здоров'я».