

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Кафедра педагогіки**

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ Г. О. Дороніна  
(підпис) (прізвище, ініціали)  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 р.

Реєстраційний № \_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 р.

**ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ДО ВИКОРИСТАННЯ  
ТЕХНОЛОГІЧНОГО ПІДХОДУ У ФОРМУВАННІ ЦІННОСТЕЙ  
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ**

Магістерська робота

студентки групи: ЗОПНм-22

ступінь вищої освіти: «магістр»

спеціальності: «011 Освітні, педагогічні науки»

Калюжної Владислави Андріївни

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент  
Потапенко О. Б.

Оцінка:

Національна шкала \_\_\_\_\_

Шкала ECTS \_\_\_\_\_ Кількість балів \_\_\_\_\_

Голова ЕК \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

## ЗАПЕВНЕННЯ

Я, *Калюжна Владислава Андріївна*, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

(підпис)

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ</b> .....	4
<b>ВСТУП</b> .....	5
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЦІННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ</b> .....	9
1.1. Визначення в науковій літературі досліджуваних у магістерській роботі понять «цінність» і «здоровий спосіб життя».....	9
1.2. Технологічний підхід як засіб формування цінностей здорового способу життя учнів старших класів.....	17
1.3. Педагогічні умови ефективного використання технологічного підходу в навчальній роботі.....	25
<b>Висновки до першого розділу</b> .....	32
<b>РОЗДІЛ 2. ФОРМУВАННЯ ЦІННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗАСОБОМ ТЕХНОЛОГІЧНОГО ПІДХОДУ</b> .....	35
2.1. Особливості впровадження технологічного підходу в навчальний процес закладу середньої освіти.....	35
2.2. Приклад використання технологічного підходу на уроках «Основи здоров'я».....	40
2.3. Підготовка майбутніх педагогів до практичного використання технологічного підходу в умовах педагогічного закладу вищої освіти.....	48
2.4. Моніторинг стану роботи з формування цінностей здорового способу життя старшокласників.....	51
<b>Висновки до другого розділу</b> .....	58
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	61
<b>СПИСОК ВИКОРИТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	65
<b>ДОДАТКИ</b> .....	70

## **ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ**

ВООЗ – Всесвітня організація охорони здоров'я

ЮНЕСКО – Організація Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури

ЗСЖ – здоровий спосіб життя

МОН України – Міністерство освіти і науки України

МОЗ України – Міністерство охорони здоров'я України

ЗВО – заклад вищої освіти

ЗСО – заклад середньої освіти

## ВСТУП

Входження України у новий період суспільно-політичного і соціально-економічного розвитку, відновлення державності, відродження багатого культурно-історичного досвіду та традицій національного виховання підвищує роль проблеми гармонійного розвитку людини, її соціалізації як здорової, життєздатної особистості. У звичайних суспільних умовах політика держави спрямована на підтримку та збереження здоров'я фактично здорових людей. Але в сучасних умовах ворожої агресії та воєнного стану реальна ситуація розгортається дещо за іншим сценарієм. Населення України все гостріше відчуває на собі вплив економічного та екологічного стану, психологічної напруги, які, на жаль, не відповідають його очікуванням щодо поліпшення якості життя і сталого соціально-економічного розвитку.

В умовах пандемії, воєнних дій, світової економічної і фінансової кризи, які позначилися в Україні найгіршим чином, ще більшого загострення набула низка проблем, які потребують нових наукових підходів до розв'язання та прийняття принципових рішень на рівні як держави, так і регіонів. Наслідками цих проблем є суттєве погіршення демографічної ситуації, зростання захворюваності населення та збільшення питомої ваги тяжких хвороб, лікування яких вимагає значних витрат. Тому в державній політиці на перший план виступає проблема формування цінностей здорового способу життя, як єдино можливого в сучасних умовах.

Проблема формування цінностей здорового способу життя досить ретельно висвітлюється в багатьох педагогічних, філософських і соціологічних працях. На тлі кризових явищ у суспільному житті і чисельних викликів особливої актуалізації ця проблематика набула на початку XXI століття як у світі, так і в Україні. Пошук ефективних шляхів формування цінностей здорового способу життя є проблемою міждисциплінарною.

У науково-педагогічній літературі проблему формування цінностей досліджували І. Бех [5], І. Зязюн [14], К. Левківська [22], С. Матяж [25].

Цінності здорового способу життя висвітлювали у своїх працях Л. Балабанова [3], Т. Воронцова [6], С. Рабійчук [36].

Реформування освітньої системи України в напрямку інтеграції в європейський освітній простір передбачає розробку та впровадження інноваційних освітніх систем і технологій. Рівень реалізації технологічного підходу є одним із найважливіших критеріїв, за яким визначаються конкурентоспроможність та престиж закладу освіти, оскільки освітні технології забезпечують системність, цілеспрямованість, ефективність, результативність його діяльності.

Як стверджується в Концепції розвитку педагогічної освіти (2018 р.), застарілі зміст, структура, стандарти та методики (технології) навчання в системі педагогічної освіти не забезпечують майбутнім педагогам можливості оволодіння компетентнісним підходом та сучасними ефективними інструментами педагогічної праці. Завдяки технологізації освіти підвищується мотивація учасників освітнього процесу до навчання, відстежується зв'язок навчального матеріалу з реальними викликами сьогодення.

Технологічний підхід в теорії і практиці освіти найбільш повно розроблено в працях Г. Єфремової [15], А. Кіктенко [30], О. Падалки [32], О. Пехоти [30].

Актуальність даної проблеми зумовила вибір темою магістерської роботи **«Підготовка майбутніх учителів до використання технологічного підходу у формуванні цінностей здорового способу життя старшокласників»**.

Тему магістерської роботи затверджено на засіданні кафедри педагогіки Криворізького державного педагогічного університету (протокол № 3 від 27 жовтня 2022 р.) та вченою радою фізико-математичного факультету Криворізького державного педагогічного університету (протокол № 3 від 03 листопада 2022 р.).

**Метою** магістерської роботи є вивчення особливостей підготовки майбутніх учителів до використання технологічного підходу у формуванні цінностей здорового способу життя старшокласників.

Мета магістерської роботи зумовила постановку таких її **завдань**:

1. Визначити в науковій літературі досліджуваних у магістерській роботі понять «цінність» і «здоровий спосіб життя».
2. Розглянути технологічний підхід як засіб формування цінностей здорового способу життя учнів старших класів.
3. Схарактеризувати педагогічні умови та особливості ефективного використання технологічного підходу в навчальній роботі.
4. Розглянути особливості підготовки майбутніх педагогів до використання технологічного підходу в умовах педагогічного закладу вищої освіти.
5. Проаналізувати моніторинг стану роботи з формування цінностей здорового способу життя старшокласників.

**Об'єкт дослідження** – підготовка майбутніх учителів до формування цінностей здорового способу життя учнів старшої школи.

**Предмет дослідження** – особливості підготовки майбутніх учителів до використання технологічного підходу у формуванні цінностей здорового способу життя старшокласників.

Для розв'язання поставлених завдань ми використовували такі **методи дослідження**:

- загальнонаукові: (*аналіз, систематизація, узагальнення*) дозволили системно опрацювати матеріали дослідження і сформулювати його висновки;
- конкретно-наукові: *метод порівняльного аналізу* сприяв уточненню поняттєво-термінологічному апарату дослідження; *метод теоретичного аналізу* наукових джерел і навчально-методичної літератури дозволив розкрити можливості формування цінностей здорового способу життя учнів старшої школи; *проблемно-пошуковий метод* виявив особливості ефективного використання технологічного підходу; *емпіричні методи* дозволили оцінити стан технологізації при викладанні навчального предмету «Основи здоров'я».

**Практична значущість** магістерської роботи полягає в можливості використання фактологічного матеріалу магістерської роботи, узагальнених висновків у викладанні навчальних дисциплін «Загальна педагогіка», «Методика виховної роботи», навчального предмету «Основи здоров'я» при написанні курсових і магістерських робіт.

**Джерельну базу дослідження** становлять: нормативно-правові акти, що визначають формування здорового способу життя учнівської молоді; науково-педагогічні видання, які містять публікації, які висвітлюють проблему дослідження.

**Апробація результатів дослідження** здійснювалась під час участі на науково-практичних конференціях і семінарах:

**Публікації.** За матеріалами дослідження було опубліковано статтю за темою «Технологічний підхід як засіб формування здорового способу життя учнів» в збірнику «Педагогічне Криворіжжя: педагогічний альманах» [17].

**Структура магістерської роботи.** Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи складає 73 сторінки, із них 64 сторінки основного тексту. Список використаних джерел містить 50 позицій.



## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЦІННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ

#### 1.1. Визначення в науковій літературі досліджуваних у магістерській роботі понять «цінність» і «здоровий спосіб життя»

Війна внесла серйозні корективи майже в усі сфери життя нашого суспільства і освіта не стала винятком. Найбільш актуальними та затребуваними залишаються знання щодо формування базових навичок безпечної поведінки та зміцнення і збереження життя і здоров'я. Військові дії на території України, мінні загрози, ракетні удари – це реальна небезпека для нашого життя. Саме тому зміцнення здоров'я, створення безпечних умов для учасників освітнього процесу у закладах середньої освіти є одним із головних пріоритетів держави в умовах дії правового режиму воєнного стану в Україні [21, с. 4].

З кожним роком збільшуються ризики для здоров'я населення. В останні роки фахівців бентежить стан з екологією та кліматом, суттєві зміни способу життя людей в умовах урбанізації, спалахи небезпечних інфекцій, погіршення культури харчування, різні соціально-економічні негаразди. Особливо страждає від негативних впливів навколишнього середовища підрастаюче покоління, яке найменше захищене від природних і соціальних ризиків: забрудненого атмосферного повітря, тривалого знаходження у приміщенні під час дистанційного навчання, соціальної ізоляції в умовах пандемії, стресових ситуацій під час воєнного часу [21, с. 4].

Фахівці фіксують тенденцію збільшення скарг дітей на стан свого здоров'я. Наприклад, втома фіксується у 64,1% першокласників і збільшується до 82,7% серед учнів старшої школи, що свідчить про серйозні проблеми адаптації дітей до умов освітнього процесу. З віком у школярів збільшується відсоток дітей, які мають періодичний головний біль. Якщо у першокласників він реєструється у 35,3% і зберігається на сталому рівні у дітей 5-11 класів на рівні 60 – 62% [21, с. 5].

За даними профілактичних медичних обстежень, стан здоров'я дітей щороку погіршується. Постійно зростає кількість учнів з хворобами опорно-рухової, серцево-судинної, дихальної, ендокринної систем. За останні роки кількість захворювань серед молоді збільшилася майже на 30%. За висновками лікарів, кожен третій старшокласник має відхилення в стані здоров'я. У дітей спостерігаються різноманітні порушення постави, схильність до частих захворювань. Понад 50% учнів мають незадовільну фізичну підготовку [16].

Частою патологією, яка спостерігається у школярів і наростає з віком є порушення зору, що зустрічається у 15,9% першокласників і вдвічі збільшується у випускників – 36,5%. Серед старшокласників порівняно з першокласниками в 1,5 рази більше дітей із хворобами зору та органів травлення, – у 2,5 рази з ендокринними розладами, у 3 рази – з порушеннями опорно-рухового апарату [21, с. 5]. Саме тому такого важливого значення набуває проблема формування цінностей здорового способу життя учнівської молоді.

Фундаментальним поняттям у магістерській роботі є поняття «цінність». Цінність – це достатньо широке поняття, яке включає в себе все, що може цінувати особистість, що є для неї значущим і важливим [1, с. 93]. У філософському словнику В. Шинкарука поняття «цінність» визначається як «належне та бажане, на відміну від реального, дійсного» [44]. Цінності розглядаються як осмислені свідомістю, етично обґрунтовані належні доброчесності й відповідні їм норми поведінки (мудрість, мужність, толерантність, вірність, правдивість, щирість); узагальнений зміст основних етичних понять (добро і зло, справедливість, щастя, гідність, честь, обов'язок) і принципів (альтруїзм, гуманізм, благоговіння перед життям); безпосередньо значимі для людини універсальні зразки, вимоги, ідеали моралі, які мають самостійний статус, схвалюються суспільною думкою, знаходять втілення в праві, релігії, мистецтві, філософії [44, с. 708].

Цінністю може бути щось матеріальне і нематеріальне. Якщо ми звернемося до більш загальної сторони цього питання, то зможемо визначити,

що загалом ціннісну систему людини розуміють як складний регулятор людської життєдіяльності, який у своїй організації та змісті відображає особливості об'єктивної дійсності, що охоплює зовнішній для людини світ, а також саму людину в усіх її об'єктивних характеристиках [1, с. 92]. Цінність визначається виходячи з наших потреб, матеріальних, соціальних чи духовних. Ці потреби формуються в процесі пізнання і оцінки дійсності. Коли людина пізнає дійсність, предмети, явища, то одразу визначає для себе їхню цінність або не цінність [1, с. 92].

Говорячи про цінності, ми не можемо оминати питання ціннісних орієнтацій, оскільки саме вони формуються під час виховання дитини. Тож ціннісні орієнтації (за С. Гончаренком) – це вибіркова, відносно стійка система спрямованості інтересів і потреб особистості, зорієнтована на певний аспект соціальних цінностей [7, с. 357]. Формування ціннісних орієнтацій у молоді важливе й із сторони необхідності сформувати соціально-активне суспільство, яке буде спрямовувати свою діяльність на розвиток держави.

Класифікація цінностей (їх групування за обраним критерієм, тобто ознакою) поділяє їх на внутрішні і зовнішні цінності. До базових внутрішніх цінностей особистості належать: особистісне зростання, любов і прив'язаність, здоров'я, служіння суспільству. До зовнішніх цінностей особистості ми відносимо: матеріальний добробут, рівень популярності особистості, її зовнішня привабливість [22, с. 23]. З огляду на час їх актуальності виділяються вічні та ситуативні цінності [22, с. 23]. Тобто ми розуміємо, що цінності розподіляються за тривалістю їх існування: деякі цінності є актуальними впродовж майже всієї історії людства, а є цінності, які актуальній дієві лише в конкретний історичний період. Залежно від сфери реалізації цінностей їх традиційно поділяють на духовні, моральні, релігійні, естетичні, матеріальні [22, с. 24].

Переходячи до більш вузькогалузевих класифікацій варто зазначити, що безпосередньо освітня система ґрунтується на загальнолюдських, групових та особистісних цінностях [22, с. 22]. Це цінності, які є пріоритетними для кожної

з зазначених структур, загальні і групові – об'єднують цінності, які відповідають способу життя, а особистісні – включають цінності, які характеризують інтереси конкретного індивіда [25, с. 29].

Педагогічні цінності характеризуються як норми, які регламентують педагогічну діяльність і виступають аксіологічним фоном взаємовідносин між суспільними уявленнями про систему освіти та діяльністю педагогічної спільноти. До зазначених цінностей можна віднести:

- цінності-цілі (вони представляють творчий характер освітньої діяльності всіх суб'єктів освітнього процесу; соціальну значущість педагогічної діяльності);
- цінності-засоби (відображають педагогічну діяльність; комунікативну сферу освітнього закладу, і дії, спрямовані на відображення суб'єктної сутності педагогів і учнів);
- цінності-відносини, (цінності взаємин між суб'єктами освітнього );
- цінності-якості (цінності особистих якостей);
- цінності-знання (система уявлень суб'єктів освітнього процесу про цілі, засоби, відносини і якості, які забезпечують ефективність процесу соціалізації особистості у сфері освіти, з одного боку, та ефективність педагогічного процесу – з іншого) [25, с. 28].

У різні вікові періоди учням необхідно прививати різні цінності та супіні їх поглиблення. Іншими словами, при формування методичних засад ціннісного підходу у навчально-виховній роботі необхідно враховувати вік учнів.

Так, наприклад, в учнів старшої школи вчителі формують духовно-моральні якості, стійкий імунітет до різних асоціальних впливів, готовність до виконання складних соціальних ролей, практичні вміння орієнтуватися та адаптуватися у складних життєвих ситуаціях, розв'язувати конфлікти на основі принципів толерантності, навички самореалізації [22].

Пріоритетне місце в системі базових загальнолюдських цінностей займають цінності здорового способу життя.

Важко визначити, коли вперше людина замислилася над проблемою збереження здоров'я та тривалості активного життя. В історії людства проблемі здорового способу життя завжди надавалося важливе значення в релігійній, філософській, соціально-політичній, історичній, правовій та етичній думці, починаючи з античних часів. На думку О. Федька, значна частина цієї філософсько-теоретичної спадщини людства і сьогодні не втратила своєї значущості, а проблеми, пов'язані зі способом життя людей залишаються актуальними для нас і сьогодні [42, с. 370-371].

У XVI ст. до н. е. в індійських «Ведах» були сформульовані основні принципи здорового способу життя і пропонувалися раціональні поради щодо збереження здоров'я людини. В трактаті Гіппократа «Про здоровий спосіб життя» дана проблема розкривається як реалізація певної гармонії духу й тіла, якої слід прагнути і досягати шляхом дотримання цілого ряду принципів і профілактичних заходів. В античному світі наявність гарного здоров'я була основним критерієм для забезпечення інтелектуального, духовного й фізичного розвитку підростаючого покоління [42, с. 370-371]. Під терміном «духовне здоров'я» давні греки розуміли ідеальний та нормальний стан психіки особистості, тому можна сказати, що поняття «психічне здоров'я» та «духовне здоров'я» вони вважали тотожними.

Як відомо, основоположником науки про здоров'я в сучасному її розумінні вважається І. Брехман, який обґрунтував методологічні основи здоров'я практично здорових людей. Цей напрям він назвав «валеологією». Здоров'я людини органічно й об'єктивно пов'язане зі способом її життя.

У філософському розумінні спосіб життя – це комплексна характеристика різних видів життєдіяльності людей у поєднанні з умовами життя суспільства. Спосіб життя охоплює всі сфери суспільного життя: працю, побут, суспільне життя, культуру, поведінку людей та їх духовні цінності.

Поняття «здоров'я» нерозривно пов'язане з поняттям «здоровий спосіб життя». З філософської точки зору «спосіб життя» – це поняття, яке характеризує особливості повсякденного життя людей. Воно охоплює працю,

побут, форми використання вільного часу, задоволення матеріальних та культурних потреб, участь у суспільному та політичному житті людей. Отже, можна стверджувати, що здоровий спосіб життя – це спосіб життєдіяльності, спрямований на збереження та покращання здоров'я людини [42 с. 372]. Також фахівці вважають, що спосіб життя – це історично визначений спосіб самореалізації людини в матеріальній і духовній сферах її життєдіяльності. Поняття «здоровий спосіб життя» не передбачає лише виконання гігієнічних норм і правил або викорінювання шкідливих звичок, дотримання режиму. На думку давніх людей, здоров'я нерозривно пов'язане з поняттям про красу, яка об'єднує природні і соціальні якості особистості, означає єдність фізичних і психічних процесів, їх досконалість – усе це, як вважає О. Федько, є красою [42, с. 371]. Ми також вважаємо, що взаємозв'язок між способом життя і здоров'ям розкривається в понятті «здоровий спосіб життя» (ЗСЖ).

Поняття «здоровий спосіб життя» об'єднує все, що сприяє виконанню людиною її професійних, громадських, побутових функцій в оптимальних для здоров'я умовах і виражає загальну зорієнтованість людини у напрямку збереження і зміцнення свого здоров'я. Під здоровим способом життя дослідники розуміють усвідомлене, відповідальне, активне ставлення до власного здоров'я, метою якого є формування, збереження і зміцнення всіх складових здоров'я людини [42, с. 373].

Значить, здоровий спосіб життя – це такий стиль існування, за якого через використання певних методів впливу на організм і його оточення, рівень життєздатності організму стає оптимальним, що знаходить вияв у постійному вдосконаленні і використанні всього потенціалу організму без завдання йому шкоди. Також слід додати, що активність організму та його фізичні, моральні, інтелектуальні можливості можуть зберігатися аж до самої старості. Отже, ми дійшли висновку, що здоровий спосіб життя є комплексним способом життєдіяльності людей, спрямованим на гармонічну підтримку фізичних, психічних, моральних, соціальних і трудових функцій [42, с. 374].

В основі способу життя ми знаходимо реалізацію як біологічних, так і соціальних принципів. До біологічних належать такі принципи:

- спосіб життя має будуватися згідно з віком;
- спосіб життя має забезпечуватися енергетично;
- спосіб життя мусить бути зміцнюючим;
- спосіб життя має бути ритмічним;
- спосіб життя має бути помірним.

До соціальних принципів можна віднести такі принципи:

- спосіб життя повинен бути естетичним;
- спосіб життя повинен бути моральним;
- спосіб життя повинен бути вольовим [42, с. 374].

Дослідники пропонують розглядати поняття «здоровий спосіб життя» з позицій взаємодії об'єктивних і суб'єктивних чинників. До об'єктивних чинників здорового способу життя вчені відносять:

- передумови для ведення здорового способу життя, а саме раціональне харчування, умови для занять фізичною культурою, відпочинок;
- сприятливе навколишнє середовище – повітря, вода, ґрунт, безпечні умови праці;
- економічні та інші стимули, а також фактори, що зумовлюють потребу людини вести ЗСЖ;
- пропаганду ЗСЖ [43, с. 375].

Учасники «круглого столу», який відбувся в Полтаві 11 квітня 2023 р. дійшли до висновку, що основними суб'єктивними складовими здорового способу життя є:

- раціональне харчування;
- фізична активність і загартовування;
- особиста гігієна;
- відсутність шкідливих звичок (вживання алкоголю, наркотичних речовин, тютюнокуріння);

- позитивні емоції;
- інтелектуальний розвиток;
- режим праці та відпочинку;
- самоконтроль за станом здоров'я [21, с. 6].

Важливе значення у формуванні та підтриманні здорового способу життя людини відіграє раціональне харчування, яке передбачає отримання необхідної кількості води, вітамінів, білків, жирів, вуглеводів, мікроелементів. Також необхідно підкреслити, що важливою умовою гарного самопочуття та здоров'я людини є відсутність шкідливих звичок. Не менш важливими факторами, які впливають на стан самопочуття виступають рухова активність і регулярні фізичні навантаження, спрямовані на покращення рівня фізичного розвитку людини. Також варто пам'ятати, що важливою складовою здорового способу життя є духовно-моральні цінності людини. Саме тому велику увагу треба приділяти формуванню свідомості особистості.

У своїй статті «Моделі формування здорового способу життя: психологічний аналіз у контексті цінностей і норм» Л. Балабанова розглядає модельні побудови дотримання ЗСЖ.

Основним твердженням когнітивної моделі є припущення про те, що якщо людина знає про небезпеку для здоров'я певного стилю поведінки, то вона почне ставитись до такої поведінки негативно і буде утримуватись від нездорового способу життя. Якщо людині відомо про корисність для здоров'я певних речей і способів поведінки, то знання про це автоматично приведуть до позитивного ставлення індивіда до відповідної поведінки [3, с. 13].

При розробці освітньої моделі робиться акцент на формуванні навичок, необхідних для прийняття важливих рішень, особливо щодо паління і вживання наркотичних речовин. Радикально-політична модель включає в себе зовнішні засоби, що впливають на прийняття відповідних рішень стосовно здоров'я. Вона передбачає внесення необхідних законодавчих змін, субсидій на харчування, наявність доступних спортивних занять, створює таке середовище, в якому ЗСЖ вважається пріоритетним та цінним. Модель самопідсилення



об'єднує в собі когнітивний підхід відносно представлення достовірної інформації, освітню модель, яка формує навички, необхідні для прийняття рішень, та надає відповідну психологічну підтримку індивіду відносно слідування ЗСЖ і радикально-політичну модель, яка сприяє створенню середовища, де реалізується здоров'язберігаюча поведінка [3, с. 14-15].

Отже, можна зробити висновок, що педагогічні поняття «цінність» і «здоровий спосіб життя» доволі широко та ґрунтовно розглянуто в науковій літературі, вони визначаються різноманітністю підходів і деталізованою розробкою структурних компонентів.

## **1.2. Технологічний підхід як засіб формування цінностей здорового способу життя учнів старших класів**

На думку фахівців, низький рівень здоров'я учнівської молоді пояснюється суспільно-політичними, соціально-економічними та ментальними причинами, до яких можна віднести:

- недостатнє визнання пріоритету здоров'я, мотивації на здоровий спосіб життя і культури здоров'я в українському суспільстві;
- агресивне соціальне середовище (конфлікти в родині, зловживання батьками алкогольними напоями);
- складну криміногенну ситуацію, комерціалізацію статевих стосунків, ранній початок статевого життя;
- незадовільну організацію харчування дітей, санітарно-гігієнічні проблеми, а також недоліки в організації навчально-виховного процесу;
- зростання стресів у зв'язку із веденням воєнних дій [43].

Як вважають фахівці, на практиці потрібно впроваджувати багатопрофільний підхід до справи формування цінностей ЗСЖ підростаючого покоління з урахуванням соціально-економічних та культурних умов. Прикладом реалізації такої національної стратегії на формування здорової нації може стати довгострокова політика в галузі охорони здоров'я, розробка та впровадження спеціалізованих молодіжних програм здоров'я, а також

покращення матеріальних умов для занять учнівською молоддю фізичною культурою і спортом, систематичні пропагандистські компанії моделей асоціальної поведінки (куріння, пияцтва, вживання наркотичних препаратів) [43].

Виходячи з таких міркувань, ми можемо сформулювати показники здорового способу життя учнівської молоді:

1. Рухова активність, яка виступає важливим показником здорового способу життя і безпосередньо пов'язана з обсягом фізичних навантажень.
2. Харчування. Тут головним чинником здорового способу життя є якісний склад продуктів харчування, що вживаються у повсякденному житті.
3. Шкідливі звички – паління, вживання алкоголю, наркотиків, інших хімічних речовин.
4. Безпечна сексуальна поведінка. Загрозлива статистика поширення в Україні в останні роки захворювань, що передаються статевим шляхом і ВІЛ/СНІДу, дані щодо погіршення репродуктивного здоров'я молоді потребують ретельного вивчення цих явищ у вітчизняному молодіжному середовищі [36, с. 233].

Як свідчать останні дослідження, рівень здоров'я учнівської молоді, як правило, безпосередньо пов'язаний з рівнем її освіти. Практика доводить, що чим вище середній рівень освіти у соціальному середовищі, тим кращі узагальнені показники здоров'я воно демонструє. Всі прекрасно розуміють, що піклування про власне здоров'я неможливе без системних знань про принципи, правила ЗСЖ. Ми погоджуємось, що розуміння поняття освіти як не лише валеологічної, а значно ширше – як загальної освіти в цілому. Чим більше знань молодь отримує з основних природничих, наукових, філософських, гуманітарних наук, тим більше вона має можливостей дотримуватись здорового способу життя [43]. Крім того, важливим є розуміння комплексного надання інформації, навчання методам, прийомам і навичкам здорового способу життя, виховання безумовного пріоритету цінностей індивідуального і громадського здоров'я.

Отже, ми можемо зробити висновок, що освіта заради здоров'я нації має бути спрямована на забезпечення збільшення спроможності молоді робити правильний вибір, посилювати контроль за здоров'ям, вчитися вмінням та навичкам ЗСЖ, грамотно спрямовувати свої зусилля на власне благополуччя і створення здорового середовища.

У формуванні ЗСЖ учнівської молоді найбільш дієвим і ефективним визнано технологічний підхід. Погляд на навчання як на процес технологічний, тобто такий, що відбувається за правилами, особливостями обраної педагогічної технології, допомагає вчителю бути успішним. Саме технологічний підхід забезпечує високу ефективність навчання. Тому можна стверджувати, що рівень професіоналізму вчителя сьогодні визначається безпосередньо рівнем його технологічності.

За визначенням ЮНЕСКО: «Педагогічна технологія – це системний метод створення, застосування і визначення всього процесу викладання і засвоєння знань з урахуванням технічних і людських ресурсів і їхніх взаємодій, що мають своїм завданням оптимізацію форм освіти». Звідси можна зробити висновок про важливість розробки і впровадження педагогічних технологій [9].

Як вважає С. Сисоєва, педагогічна технологія – це створена адекватно до потреб і можливостей особистості, теоретично обґрунтована навчально-виховна система соціалізації, особистісного і професійного розвитку фахівця в освітній установі, яка забезпечує ефективну реалізацію свідомо визначеної освітньої мети та можливості оптимального відтворення процесу на рівні, який відповідає педагогічній майстерності педагога [4].

Розгорнуте визначення поняття «технологізація» пропонує І. Зязюн, який вважає, що технологізація – історично неперервний в освіті процес. Ми також переконані, що завдяки технологізації в системі освіти здійснюється спадковість нових технологій, виникає готовність до їхньої адаптації через призму рефлексії. Також можна погодитись із твердженням, що технологізація освіти є об'єктивним процесом, який постійно розвивається, її напрямом

розвитку визначається науково-технічним прогресом і загальною технологізацією суспільства [8, с. 77].

Як вважає Г. Селевко, важливість технологічного підходу до організації педагогічного процесу полягає в тому, що він дає змогу:

- з більшою визначеністю передбачати результати та керувати педагогічними процесами;
- аналізувати та систематизувати на науковій основі наявний практичний досвід і його використання; комплексно розв'язувати освітні й соціально-виховні проблеми;
- забезпечувати сприятливі умови для розвитку особистості;
- зменшувати ефект впливу несприятливих обставин на людину;
- оптимально використовувати наявні в розпорядженні ресурси;
- обирати найефективніші й розробляти нові технології та моделі для розв'язання утворюваних соціально-педагогічних проблем [8, с. 78].

Вибір освітньої технології – це завжди вибір стратегії, пріоритетів, системи взаємодії, тактик навчання та стилю роботи вчителя з учнем. Для педагога, котрий навчився працювати на технологічному рівні, завжди буде головним орієнтиром пізнавальний процес та його подальший розвиток.

Значними рисами сучасних визначень понять «педагогічна технологія» є такі:

- розробка конкретного педагогічного задуму на базі ціннісних орієнтацій, цільових настанов автора або колективу під конкретний очікуваний результат;
- побудова технологічної послідовності дій у відповідності до запланованої мети, та гарантованих досягнень міцного засвоєння рівня державного стандарту освіти усіма учнями;
- своєчасне прогнозування взаємопов'язаної діяльності вчителя та учнів при забезпеченні освітніх потреб кожного учня у відповідності до його індивідуальних здібностей;

- поступове та послідовне втілення елементів педагогічних технологій будь-яким учителем;
- діагностичні процедури, які містять критерії, показники, засоби вимірювання результатів діяльності [37].

Для того, щоб правильно обрати педагогічну технологію, необхідно провести перевірку її структури щодо можливостей цієї технології використання в конкретних умовах педагогічної діяльності:

1. Розуміння актуальності педагогічної технології для вивчення досвіду організації навчально-виховного процесу, що передбачає аналіз цільових орієнтирів, концептуальних положень, результатів навчально-виховної діяльності.
2. Встановлення відповідності процесуальної частини педагогічної технології умовам і можливостям роботи учителя.
3. Аналіз доцільності запропонованої витрати часу та інтелектуальних зусиль [37].

На думку фахівців, структурними складовими реалізації технології є наступні:

1. Ідентифікація у відповідності з прийнятою систематизацією.
2. Назва технології, що відображає принципову ідею, сутність системи, що використовується.
3. Стислий опис провідних ідей, гіпотез, принципів технології: цільові настанови, орієнтація, головний фактор розвитку, який використовується, наукова концепція засвоєння.
4. Особливості змісту даної технології складають орієнтацію на особистісні структури; об'єм змісту освіти, дидактична структура навчального плану, матеріалу, програм, форми викладу.
5. У процесуальній характеристиці технології представлена доцільність та оптимальність окремих елементів, комплекс усіх методичних засобів, адекватність змісту освіти контингенту студентів (учнів).

6. Програмно-методичне забезпечення повинно відповідати вимогам науковості, технологічності, цілісності та реальності здійснення (навчальні плани та програми, навчальні та методичні посібники, дидактичний матеріал, наочні та технічні засоби навчання, діагностичний інструментарій) [37].

Г. Майборода стверджує, що технологія – це не данина моді, а стиль сучасного науково-практичного мислення. Технологізація освітніх процесів, на думку дослідників, передбачає розподіл процесу навчання на етапи, фази, операції, порядок і поступовість дій, спрямованих на досягнення результату діяльності, а також задіяних в початковому процесі технологічних процедур і операцій [24, с. 77].

До критеріїв технологічності вчені відносять такі вимоги:

- технологія має розроблятися у межах певної педагогічної концепції (критерій концептуальності);
- як системоутворювальний компонент технології повинні розглядатися цілі, згідно з якими мають визначатися всі інші її складові (критерій цілеспрямованості);
- має містити діагностичні процедури, за допомогою яких можна визначити ступінь досягнення запланованих цілей у будь-який проміжок часу (критерій діагностичності);
- необхідною виявляється відповідність організаційної складової технології її цільовому компоненту (критерій оптимальності);
- упровадження технології повинно забезпечити досягнення запланованих результатів усіма учасниками навчально-виховного процесу (критерій надійності) [34, с. 50].

Технологічний підхід в освіті дає змогу аналізувати і систематизувати практичний досвід і його використання, оптимально використовувати наявні ресурси, створювати сприятливі умови для організації навчально-виховного процесу. Технологічна підготовка майбутнього педагога – це складова професійної підготовки, що пов'язана з ознайомленням із сучасними

педагогічними технологіями, виробленням умінь і навичок використання технологічного інструментарію, набуттям технологічних знань [24, с. 79].

В умовах переходу до технологічного підходу в сучасній освіті актуальною стає заміна парадигми навчання: перехід від репродуктивного навчання до навчання як діяльності, що потребує аналізу, порівняння, оцінних суджень, генерування нових ідей, висування прогностичних гіпотез, педагогіки співробітництва. За таких умов роль учителя полягає не стільки в передачі готових знань, умінь і навичок, а більше в розумній організації інноваційного процесу навчання, в якому учень спиратиметься на особистий природний потенціал, поступово включатиметься у спільну діяльність учня та вчителя. Ця стратегія спрямована на індивідуальну самореалізацію та розвиток особистісних якостей учня в процесі засвоєння ним навчального матеріалу [14, с. 134].

Поняття «педагогічна техніка» в науково-педагогічній літературі розуміється як сукупність прийомів і засобів, спрямованих на чітку й ефективну організацію навчальних занять. Характерною тенденцією розвитку сучасної педагогічної технології є застосування системного аналізу у вирішенні практичних питань, пов'язаних з використанням навчального устаткування та технологічних засобів навчання [32]. Головним критерієм системного аналізу на всіх рівнях загалом є критерій оптимальності.

Сутністю технологічного підходу більшість дослідників вважають

- визначення раціональних засобів досягнення мети;
- модернізацію, оптимізацію і інтеграцію навчального процесу;
- особистісно орієнтовану спрямованість [10].

Реалізація технологічного підходу спрямована на досягнення конкретної мети, яка має бути діагностичною, на відміну від існуючих декларативних. Метою технологічної підготовки є формування технологічної компетентності майбутнього фахівця. До технологічних компетентностей ми відносимо:

- *аналітичні* (виконання технологічних завдань, здатність аналізувати процес використання педагогічних технологій);

- *аксіологічні* (ціннісно-смилові, які дозволяють формувати цінності і ціннісні орієнтації);
- *методичні* (здатність ефективно організовувати навчально-виховний процес і обирати для використання оптимальний зміст навчального матеріалу, форми, методи, прийоми і засоби роботи);
- *рефлексивні* (здатність аналізувати власні дії та об'єктивно оцінювати ефективність використання педагогічних технологій);
- *прогностичні* (здатність передбачати незаплановані варіанти діяльності);
- *комунікативні* (встановлювати контакт з учнівською аудиторією, володіти техніками ефективного педагогічного спілкування) [24, с. 80].

С. Криштоф зазначає, що значимість технологічного підходу до організації педагогічного процесу полягає в тому, що такий підхід дає змогу:

- передбачати результати і керувати педагогічними процесами;
- аналізувати і систематизувати на науковій основі отриманий практичний досвід і його використання;
- комплексно вирішувати освітні та соціально-виховні проблеми сучасної школи;
- забезпечувати сприятливі умови для розвитку особистості;
- зменшувати ефект впливу несприятливих обставин на людину;
- оптимально використовувати наявні в розпорядженні людські та технічні ресурси;
- обирати найбільш ефективні і розробляти нові технології та моделі для вирішення виникаючих соціально-педагогічних проблем [20, с. 94-95].

Педагогічний процес може розглядатися як технологічний, якщо він організований у вигляді чіткої послідовності визначених кроків, спрямованих на досягнення поставленої мети, що дає змогу отримати бажані результати із заздалегідь заданими кількісними та якісними показниками і відповідає критеріям технологічності – тобто системі вихідних положень щодо конструювання будь-якої педагогічної технології [20, с. 95].



С. Криштоф називає такі критерії технологічності, які мають бути враховані при організації навчального процесу:

- *концептуальність* (будь-яка педагогічна технологія обов'язково спирається на конкретну наукову концепцію, що охоплює філософське, психологічне, дидактичне і соціально-педагогічне обґрунтування її змісту);
- *системність* (у всіх педагогічних технологіях простежуються всі ознаки педагогічної системи, а саме – логіка навчального процесу, взаємозв'язок його складових частин, цілісність);
- *керованість*, що припускає можливість проектування процесу навчання, поетапної діагностики, варіювання засобами і методами з метою корекції досягнутих результатів;
- *ефективність* (сучасні педагогічні технології працюють у конкурентних умовах і повинні бути ефективними за результатами, гарантувати досягнення запланованого стандарту навчання);
- *відтворюваність*, що передбачає об'єктивну можливість застосування педагогічної технології (тобто її повторення та відтворення) в інших освітніх установах, іншими суб'єктами освітнього процесу [20, с. 95-96].

### **1.3. Педагогічні умови ефективного використання технологічного підходу в навчальній роботі**

Загальнонаукове поняття «умова» розглядається як компонент комплексу об'єктів (речей, їх станів, взаємодій), з якого виходить феномен існування відповідного явища. Визначення поняття «умова» в педагогіці пов'язане з педагогічним осмисленням цієї категорії [33].

Визначення змісту поняття «педагогічні умови» в науково-педагогічній літературі дозволяє нам представити такі варіанти її тлумачення:

- сукупність об'єктивних можливостей, змісту, форм, методів, педагогічних прийомів;

- результат цілеспрямованого відбору, конструювання й застосування елементів змісту, методів (прийомів), а також організаційних форм навчання для досягнення дидактичних цілей;
- чинники (обставини), від яких залежить ефективність функціонування педагогічної системи;
- обставини, від яких залежить та відбувається цілісний продуктивний педагогічний процес;
- система певних форм, методів, реальних ситуацій, що об'єктивно склалися чи суб'єктивно створені, та вважаються необхідними для досягнення конкретної педагогічної мети [33].

Отже, можна зробити висновок, що педагогічні умови – це структурна оболонка педагогічних технологій; певні обставини, завдяки яким реалізуються компоненти технологій.

*Першою педагогічною умовою* ми розглянемо дотримання чинного законодавства України щодо збереження здоров'я людини.

Здоров'я людини в Україні розглядається як одне з найголовніших немайнових благ особи. Статтею 3 Конституції України здоров'я людини, її життя, соціальною особиста честь і гідність, недоторканність та безпека, визначене найвищою цінністю: «Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю. Права і свободи людини та їх гарантії визначають зміст і спрямованість діяльності держави. Держава відповідає перед людиною за свою діяльність. Утвердження і забезпечення прав і свобод людини є головним обов'язком держави.» [18].

У нормативних документах України здоров'я визначається як стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів. Таким чином, у національне законодавство України практично імплементоване визначення здоров'я, прийняте ВООЗ.

*Друга педагогічна умова, яку ми вважаємо важливою обставиною формування ЗСЖ учнівської молоді засобом використання технологічного підходу – це формування резильєнтності як базового вміння подолання стресових ситуацій всіма учасниками освітнього процесу.*

Психіка українських дітей в останній час опинилася під впливом багатьох негативних і загрозливих чинників: раптова зміна звичних умов життя, сигнали повітряної тривоги, тривале перебування в укриттях, загроза обстрілів, вимушений переїзд з рідного дому, вимкнення електроенергії. Це зумовило необхідність формування адаптивних умінь і навичок, які підвищують можливості особистості подолання стресових ситуацій. Всі учасники освітнього процесу, а особливо – учні, стали потребувати педагогічної підтримки у розвитку психологічної стійкості в рази більше [21, с. 7].

У психології стрес розглядається як система реакцій організму у відповідь на будь-яку вимогу до нього, яка спрямована на створення адаптації чи пристосування до труднощів. Розвиток стресу має три стадії:

1. Стадія тривоги, коли в людини прискорюється дихання, змінюються тиск і пульс.
2. Стадія опору, яка настає у випадку, якщо стрес-фактор не зникає.
3. Стадія виснаження (дистрес), коли резерви людини виснажуються, загальна опірність організму знижується [21, с. 7-8].

Психологи під резильєнтністю (психологічною стійкістю) розуміють здатність людини успішно пристосовуватися до порушень, які загрожують її життю. На думку фахівців – це ключова властивість, яка запобігає переходу стресу на стадію виснаження [21, с. 8].

Для успішного подолання стресу вчені пропонують для практичного використання концепцію «Правил Стійкості Педагога», яка складається з таких технік:

1. «Дбаємо про власну безпеку та захищеність тих, хто поруч» – відновлення відчуття безпеки через розуміння специфіки проживання кожною людиною ситуацій, пов'язаних із загрозою життю.

2. «Реагуємо на свої почуття та допомагаємо дітям проживати їхні» – безпечне та екологічне реагування на емоційні проблеми особистості, які накопичуються через значні стрес-фактори.
3. «Враховуємо можливості мозку, що працює у стресі» – брати до уваги особливості функціонування мозку в умовах зовнішніх загроз.
4. «Створюємо середовище спільних цінностей» – формування освітнього середовища, наповненого груповими та суспільними цінностями.
5. «Плекаємо майстерність турбуватися про себе» – опора на ресурси психологічного та фізичного комфорту [21, с. 8].

*Третя педагогічна умова* – використання індивідуального підходу під час формування цінностей здорового способу життя.

Як вважають фахівці, індивідуальний підхід як принцип реалізується у всіх сучасних педагогічних технологіях і тому індивідуалізацію навчання можна вважати свого роду проникаючою технологією, тобто такою особливою організацією навчального процесу, що має ознаки технологізованості, а індивідуальний (особистісно орієнтований) підхід, індивідуальні та індивідуалізовані форми є пріоритетними [20]. Педагогічна технологія індивідуалізації навчання являє собою своєрідну динамічну систему, яка охоплює всі ланки навчального процесу, а саме: мету, зміст, методи, прийоми, форми і засоби навчання. Індивідуальний підхід у навчанні та використанні педагогічних технологій спрямований на попередження неуспішності учнів, формування загально-навчальних умінь та навичок, розвиток пізнавальних інтересів, покращення мотивації навчання, виховання особистісних якостей [20].

На нашу думку, вдосконалення підготовки сучасного вчителя має бути спрямоване на забезпечення можливості у застосовувати педагогічні технології навчання на основі індивідуального підходу до кожного учня, що можливо здійснити тільки за умови індивідуалізації процесу оволодіння професійними знаннями, уміннями та навичками у педагогічному закладі вищої освіти.

Серед основних принципів підготовки майбутніх педагогів до застосування індивідуального підходу при використанні педагогічних технологій слід назвати:

- *варіативність процесу навчання*, яка передбачає розмаїття змісту, форм та методів у підготовці та проведенні навчальних занять, а також диференційований підхід у розподілі завдань;
- *співробітництво і взаємодопомогу в навчанні*. Процес реалізації цього принципу співвідноситься з основним стрижнем сучасної освітньої парадигми – гуманізації освітнього процесу;
- *активізацію студентів у процесі навчання*, що вимагає заохочення творчості, стимулювання індивідуальної дослідницької діяльності [20].

Індивідуалізація процесу підготовки майбутніх учителів до застосування технологічного підходу вимагає уточнення позицій суб'єктів навчання та способів їх взаємодії на основі суб'єкт – суб'єктних відносин, співробітництва і ділового партнерства.

Позиція викладача полягає в тому, щоб виступати в якості консультанта, радника, який допомагає організувати навчальну роботу, підтримує ініціативу і зворотний зв'язок, розвиває індивідуальність, допомагає в пошуку джерел інформації [20]. Позиція студента передбачає вільний вибір рівня і складності завдань; пізнавальну активність, формування індивідуального стилю творчої діяльності з усвідомленням темпу свого просування.

Так, наприклад, при проведенні практичних і семінарських занять з урахуванням специфіки технологічної побудови навчального процесу необхідно окреслювати шляхи подальшого самостійного вивчення навчального матеріалу, визначати способи використання отриманих теоретичних знань у практичній діяльності. При цьому кожна форма навчання здійснюється як цілеспрямована навчальна діяльність, в ході якої студент стає в положення суб'єкта навчальної діяльності, джерела ідей, опонента, що під час колективного обговорення проблеми.

Основне завдання викладача – створити умови для професійної активності студентів, свідомої постановки ними завдань творчого розвитку, що має ряд особливостей:

- співробітництво викладача і студентів (педагогічне партнерство);
- конструювання навчальної діяльності, яка дозволяє розкрити суб'єктивний досвід, поглибити і розширити педагогічні знання;
- створення розвивальної атмосфери зацікавленості;
- стимулювання різноманітних способів виконання завдань;
- оцінювання не лише кінцевого результату, але і самого процесу пізнавальної діяльності;
- формування професійно-педагогічного мислення;
- заохочення до самостійної пізнавальної діяльності, формування потреби в професійному самовихованні й самоосвіті;
- створення творчої атмосфери, що дозволяє проявляти студентам ініціативу, самостійність [20].

*Четверта педагогічна умова* – врахування вікових та індивідуальних особливостей розвитку старшокласників.

Що стосується фізичного розвитку, то в учнів старшого шкільного віку часто можна спостерігати характерні для підліткового віку проблеми зі здоров'ям (наприклад, недостатня або зайва вага, проблемна шкіра). В окремих ситуаціях, коли відбувається збіг несприятливих обставин, це може спричинити дисморфобію – психічний розлад, при якому людина занадто стурбована незначним дефектом своєї зовнішності. Необхідно розуміти, що такий розлад починається в підлітковому віці і часто супроводжується високим ризиком суїцидів. Тому саме підлітки потребують особливо делікатного ставлення з боку батьків і вчителів щодо їхнього зовнішнього вигляду, а також формування навичок позитивної та конструктивної самооцінки [6, с. 36].

Виходячи з цього, при формуванні здорового способу життя, вчителю слід приділяти увагу створенню позитивної атмосфери на уроці, підтримувати

школярів та зміцнювати впевненість у власних силах і можливостях. Для виконання таких завдань, на наш погляд, найбільше підійде педагогічна технологія «створення ситуації успіху», яка дозволяє успішно долати невпевненість, усуває перешкоди і значно підвищує самооцінку учня.

Ситуація успіху представляє собою суб'єктивний психічний стан задоволення наслідком фізичної, розумової або моральної напруги виконавця справи. Вона досягається, коли сам учень визначає досягнутий результат як успіх. Усвідомлення ситуації успіху учнем, розуміння її значущості виникає в учня після здолання своєї боязкості, невміння, незнання, психологічного ураження та інших видів труднощів.

Ситуація успіху штучно створюється вчителем, який на деякий час посилює оцінний акцент на позитивних якостях праці учня, зовсім не зважаючи на наявні недоліки. Учитель при цьому розуміє тимчасовість штучно створеної ситуації, яка надалі коригується шляхом поступового (коли дитина повірить у свої сили) вказування на недоліки та їх спільного, а потім і самостійного виправлення. Отже, штучність створеної ситуації поступово повністю зникає [30].

Також необхідно зазначити, що інтелектуальний рівень розвитку, наприклад дев'ятикласників, дещо наближається до інтелекту дорослої людини. Порівняно з восьмикласниками учні 9-го класу можуть виглядати більш врівноваженими. Хоча вони все рівно гостро переживають з приводу своєї зовнішності та стосунків з однолітками. Багато старшокласників починають замислюватися над своїм майбутнім, і це може призвести до зростання мотивації до пізнавальної діяльності. Але буває навпаки, що в такому віці учні емоційно занурюються в підліткові компанії і живуть тільки сьогоднішнім [6, с. 36]. Саме тому при формуванні здорового способу життя учнів на уроках «Основи здоров'я» бажано використовувати технологію розвивального навчання, як дозволяє приділити головну увагу не лише накопиченню знань, а, головним чином, спрямована на розвиток мисленневих здібностей.

Зрозуміло, що спілкування з однолітками залишається вирішальним у становленні особистості підлітків. Позитивний досвід такого спілкування, як правило, сприяє успішній соціалізації, але іноді може підштовхнути до асоціальної поведінки. У спілкуванні з друзями учні старшого шкільного віку стають більш самостійними, частіше цінують власну думку, поведуться відповідно до власних поглядів і переконань. Вони прагнуть романтичних стосунків з протилежною статтю, але не завжди вміють їх будувати. З боку дорослих важливо роз'яснювати необхідність рівноправних стосунків, розвінчувати гендерні стереотипи, формувати та розвивати вміння і навички впевненої поведінки [6, с. 21].

Також фахівці вважають важливою педагогічною умовою ефективного використання технологічного підходу як засобу формування цінностей ЗСЖ старшокласників дієву систему моніторингу (детальніше це питання буде розглянуто в другому розділі магістерської роботи).

### **Висновки до першого розділу**

Цінністю у загальнонауковому розумінні можна вважати складний регулятор людської життєдіяльності, який у своїй організації та змісті відображає особливості об'єктивної дійсності, що охоплює зовнішній для людини світ, а також саму людину в усіх її об'єктивних характеристиках. Ціннісні орієнтації (за С. Гончаренком) – це вибіркова, відносно стійка система спрямованості інтересів і потреб особистості, зорієнтована на певний аспект соціальних цінностей.

Педагогічні цінності характеризуються як норми, які регламентують педагогічну діяльність і виступають аксіологічним фоном взаємовідносин між суспільними уявленнями про систему освіти та діяльністю педагогічної спільноти. До зазначених цінностей можна віднести: цінності-цілі, цінності-засоби, цінності-якості, цінності-знання.

В учнів старшої школи вчителі формують духовно-моральні якості, імунітет до різних асоціальних впливів, готовність до виконання важливих



соціальних ролей, уміння орієнтуватися і адаптуватися у складних життєвих ситуаціях, розв'язувати конфлікти на основі принципів толерантності, поваги до себе та інших людей. Але пріоритетне місце в системі базових загальнолюдських цінностей займають цінності здорового способу життя.

У філософському розумінні спосіб життя – це комплексна характеристика різних видів життєдіяльності людей у поєднанні з умовами життя суспільства. Спосіб життя охоплює всі сфери суспільства: працю і побут, суспільне життя і культуру, поведінку людей та їх духовні цінності. Це поняття, яке характеризує особливості повсякденного життя людей. Воно охоплює працю, побут, форми використання вільного часу, задоволення матеріальних та культурних потреб, участь у суспільному та політичному житті людей. Отже, можна стверджувати, що здоровий спосіб життя представляє собою спосіб життєдіяльності, спрямований на збереження та покращення здоров'я людини.

Поняття «здоровий спосіб життя» об'єднує все, що сприяє виконанню людиною своїх професійних, громадських і побутових функцій і виражає загальну зорієнтованість людини у збереженні і зміцненні свого здоров'я. Під здоровим способом життя більшість фахівців розуміють усвідомлене, відповідальне, активне ставлення людини до власного здоров'я, метою якого є формування, збереження і зміцнення всіх його складових.

До об'єктивних чинників здорового способу життя вчені відносять: передумови для ведення здорового способу життя, а саме раціональне харчування, умови для занять фізичною культурою, відпочинок; сприятливе навколишнє середовище – повітря, вода, ґрунт, безпечні умови праці; економічні та інші стимули, а також фактори, що зумовлюють потребу людини вести ЗСЖ; пропаганду ЗСЖ

Суб'єктивними складовими здорового способу життя є: продумане раціональне харчування, фізична активність і загартовування, особиста гігієна, відсутність шкідливих звичок, позитивні емоції, інтелектуальний розвиток, режим праці та відпочинку, самоконтроль за станом здоров'я.

Технологічний підхід можна розглядати як потужний засіб формування здорового способу життя учнівської молоді. Він дозволяє: передбачати результати і керувати педагогічними процесами; аналізувати і систематизувати на науковій основі наявний отриманий досвід і його використання; комплексно вирішувати освітні та соціально-педагогічні проблеми; забезпечувати сприятливі умови для розвитку особистості; зменшувати ефект впливу несприятливих обставин на людину; оптимально використовувати наявні в розпорядженні ресурси; обирати найефективніші й розробляти нові технології та моделі для розв'язання утворюваних соціально-педагогічних проблем.

Сутністю технологічного підходу більшість дослідників вважають визначення раціональних засобів досягнення мети; модернізацію, оптимізацію і інтеграцію навчального процесу; його особистісно орієнтовану спрямованість.

Технологічна підготовка майбутнього педагога – це складова професійної підготовки, що пов'язана з ознайомленням із сучасними педагогічними технологіями, виробленням умінь і навичок використання технологічного інструментарію, набуттям технологічних знань.

Педагогічні умови розглядаються як структурна оболонка педагогічних технологій, як обставини, завдяки яким реалізуються компоненти технологій.

Ми виокремили та схарактеризували такі педагогічні умови ефективного використання технологічного підходу як засобу формування цінностей ЗСЖ старшокласників:

- дотримання чинного законодавства України щодо збереження здоров'я людини;
- формування резильєнтності як базового вміння подолання стресових ситуацій всіма учасниками освітнього процесу;
- використання індивідуального підходу під час формування цінностей здорового способу життя;
- врахування вікових та індивідуальних особливостей розвитку старшокласників;
- система моніторингу формування цінностей ЗСЖ старшокласників.

## РОЗДІЛ 2

### ФОРМУВАННЯ ЦІННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗАСОБОМ ТЕХНОЛОГІЧНОГО ПІДХОДУ

#### 2.1. Особливості впровадження технологічного підходу в навчальний процес закладу середньої освіти

У педагогічній теорії поняття «педагогічна технологія» означає прийоми роботи вчителя в процесі навчання та виховання. Більшість науковців вважає, що головним у педагогічній технології є проектування процесу формування особистості учня, яке гарантує педагогічний успіх незалежно від майстерності вчителя. Специфіка педагогічної технології полягає в тому, що за її допомогою конструюється і здійснюється навчально-виховний процес, який повинен гарантувати досягнення поставлених цілей [2].

В українських школах створюються умови і використовуються сучасні педагогічні технології для покращення здоров'я учнів, що передбачає:

1. Створення позитивної психологічної атмосфери, яка здійснює ефективний позитивний вплив на процес навчання, виховання та здоров'я дітей, що дозволяє усунути випадки, причиною яких є неврологічні розлади у дітей.
2. Впровадження в навчально-виховний процес школи сучасних інноваційних особистісно орієнтованих технологій та навчальних методик для подальшого збереження та зміцнення здоров'я школярів: педагогічна технологія «Рівний – рівному», інтегрована технологія «Маршрут безпеки» для учнів 8-11-х класів.
3. Створення інформаційного простору з питань збереження здоров'я дітей у вигляді щомісячного випуску санітарного бюлетеня «Ми – за здоровий спосіб життя», постійно діючі стенди з БЖ та валеології.
4. Проведення уроків та позакласних заходів із використанням здоров'язберігаючих технологій на основі особистісно орієнтованого підходу.

5. Запровадження валеологічної культури харчування.
6. Підвищення рухової активності учнів: коригуючі зарядки, ігри на перервах, проведення Днів здоров'я, годин здоров'я, спортивних свят.
7. Дотримання санітарно-гігієнічного режиму школи: тепловий, повітряний, вологе прибирання.
8. Посилення контролю за організацію занять з фізичної культури з урахуванням стану здоров'я дітей, фізичного розвитку та їх фізичної підготовки.
9. Проведення систематичної роботи зі стресами дітей у школі і вдома: тренінги, рольові ігри, вправи на подолання стресових ситуацій [15].

У науково-педагогічній літературі технологічний підхід розглядається як конструювання навчального процесу за схемою: загальні цілі і зміст навчання – конкретні навчальні цілі – організація процесу навчання – оцінка – виправлення та корекція цілей та процесу навчання. Ця схема відбиває риси, що притаманні традиційній організації навчального процесу: впорядкованість процесу навчання меті, оцінювання результатів. Але простежуються властивості «педагогічної технології». Головною її особливістю вважають орієнтованість на досягнення мети [2].

Суттєвими ознаками використання технологічного підходу є:

- діагностичне цілеутворення і результативність, які в сукупності створюють гарантованість досягнення навчальної мети;
- економічність, здатність за рахунок прискорення навчання створювати резерв часу;
- алгоритмованість, проєктованість, цілісність і керованість, які забезпечують здатність відтворювати технологію або її окремі елементи незалежно від майстерності педагога;
- коригованість, яка передбачає постійний зворотній зв'язок; та візуалізація, придатність для застосування різноманітних засобів наочності [2].

Оскільки технологія є важливою умовою втілення концепції в практику, постає питання, як співвідносяться поняття «методика навчання» і «педагогічна». Методика навчання обумовлюється окремою дидактикою, яка враховує своєрідність змісту освіти і засобів її втілення. Як вважають деякі дослідники, за своїм змістом поняття «методика» ширше за поняття «технологія», адже методика навчання включає разом із змістовим інструментальний аспект педагогічного процесу. У межах методики можуть використовуватися різні технології. Отже, можна зробити висновок, що методика навчання є окремою теорією, а технологія – алгоритмом її втілення у практику [2].

Цікаву технологію профілактики шкідливих звичок на основі навчання життєвих навичок доктор Ботвін (США), який дійшов до висновку, що багатьом людям не достатньо знати про шкоду паління чи вживання алкоголю. Необхідно ще й запобігати психологічним проблемам, які спонукають їх до цього. Він стверджував, що найголовніше у профілактиці ризикованої поведінки – це підвищення рівня психологічної і соціальної компетентності людини, набуття навичок, які враховують базові потреби особистості, запобігають стресам, зміцнюють «поведінковий імунітет» [27].

З точки зору цієї технології, життєві навички – це здатність людини до позитивної поведінки в подоланні труднощів у повсякденному житті. Набуваючи в школі життєвих навичок, діти розвивають і вдосконалюють їх в реальному умовах суспільного середовища. Вони вчаться розуміти й задовольняти власні потреби – фізіологічні (повноцінне харчування, рухова активність, відпочинок, чисте повітря, вода, достатній рівень безпеки і комфорту), соціальні (спілкування, належність до групи, дружба, любов), інтелектуальні й емоційні (самореалізація, повага, визнання) [27].

Здоровий спосіб життя людини має на меті збереження здоров'я людини та запобігання захворювань. Здоровий спосіб життя базується на семи основних принципах.

1. *Фізична активність.* Така активність означає не заняття професійним спортом, а систематичні щоденні фізичні навантаження. Наприклад, відвідування спортивних секцій, фітнес-центрів, танцювальних студій. Підійдуть також плавання, велосипед та прогулянка на свіжому повітрі. Мінімальна кількість кроків на день становить приблизно 10 тисяч [38].

2. *Збалансоване харчування.* У сучасному світі багато людей страждають через напружену роботу, напружену освіту та брак часу і, тому часто переходять на систему швидкого харчування, яка замінює приготування корисну їжу на фастфуд. Правильне і збалансоване харчування складається з вживання здорових продуктів, збагачених вітамінами. Це овочі, фрукти, м'ясо та молочні продукти, риба, різноманітні зернові. Важливо часто харчуватися (4-5 разів на день) і невеликими порціями. У раціон слід включати тільки легку їжу, наприклад, салати, супи, каші. Також важливо дотримуватись дієти та пити негазовану воду. Чай, кава, супи не рахуються [38].

3. *Гігієнічний догляд.* Багато хто вважає, що ефективна гігієна – це лише миття рук та чищення зубів. Але справжня гігієна – це, насамперед, харчова гігієна (без чіпсів і крекери), гігієна одягу та взуття (речі мають бути охайними), домашню гігієна, яка на практиці означає регулярне наведення порядку та збереження чистоти в жиллому приміщенні [38].

4. *Повний сон.* Оптимальна тривалість здорового сну має бути не менше 7-8 годин. Правильно лягати спати в один і той самий час кожного дня, дотримуючись режиму. За дві години до сну рекомендовано прогулятися на свіжому повітрі, це допоможе розслабитися і вчасно заснути. Також можна порадити не їсти важку їжу пізно ввечері. Максимальна температура в приміщенні має бути «+18 градусів». У найтеплішу пору року можна залишити вікна відкритими для свіжого повітря. Також важливо провітрювати свій дім протягом 20 хвилин не менше 3-х разів на день [38].

5. *Оздоровчі процедури.* Використовуючи практики оздоровлення людина може уникнути багатьох хвороб і зберегти працездатність на довгі роки. Особливо важливу роль у запобіганні застудних захворювань відіграє

загартовування. Воно знижує кількість застудних захворювань у 2-4 рази, а в деяких випадках допомагає позбутися їх взагалі. Основні умови загартовування – це систематичне виконання процедур та поступове їх збільшення [38].

6. *Відмова від шкідливих звичок.* Відомо, що шкідливі звички (зловживання алкоголем, куріння, вживання наркотичних речовин) негативно впливають на здоров'я людини, чинять руйнівний вплив на організм і викликають різні хвороби. Куріння тютюну – найпоширеніша шкідлива звичка. З часом воно викликає фізичну та психічну залежність, від чого страждає легенева система, знищуються захисні механізми легень. Алкоголь має руйнівний вплив на всі системи та органи людини. Він вражає мозок, серце, печінку, підшлункову залозу, нирки. Вживання алкоголю здійснює шкідливий вплив також на психологічне здоров'я людини, розвивається не тільки фізична, але й психологічна залежність [38].

7. *Здоровий психологічний та емоційний стан* залежить від стану мозку і характеризується рівнем та якістю мислення, розвитком уваги і пам'яті, ступенем емоційної стабільності, розвитком сили волі. Все це досягається, коли людина має захоплення: у неї є улюблена робота, цікаве хобі, вона ставить перед собою нові цілі, досягає успіхів і відчуває себе потрібною [38].

## **2.2. Приклад використання технологічного підходу на уроках «Основи здоров'я»**

В якості прикладу використання технологічного підходу в навчальній роботі ми розглянемо розробку уроку. «Основи здоров'я». Змістовий розділ «Соціальна складова здоров'я» у 9 класі охоплює дві теми: «Репродуктивне здоров'я» і «Безпека людини і право». Перша тема передбачає:

- систематизацію знань учнів про чинники ризику щодо репродуктивного здоров'я;

- розкриває вплив важливих соціальних чинників на репродуктивне здоров'я людини, а також негативний вплив на здоров'я ранніх статевих контактів [6, с. 21].

На уроках відбувається процес формування умінь і навичок побудови міжстатевих відносин на основі дружби і взаємоповаги. У процесі вивчення цієї теми важливо показати учням залежність репродуктивного здоров'я від способу життя, значення родинних цінностей. Зміст теми «Репродуктивне здоров'я» передбачає:

- ознайомлення учнів з основними положеннями законодавства України щодо ВІЛ/СНІДу;
- продовжує формування умінь і навичок безпечної щодо ВІЛ-інфікування поведінки;
- формує толерантне ставлення до людей, які живуть з ВІЛ [6, с. 21].

Тема «Безпека людини і право» розкриває проблеми глобальної безпеки, що постали перед людством у 21-му столітті, основи міжнародного та національного законодавства у сфері безпеки. На уроці вчителю необхідно звернути увагу на питання інформаційної безпеки, сформувати в учнів уміння і навички визначення рівня ризику для життя під час користування різними інформаційними джерелами. Також важливим є розвиток умінь користування основними правовими положеннями українського і міжнародного законодавства щодо безпеки життєдіяльності. Учні необхідно навчити грамотно визначати безпечні умови життєдіяльності, усвідомлювати необхідність дотримання основних психологічних і моральних засад безпеки [6, с. 21].

Урок з основ здоров'я на тему: «Епідемія ВІЛ-інфекції/СНІДу – загроза людині» (9 клас)

*Вчитель* – Калюжна Владислава Андріївна. Навчальний предмет «Основи здоров'я», Надеждівська гімназія Новописької сільської ради Криворізького району, Дніпропетровської області

*Мета уроку:*



- поглибити систему знань учнів про ВІЛ-інфекцію / СНІД, повідомити учням про шляхи передачі та методи захисту;
- навчити учнів гуманному і толерантному ставленню до ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД;
- сформувати в учнів практичні вміння і навички, що сприяють соціальному здоров'ю (уміння і навички ефективного спілкування, співчуття, впевненої поведінки).

*Очікувані результати:*

- фактори ризику для репродуктивного здоров'я молоді в Україні;
- три стадії ВІЛ-інфекції, шляхи інфікування ВІЛ;
- методи профілактики ВІЛ-інфекції на особистому і державному рівнях, формула індивідуального захисту;
- основні положення законодавства України у сфері протидії епідемії ВІЛ-інфекції / СНІДу;
- принципи тестування на ВІЛ-інфекцію;
- установи, що надають соціально-психологічні та медичні послуги для молоді;

*Наводяться приклади:*

- негативних наслідків ранніх статевих стосунків;

*Учні вміють:*

- оцінювати ризики інфікування ВІЛ у життєвих ситуаціях;
- надавати достовірну інформацію з проблеми ВІЛ-інфекції/СНІДу;

*Учні усвідомлюють:*

- значення моральних цінностей у профілактиці та протидії епідемії ВІЛ-інфекції/СНІДу.
- важливість регулярних профілактичних оглядів для хлопців та дівчат.

*Поняття:* здоров'я, здоровий спосіб життя, життєві вміння і навички, фактори ризику, відповідальна поведінка, ВІЛ, СНІД.

*Тип уроку:* комбінований.

### *Обладнання і матеріали:*

Аркуші паперу формату А2, А4, олівці, фломастери, маркери, клей, скотч, ножиці; робочі зошити з основ здоров'я; плакати кабінету основ здоров'я; обладнання для мультимедійної презентації

### *Хід уроку*

#### *I. Організаційна частина*

*Привітання. Вправа «Подаруй позитивні емоції!».*

Учні по черзі передають один одному пакет із аркушами паперу на яких написані почуття та емоції, вони вголос читають, яку частинку емоцій їм подарували.

#### *II. Основна частина*

##### *1. Інформаційне повідомлення.*

Що таке ВІЛ-інфекція / СНІД?

*ВІЛ* – це збудник захворювання ВІЛ-інфекції; вірус імунодефіциту людини, який викликає хронічне, довготривале інфекційне захворювання, яке називається ВІЛ-інфекцією. ВІЛ вражає тільки людський організм.

- Вірус – мікроорганізм, який можна побачити тільки під електронним мікроскопом.
- Імунодефіциту – нездатність імунної системи захистити організм від інфекцій і злоякісних пухлин.
- Людини – організм, в якому розмножується вірус.

*СНІД* – остання стадія захворювання на ВІЛ-інфекцію:

- Синдром – тому що у людини виникає безліч різних симптомів і захворювань.
- Набутого – тому що він не передається у спадок.
- Імунного – тому що вражається імунна система організму.
- Дефіциту – тому що імунна система ослаблена і не здатна захищати організм.

ВІЛ – це небезпечна інфекція і нестійкий вірус. Він може існувати лише в деяких рідинах організму. Коли ці інфіковані рідини потрапляють у кров або на слизові оболонки іншої людини, є ризик інфікування. Шкіра зазвичай є надійним бар'єром для проникнення ВІЛ, але лише за умови її цілості, відсутності порізів, проколів, ранок, виразок.

Сьогодні ВІЛ-інфекція поширена по всьому світу і представляє пандемію ВІЛ/СНІДу. В Україні – епідемія ВІЛ/СНІДу. В нашій країні зареєстровано понад 170 тис. ВІЛ-інфікованих, але це лише третина інфікованих; загальна кількість людей, які живуть з ВІЛ в Україні, сягає 380 тис. осіб.

Шляхами передачі ВІЛ-інфекції є:

- статевий – під час незахищених статевих контактів. Через кров:
- при введенні ліків чи наркотиків спільною голкою і шприцом;
- при переливанні інфікованої крові;
- під час виконання медичних, косметичних чи гігієнічних процедур нестерильними інструментами
- від інфікованої матері до дитини – під час вагітності, пологів, вигодовування грудним молоком.

*Необхідно знати, що ВІЛ не передається:*

- при спільному користуванні побутовими речами, посудом, роботі в одному приміщенні;
- у лазні та сауні;
- під час поцілунків, обіймах та рукостисканні;
- при чханні та кашлі;
- через поручні, дверні ручки, столи, стільці;
- при укусах комарів чи інших комах.

*«Формула індивідуального захисту»* передбачає знання шляхів поширення вірусу, моральну поведінку й відсутність ранніх статевих стосунків; відмову від наркотиків; захищений секс.

*«Тестування на ВІЛ-інфекцію, гепатити В і С»*

Слід пам'ятати, що тестування на наявність ВІЛ-інфекції, згідно із законодавством України, є добровільним і безкоштовним. Інформація про результати обстеження вважається конфіденційною, тобто вона нікому не повідомляється.

*«Про що свідчить результат аналізу?»*

Негативний результат аналізу означає, що в крові людини антитіла до ВІЛ не знайдені, тобто вона не інфікована. Але це зовсім не означає, що людина взагалі не сприйнятлива до інфекції. ВІЛ можна заразитися пізніше, якщо опиниться в ризикованій ситуації і нехтувати правилами безпечної поведінки.. Позитивний результат свідчить про те, що в крові людини знайдені антитіла до ВІЛ і це означає, що людина інфікована. Остаточний діагноз встановлюється лише після повторних тестів.

Позитивний результат зовсім не означатиме, що людина хвора на СНІД – це свідчить лише про те, що вона є носієм ВІЛ-інфекції і може інфікувати вірусом інших людей.

*«Права людей які живуть з ВІЛ»*

Держава гарантує:

1. Інформаційно-роз'яснювальну роботу щодо принципів здорового і морального способу життя і відповідальної поведінки у сфері сексуальних стосунків.
2. Пропаганду здорового способу життя.
3. Доступність анонімного тестування з метою виявлення ВІЛ-інфекції з наданням консультативної допомоги і забезпечення безпеки тестування для обстежуваної особи та персоналу, який його проводить.
4. Регулярне інформування населення через засоби масової інформації про причини зараження, шляхи передачі ВІЛ-інфекції, заходи та засоби профілактики захворювання на ВІЛ-інфекцію, можливості діагностики та лікування.
5. Інформаційно-роз'яснювальну та реабілітаційну роботу із залученням представників громадських, благодійних та релігійних організацій, серед

осіб, які вживають наркотики та психотропні речовини, з метою протидії поширенню ВІЛ-інфекції.

6. Вільний доступ до послуг з профілактики передачі ВІЛ-інфекції від ВІЛ-інфікованих вагітних жінок їхнім новонародженим дітям.
7. Реалізацію послідовної політики, спрямованої на формування толерантного ставлення до людей, які належать до груп підвищеного ризику.
8. Соціальний захист людей, які живуть з ВІЛ, членів їх сімей, медичних, соціальних та інших працівників, зайнятих у сфері запобігання захворюванню на ВІЛ-інфекцію.

Стаття 14. Рівність перед законом та заборона дискримінації людей, які живуть з ВІЛ, та осіб, які належать до груп підвищеного ризику щодо інфікування ВІЛ.

1. Люди, які живуть з ВІЛ, та особи, які належать до груп підвищеного ризику щодо інфікування ВІЛ користуються всіма правами та свободами, передбаченими Конституцією та законами України, іншими нормативно-правовими актами України.
2. Держава гарантує надання всім людям, які живуть з ВІЛ, та особам, які належать до груп підвищеного ризику інфікування ВІЛ, рівних з іншими громадянами можливостей для реалізації їхніх прав.
3. Дискримінація особи на підставі наявності в неї ВІЛ-інфекції забороняється. Дискримінацією вважається дія або бездіяльність, що створює обмеження, позбавляє належних прав особу або принижує її людську гідність.

Стаття 24. *Порушення законодавства у сфері запобігання поширенню ВІЛ-інфекції тягне за собою дисциплінарну, цивільно-правову, адміністративну або кримінальну відповідальність у встановленому законом порядку.*

*Фізкультпауза*

*Практична частина*

1. Робота в групах – (створення інформаційних буклетів «ВІЛ / СНІД – загроза людству»).

Кладемо частинку паперу на парту. Обираємо вікном далекий об'єкт, кілька секунд дивимося вдалину, потім переводимо погляд на папір, який лежить на парті. Дану вправу виконуємо 3-4 рази. Пізніше можна ускладнити навантаження – фокусуватися на чотирьох рівновіддалених об'єктах.

#### *IV. Заключна частина. Вправа «Прощання».*

Діти бажають один одному гарного продовження дня по черзі, стоячи у колі.

Результатом навчання основ здоров'я є формування та розвиток життєвих умінь і навичок, спрямованих на заохочення до здорового способу життя. Педагоги визначають три групи життєвих умінь і навичок, що сприяють здоровому способу життя:

- життєві уміння та навички, що сприяють фізичному здоров'ю;
- життєві уміння та навички, що сприяють соціальному здоров'ю;
- життєві уміння та навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю [6, с. 21].

Основні життєві уміння та навички, що сприяють здоровому способу життя можна представити у вигляді таблиці [6, с. 23-24].

Групи умінь і навичок	Різновиди умінь і навичок	Результати навчальної діяльності
Життєві вміння і навички, що сприяють фізичному здоров'ю	Рухова активність	Ранкова зарядка. Регулярні заняття фізичною культурою
	Санітарна гігієна	Особиста гігієна.
	Раціональне харчування	Режим харчування Харчовий раціон Якість харчових продуктів
	Режим праці та відпочинку	Чергування розумової та фізичної активності Повноцінний відпочинок
Життєві вміння і навички, що сприяють соціальному здоров'ю	Ефективне спілкування	Уміння слухати і висловлювати свої думки Уміння виражати свої почуття Володіння невербальною мовою (жестами, мімікою, інтонацією) Адекватна реакція на критику
	Співчуття (емпатія)	Уміння розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей Уміння допомагати і підтримувати
	Розв'язування конфліктних ситуацій	Розуміння природи конфліктних ситуацій як неспівпадіння інтересів Володіння техніками управління конфліктними ситуаціями
	Поведінка в умовах тиску, погроз і дискримінації	Уміння уникати небезпечних ситуацій Уміння обстоювати свою позицію і діяти адекватно
Життєві вміння і навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю	Самоусвідомлення та самооцінка	Позитивне ставлення до себе та інших людей Адекватна самооцінка
	Самоконтроль	Уміння долати тривогу і переживати невдачі
	Мотивація успіху та тренування волі	Уміння зосереджуватись на досягненні поставленої мети

### **2.3. Підготовка майбутніх педагогів до практичного використання технологічного підходу в умовах педагогічного закладу вищої освіти**

Підготовка майбутніх педагогів до практичного використання технологічного підходу на кафедрі педагогіки Криворізького державного педагогічного університету починається ще на першому курсі під час вивчення навчальної дисципліни «Загальна педагогіка» [39].

Тема практичного заняття: «Види і сучасні концепції навчання» передбачає вивчення сутності таких базових понять як «види навчання», «концепції навчання» «технології навчання», характеристику основних видів та концепцій навчання, формування у майбутніх педагогів системи знань про використання різноманітних видів навчання і впровадження сучасних педагогічних технологій.

План практичного заняття передбачає ознайомлення з окремими видами навчання та їх характеристику і містить такі питання:

- схарактеризуйте пояснювально-ілюстративне навчання, його переваги та недоліки;
- розкрийте сутність проблемного навчання (поняття проблемного завдання і проблемної ситуації);
- поясніть особливості взаємодії учасників освітнього процесу у системі програмованого навчання та навчання;
- визначте специфічні особливості, виховні та розвиваючі можливості діалогічного й ігрового видів навчання;
- назвіть особливості індивідуального та диференційованого навчання;
- схарактеризуйте дистанційне навчання, його переваги та недоліки.

Окремо розглядаються основні концепції освіти (формальної освіти, матеріальної освіти, прагматична педагогіка, особистісно орієнтована концепція освіти).

У вивченні сучасних освітніх технологій студентам пропонується відповісти такі питання:



- дайте визначення понять «педагогічна технологія», «методика навчання».
- Чи тотожні ці поняття?
- технологія взаємонавчання;
  - модульне навчання;
  - технологія повного засвоєння знань;
  - технології особистісно орієнтованого навчання [39].

На другому курсі при вивченні навчальної дисципліни «Методика виховної роботи» на практичному занятті окремо розглядається тема «Організація виховної роботи закладів освіти щодо збереження здоров'я учнівської молоді» [41].

Метою практичного заняття є визначення сутності здоров'язбереження як одного з важливих напрямів діяльності сучасних закладів середньої освіти. Питання плану розкривають специфіку інноваційних технологій, засобів та основних шляхів забезпечення здорового способу життя школярів в освітньому середовищі.

В інформаційному блоці студентам пропонується розглянути здоров'язбереження як домінуючий аспект діяльності освітнього закладу, виховання культури здоров'я та основні завдання для успішного формування здорового способу життя учнів. Увага також приділяється особливостям інноваційних здоров'язбережувальних технологій у сучасних освітніх закладах.

Серед запропонованих питань є також шляхи і засоби утвердження здорового способу життя у шкільному середовищі, характеристика основних напрямів формування здорового способу життя школярів, методика організації та проведення виховних заходів (психологічного тренінгу; спортивно-оздоровчого змагання; туристичного походу; спортивних ігор).

У практичному блоці студенти виконують завдання підготовки і проведення психологічного тренінгу на одну із тем: «Світ емоцій», «Конфлікти що руйнують нас», «Здорове харчування як виклик сучасності», «Твоє життя – твій вибір». Також пропонується підготувати і провести дискусію на тему

«Психологічна та фізична культура особистості: значущість, вплив, наслідки» [41].

Навчальна дисципліна «Сучасні освітні парадигми та методологія педагогічних досліджень» [40], яка вивчається в магістратурі, передбачає ознайомлення з темою «Історія розвитку і впровадження педагогічних технологій». Метою практичного заняття є розгляд і аналіз процесу розробки та впровадження особистісно орієнтованих педагогічних технологій в історико-педагогічній ретроспективі, а також характеристика особливостей технологічного підходу в освіті.

План практичного заняття охоплює питання пошуку нової освітньої парадигми і розробка технологічного підходу в освіті в останній чверті 19 – першій половині 20 століть, теорії вільного виховання Еллен Кей; прагматичної педагогіки Джона Дьюї.

Серед запропонованих питань також є: експериментальна педагогіка (Едуард Торндайк, Ернст Мейман), трудова школа Георга Кершенштайнера, педагогічні погляди Селестена Френе.

Історію розробки перших особистісно орієнтованих технологій представляють теорія саморозвитку Марії Монтесорі, Вальдорфська педагогіка Рудольфа Штайнера, технологія «ієна-план» Петера Петерсена.

Розвиток сучасних особистісно орієнтованих технологій представлений особистісно орієнтованими технологіями (розвивального навчання, формування творчої особистості, «створення ситуації успіху», проектною і сугестивною технологіями.

У практичному блоці студентам поставлені такі питання:

- назвіть особливості технологічного підходу в освіті;
- дайте визначення поняття «педагогічна технологія» і зробіть порівняльний аналіз різних підходів до розкриття його значення;
- як пошуки нової освітньої парадигми вплинули на розвиток особистісно орієнтованих технологій навчання?;

- які педагогічні технології, на вашу думку, більш відповідають реалізації завдань сучасної освіти?;
- які педагогічні технології ви використовували у вашій професійній діяльності? Яким був практичний результат? [40].

Ще одна тема практичного заняття «Сучасні педагогічні технології у реалізації гуманістичної парадигми освіти 21-го століття» [40] розглядає імітаційні ігрові технології навчання (ділові та рольові ігри, тренінгові технології. психодрама Морено).

Також на практичному занятті студенти ознайомлюються з імітаційними неігровими технологіями навчання (мозкова атака, кейс-технології, проектні технології), неімітаційними активними технологіями навчання (технології кооперованого навчання, технологія латерального мислення, дискусійні методи навчання: сократична бесіда, дебати, «акваріум», «мікрофон», «коло ідей») [40].

Отже, можна зробити висновок про системний, науково обґрунтований підхід до підготовки майбутніх педагогів щодо використання технологічного підходу як дієвого засобу формування цінностей здорового способу життя учнівської молоді, який розроблений і реалізується на кафедрі педагогіки.

#### **2.4. Моніторинг стану роботи з формування цінностей здорового способу життя старшокласників**

У науковій літературі поняття «моніторинг» трактується як стандартизоване спостереження за освітнім процесом і його результатами, що дозволяє створити історію стану об'єкту в часі, кількісно оцінювати зміну суб'єктів навчання і освітньої системи, визначати і прогнозувати напрямки їх розвитку [27]. Моніторинг представляє собою комплекс процедур з нагляду, поточного оцінювання перетворень керованого об'єкта і спрямування цих перетворень на досягнення заданих параметрів розвитку об'єкта [50].

Також можна стверджувати, що моніторинг – це система збору, обробки, зберігання й поширення інформації про яку-небудь систему чи окремі її

елементи, яка орієнтована на інформаційне забезпечення управління даною системою, що дозволяє висловлювати судження про її стан і дає можливість прогнозувати її розвиток [35].

Педагогічний моніторинг, на думку фахівців, – це форма організації збору, зберігання, обробки і розповсюдження інформації про діяльність педагогічної системи, що забезпечує безперервне спостереження за її станом і прогнозування її розвитку [27].

У науково-педагогічній літературі також можна зустріти поняття «освітній моніторинг». Основною функцією освітнього моніторингу є визначення механізмів поточного та перспективного регулювання стану освітньої системи [50]. При цьому не тільки відстежується динаміка змін в освітніх процесах, а й підтримується розвиток цих процесів в заданих параметрах. Ми вважаємо, що поняття «педагогічний моніторинг» і «освітній моніторинг» майже тотожні. У науково-педагогічних джерелах вони визначаються однаково.

До педагогічного моніторингу висувається ряд принципів вимог щодо дотримання його ефективності:

- *об'єктивність оцінювання*, яка передбачає створення рівних умов для всіх учасників;
- *валідність* – повна відповідність запропонованих завдань змісту досліджуваного матеріалу, чіткість критеріїв виміру та оцінки;
- *надійність* – тобто сталість результатів, що отримуються при повторному контролі, який проводять інші фахівці;
- *систематичність* – проведення етапів моніторингу в певній послідовності;
- *гуманістична спрямованість* педагогічного моніторингу, яка передбачає створення сприятливих умов для його проведення: доброзичливості, довіри, поваги до особистості учня, позитивного емоційного клімату.

Моніторинг формування цінностей ЗСЖ включає:

- використання методів попередження захворювань;

- регулярний аналіз і обговорення на педагогічних радах даних про стан здоров'я учнів;
- регулярний аналіз результатів моніторингу здоров'я, обговорення з педагогами, батьками;
- створення системи комплексної педагогічної, психологічної й соціальної допомоги учням;
- залучення медичних працівників до реалізації усіх компонентів роботи щодо збереження і зміцнення здоров'я дітей, просвіти педагогів і батьків [28].

Педагогічна діагностика як складова системи формування здорового способу життя забезпечує педагогів необхідною інформацією, допомагає визначити специфіку роботи з урахуванням особливостей конкретного навчально-виховного закладу та пріоритетні її напрями. Банк отриманих даних дозволяє аналізувати вікову динаміку, ставлення учнів до свого здоров'я, виявити кризисні періоди. Завдяки діагностиці виховна діяльність здійснюється зі зворотнім зв'язком.

З погляду на зміст і напрями роботи з формування здорового способу життя у дітей і підлітків, діагностування спрямоване на вирішення таких завдань:

- вивчення рівня сформованості знань, умінь і навичок здорового способу життя учнів;
- визначення стану здоров'я учнів;
- визначення ступеня підготовленості вчителів до роботи з формування здорового способу життя вихованців [28].

Визначення рівня сформованості здорового способу життя школярів здійснюється з допомогою таких критеріїв:

1. Наявність знань про здоров'я та способи його збереження.
2. Володіння вміннями і навичками здорового способу життя.
3. Дотримання вимог здорового способу повсякденного життя [28].

Вивчення рівня знань учнів з основ здорового способу життя може проводитись шляхом опитування (сфера збереження здоров'я, режим дня, загартування, правильне дихання, постава, здорове харчування), анкетування, бесід, спостереження, неформального інтерв'ю, творів учнів, створення автопортретів, тестів.

*Анкета для учнів 9-11 класів*

*«Антиютюнова хартія»*

1. Як ви ставитесь до куріння?
  - А кутив один раз в житті;
  - Б кутив від випадку до випадку;
  - В кутив постійно;
  - Г взагалі не кутив.
2. Що вас змусило закурити вперше?
  - А бажання здаватися старшим за віком;
  - Б звичайний інтерес;
  - В кувити – це круто та модно;
  - Г бажання нічим не виділятися серед товаришів.
3. Як ви вважаєте, що є основною причиною куріння.
4. Чи подобається вам кувити? Чому?
5. Як можна пояснити куріння серед дівчат?
6. Чи хотіли б ви, щоб ваш друг (подруга) курили?
7. Як ви вважаєте, чи правильно, що в школі кувити забороняють?
8. Яке місце, на вашу думку, є оптимальним для куріння?
  - А шкільний туалет чи місце біля нього
  - Б власна квартира, кімната;
  - В кафе, бари;
  - Г ваш варіант
9. Чи знаєте ви, що кувити «пасивно» більш небезпечно, ніж просто кувити?
10. Чи насторожує вас факт, що кожної хвилини від куріння гине 6 чоловік?
11. Наркоманія, пияцтво, паління. Що з вашої точки зору найстрашніше?

12. Чи курять у вашій сім'ї? Хто саме?

13. Чи знають батьки, що ви курите?

14. Як вони на це реагують ?

*Анкета про ставлення батьків до паління*

1. Дайте відповідь, будь ласка, Ви полите?

Так

Ні

Чи заважає Вам паління інших?	Як Ви вважаєте, чи дошкуляє Ваше паління іншим?
Що Ви робите, якщо таке трапляється?	Як поведуться оточуючі, коли Ви запалюєте в їхній присутності?

4. Як Ви вважаєте, чи має палій просити дозволу в оточуючих, перш ніж запалити?\_\_\_\_\_

5. Що на Ваш погляд має зробити палій, якщо оточуючі не погодились на те, щоб він запалив?\_\_\_\_\_

6. Назвіть Ваш вік і стать\_\_\_\_\_

7. Паління у кімнаті – як часто буває?\_\_\_\_\_

8. Що відчуває поряд з Вами той, хто не палить?\_\_\_\_\_

9. Як часто Ви дослухаєтесь до думки дитини, стосовно паління?\_\_\_\_\_

10. Яку відстань Ви б назвали безпечною для здоров'я того, хто змушений вдихати дим?\_\_\_\_\_

11. Хто може і повинен захистити дитину від вимушеного вдихання тютюнового диму?\_\_\_\_\_

*Тест «Що Ви знаєте про СНІД?»*

1. Небезпечно пригортатися до хворого на СНІД? (Неправильно)
2. Можна заразитися вірусом СНІДу через стільчик туалету? (Неправильно)
3. Цілком безпечно знаходитися в одному приміщенні з хворим на СНІД? (Правильно)

4. Позитивні результати тесту на СНІД свідчать, що людина хвора на СНІД?  
(Неправильно)
5. Чимало симптомів СНІДу схожі на симптоми інших хвороб? (Правильно)
6. СНІД передається будь-якою рідиною, що виробляє організм людини?  
(Неправильно)
7. Тестування на СНІД швидко дає достовірні результати? (Неправильно)
8. Можна зупинити кровотечу рукою, якщо поряд людина, котра поранилась і потребує допомоги? (Неправильно)
9. Людина, заражена вірусом СНІДу, одразу відчуває це? (Неправильно)
10. У нашому селищі, районі, області СНІДу немає. (Неправильно)
11. СНІД – хвороба, що виліковується. (Неправильно)
12. Людям, яким необхідно робити внутрішньовенні ін'єкції, бажано користуватись одноразовими шприцами. (Правильно)
13. ВІЛ-інфекція і СНІД – це одне і те саме. (Неправильно)
14. Можна заразитися вірусом СНІДу через кашель та чхання.  
(Неправильно) [40]

Ми наводимо приклад анкети для вчителів, яка має на меті визначення їх ставлення до використання технологічного підходу під час проведення навчальних занять.

#### *Анкета для вчителів*

*(рівень використання технологічного підходу під час навчальних занять)*

1. Чи згодні Ви з тим, що інновації та експерименти потрібні в педагогічній діяльності?
  - А) Так
  - Б) Ні
  - В) Не впевнений
2. Скільки разів у минулому навчальному році Ви пробували застосувати які-небудь новинки у своїй роботі?
  - А) 1-5 разів
  - Б) 11-20 разів



В) 6-10 разів

Г) Жодного разу

3. *Оберіть 4 основні причини, які, на Ваш погляд, гальмують використання та впровадження нових педагогічних ідей і технологій*

А) Погане матеріальне забезпечення

Б) Надмірна насиченість матеріалу

В) Психологічна неготовність учнів до сприйняття інновацій

Г) Поспішне впровадження

Д) Консерватизм в освіті

Е) Погане володіння комп'ютером

Ж) Нестача часу

З) Недосконале знання психології дитини

4. *Назвіть внутрішні протиріччя, що заважають створенню нового*

А) Невпевненість у позитивному результаті

Б) Заважають сумніви, чи зможу я бути успішним з інноваційної чи експериментальної роботи

В) Ніхто не зважає на додаткові витрати часу й сил для роботи по-новому

Г) Немає впевненості, що нове буде краще старого

Д) Нічого

5. *Які нові технології Ви могли б застосувати за сприятливих умов?*

А) Проектні технології

Б) Особистісно-орієнтоване навчання

В) Інтегроване навчання

Г) Випереджальне навчання

Д) Інше

6. *Наскільки використання сучасних технологій є важливими сьогодні?*

А) Дуже важливо

Б) Важливо

В) Не важливо

7. *Які сучасні технології, інтерактивні методи і засоби навчання Ви використовуєте на уроках?*

- А) Активно використовую мультимедійні технології навчання, а також особистісно-зорієнтовані технології: проектну, колективний спосіб навчання, проблемне навчання і т. д.
- Б) Хочу, але не використовую ІКТ через відсутність належного технічного забезпечення процесу навчання, проте активно використовую особистісно-зорієнтовані технології та методи навчання.
- В) Вважаю себе прихильником класичних методик і методів навчання, тому використовую нові й інформаційно-комунікаційні технології навчання рідко.
- Г) Ваш варіант відповіді

8. *Що ви вважаєте головною складовою успіху?*

- А) Впевненість у собі
- Б) Чітке бачення мети
- В) Наполегливість
- Г) Пошук новизни

Представлений інструментарій моніторингу практичного використання технологічного підходу дозволяє комплексно охопити різні аспекти цієї проблеми. Представлені методи анкетування і розв'язання тестових завдань доволі точно й об'єктивно визначають результати процесу, а також надають багато корисної інформації щодо особливостей побудови навчальних занять з різними категоріями здобувачів освіти.

## **Висновки до розділу 2**

Більшість науковців вважають, що головним у використанні технологічного підходу є опис проектування процесу формування особистості учня під час навчання, що, у свою чергу, гарантує педагогічний успіх незалежно від майстерності вчителя, а специфіка педагогічної технології полягає в тому, що за її допомогою конструюється і здійснюється навчально-виховний процес, який повинен гарантувати досягнення поставлених цілей.

У науково-педагогічній літературі технологічний підхід розглядається як інноваційне конструювання навчального процесу за схемою: загальні цілі і зміст навчання – конкретні навчальні цілі – організація процесу навчання – оцінка – виправлення та корекція цілей та процесу навчання.

Суттєвими ознаками використання технологічного підходу є: діагностичне цілеутворення і результативність; економічність, здатність за рахунок прискорення навчання створювати резерв часу; алгоритмованість, проєктованість, цілісність і керованість, які забезпечують здатність відтворювати технологію або її окремі елементи незалежно від майстерності педагога; коригованість, яка передбачає постійний зворотній зв'язок; та візуалізація, придатність для застосування різноманітних засобів наочності. Деякі дослідники вважають, що методика навчання є окремою теорією, а технологія – алгоритмом її втілення у практику.

Здоровий спосіб життя має на меті збереження здоров'я людини та запобігання захворювань. Здоровий спосіб життя базується на семи основних принципах: фізичній активності, збалансованому харчуванні, гігієнічному догляді, повному сну, оздоровчих процедурах, відмові від шкідливих звичок, здоровому психічному та емоційному стані.

При викладанні уроків «Основи здоров'я» у 9-му класі змістовий розділ «Соціальна складова здоров'я» охоплює дві теми: «Репродуктивне здоров'я» і «Безпека людини і право». Перша тема передбачає: систематизацію знань учнів про чинники ризику щодо репродуктивного здоров'я; розкриває вплив важливих соціальних чинників на репродуктивне здоров'я людини, а також негативний вплив на здоров'я ранніх статевих контактів. На уроках відбувається уміння і навичок побудови міжстатевих відносин на основі дружби і взаємоповаги. У процесі вивчення цієї теми встановлюється залежність репродуктивного здоров'я від способу життя, значення родинних цінностей. Зміст теми «Репродуктивне здоров'я» передбачає: ознайомлення учнів з основними положеннями законодавства України щодо ВІЛ/СНІДу; продовжує

формування умінь і навичок безпечної щодо ВІЛ-інфікування поведінки; формує толерантне ставлення до людей, які живуть з ВІЛ.

Перевірка ефективності використання технологічного підходу відбувається в процесі педагогічного моніторингу, який, на думку фахівців, представляє собою форму організації збору, зберігання, обробки і розповсюдження інформації про діяльність педагогічної системи, що забезпечує безперервне спостереження за станом системи і прогнозування її розвитку.

До педагогічного моніторингу висувається ряд принципових вимог щодо дотримання його ефективності: об'єктивність оцінювання, валідність, надійність, систематичність і гуманістична спрямованість.

Моніторинг формування цінностей ЗСЖ включає: використання методів попередження захворювань; регулярний аналіз і обговорення на педагогічних радах даних про стан здоров'я учнів; регулярний аналіз результатів моніторингу здоров'я, обговорення з педагогами, батьками; створення системи комплексної педагогічної, психологічної й соціальної допомоги учням; залучення медичних працівників до реалізації усіх компонентів роботи щодо збереження і зміцнення здоров'я дітей, просвіти педагогів і батьків.

Визначення рівня сформованості здорового способу життя школярів здійснюється з допомогою таких критеріїв: наявність знань про здоров'я та способи його збереження, володіння вміннями і навичками здорового способу життя, дотримання вимог здорового способу повсякденного життя.

## ВИСНОВКИ

Результати дослідження засвідчили досягнення мети магістерської роботи і реалізації поставлених завдань, що дозволяє в якості узагальнення зазначити таке:

1) У загальнонауковому розумінні поняття «цінність» тлумачиться як регулятор людської життєдіяльності, який відображає особливості об'єктивної дійсності, що охоплює зовнішній світ, а також саму людину в усіх її об'єктивних характеристиках. Ціннісні орієнтації – це вибіркова, відносно стійка система спрямованості інтересів і потреб особистості, зорієнтована на певний аспект соціальних цінностей.

Педагогічні цінності характеризуються як норми, які регламентують педагогічну діяльність і виступають аксіологічним фоном взаємовідносин між суспільними уявленнями про систему освіти та діяльністю педагогічної спільноти.

У філософському розумінні спосіб життя – це характеристика сукупності видів життєдіяльності людей у поєднанні з умовами життя суспільства. Це поняття, яке характеризує особливості повсякденного життя людей. Воно охоплює працю, побут, форми використання вільного часу, задоволення матеріальних та культурних потреб, участь у суспільному та політичному житті людей. Отже, можна стверджувати, що здоровий спосіб життя – це спосіб життєдіяльності, спрямований на збереження та покращання здоров'я людини.

До об'єктивних чинників здорового способу життя вчені відносять: передумови для ведення здорового способу життя, а саме раціональне харчування, умови для занять фізичною культурою, відпочинок; сприятливе навколишнє середовище – повітря, вода, ґрунт, безпечні умови праці; економічні та інші стимули, а також фактори, що зумовлюють потребу людини вести ЗСЖ; пропаганду ЗСЖ

Суб'єктивними складовими здорового способу життя є: раціональне харчування, фізична активність і загартовування, особиста гігієна, відсутність шкідливих звичок (вживання алкоголю, наркотичних речовин, тютюнокуріння),

позитивні емоції, інтелектуальний розвиток, режим праці та відпочинку, самоконтроль за станом здоров'я.

2. Сутністю технологічного підходу є визначення раціональних засобів досягнення мети; модернізацію, оптимізацію і інтеграцію навчального процесу; його особистісно орієнтовану спрямованість. Технологічна підготовка майбутнього педагога – це складова професійної підготовки, що пов'язана з ознайомленням із сучасними педагогічними технологіями, виробленням умінь і навичок використання технологічного інструментарію, набуттям технологічних знань.

3. Педагогічними умовами ефективного використання технологічного підходу в науково-педагогічній літературі називають структурну оболонку педагогічних технологій, а також обставини, завдяки яким реалізуються компоненти таких технологій.

Ми виокремили та схарактеризували такі педагогічні умови ефективного використання технологічного підходу як засобу формування цінностей ЗСЖ старшокласників:

- дотримання чинного законодавства України щодо збереження здоров'я людини;
- формування резильєнтності як базового вміння подолання стресових ситуацій всіма учасниками освітнього процесу;
- використання індивідуального підходу під час формування цінностей здорового способу життя;
- врахування вікових та індивідуальних особливостей розвитку старшокласників;
- система моніторингу формування цінностей ЗСЖ старшокласників.

4. Головним у використанні технологічного підходу є опис проектування процесу формування особистості учня під час навчання, що, у свою чергу, гарантує педагогічний успіх незалежно від майстерності вчителя, а специфіка педагогічної технології полягає в тому, що за її допомогою

конструюється і здійснюється навчально-виховний процес, який повинен гарантувати досягнення поставлених цілей.

Суттєвими ознаками використання технологічного підходу є: діагностичне цілеутворення і результативність; економічність, здатність за рахунок прискорення навчання створювати резерв часу; алгоритмованість, проєктованість, цілісність і керованість, які забезпечують здатність відтворювати технологію або її окремі елементи незалежно від майстерності педагога; коригованість, яка передбачає постійний зворотній зв'язок; та візуалізація, придатність для застосування різноманітних засобів наочності. Деякі дослідники вважають, що методика навчання є окремою теорією, а технологія – алгоритмом її втілення у практику.

5. На уроках «Основи здоров'я» у 9-му класі відбувається формування умінь і навичок побудови міжстатевих відносин на основі дружби і взаємоповаги. У процесі вивчення встановлюється залежність репродуктивного здоров'я від способу життя, значення родинних цінностей. Зміст теми «Репродуктивне здоров'я» передбачає: ознайомлення учнів з основними положеннями законодавства України щодо ВІЛ/СНІДу; продовжує формування умінь і навичок безпечної щодо ВІЛ-інфікування поведінки; формує толерантне ставлення до людей, які живуть з ВІЛ.

6. Перевірка ефективності використання технологічного підходу відбувається в процесі педагогічного моніторингу, який представляє собою форму організації збору, зберігання, обробки і розповсюдження інформації про діяльність педагогічної системи, що забезпечує безперервне спостереження за станом системи і прогнозування її розвитку.

До педагогічного моніторингу висувається ряд принципових вимог щодо дотримання його ефективності: об'єктивність оцінювання, валідність, надійність, систематичність і гуманістична спрямованість. Визначення рівня сформованості здорового способу життя школярів здійснюється з допомогою критеріїв: наявність знань про здоров'я та способи його збереження, володіння

вміннями і навичками здорового способу життя, дотримання вимог здорового способу повсякденного життя.

Визначення рівня сформованості здорового способу життя школярів здійснюється з допомогою таких критеріїв: наявність знань про здоров'я та способи його збереження, володіння вміннями і навичками здорового способу життя, дотримання вимог здорового способу повсякденного життя.

Інструменти моніторингу процесу використання технологічного підходу дозволяє комплексно охопити різні аспекти цієї проблеми. Методи анкетування і розв'язання тестових завдань, як ми вважаємо, точно й об'єктивно визначають результати навчально-виховного процесу, надаючи багато корисної інформації про особливості розробки, організації та проведення навчальних занять.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александрова О.Ф. Роль і місце ціннісних орієнтацій у сучасній теорії виховання. Вісник Запорізького національного університету. 2012. № 1. С. 92-95.
2. Алфімов Д.В. Структурно-змістовний контент поняття технології. URL: <http://nvd.luguniv.edu.ua/archiv/NN15/11advkpt.pdf>.
3. Балабанова Л.М. Моделі формування здорового способу життя : психологічний аналіз у контексті цінностей і норм. URL: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/1163986.pdf>.
4. Бандура Л. Сутність інноваційних технологій навчання у сучасній науковій літературі. URL: <http://lib.pnu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/8203/1/1181-Текст%20статті-2449-1-10-20191101.pdf>.
5. Бех І. Особистість у ціннісному зростанні. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/721448/1/Особистість\\_у\\_ціннісному\\_зростанні.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/721448/1/Особистість_у_ціннісному_зростанні.pdf).
6. Воронцова Т.В., Пономаренко В.С. Основи здоров'я. 9 клас : Посібник для вчителя. Київ. Алатон, 2011. 120 с.
7. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ. Либідь, 1997. 376 с.
8. Гріцик Н.В. Технологізація як напрям модернізації професійної підготовки майбутнього вчителя у закладі вищої освіти. URL: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/3\\_2009/16.pdf.pdf](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/3_2009/16.pdf.pdf).
9. Дудченко Н.О. Технологія особистісно-орієнтованого навчання. URL: <https://naurok.com.ua/stattya-tehnologiya-osobistisno-orienovanogo-navchannya-145211.html>.
10. Єремєєва В.М. Розробка та впровадження педагогічної технології підготовки майбутніх учителів до індивідуального навчання учнів. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/13364/1/Єремєєва%20В.pdf>.
11. Закон України «Про освіту». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>.

12. Закон України «Про вищу освіту».  
URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18#Text>.
13. Закон України «Про заходи щодо попередження та зменшення вживання тютюнових виробів і їх шкідливого впливу на здоров'я населення».  
URL: <https://www.president.gov.ua/documents/2899-iv-3237/>.
14. Зязюн І. С. Філософія педагогічної якості в системі неперервної освіти. *Вісник Житомирського державного університету ім. І. Франка*. 2005. № 25. С. 13-18.
15. Інноваційні технології в сучасному освітньому просторі; колективна монографія / За заг. редакцією Г.Л. Єфремової. Суми. Вид-во СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2020. 444 с.
16. Інновації змісту і технологій здорового способу життя в системі роботи школи. URL: [http://www.korets-school3.rv.sch.in.ua/zhittya\\_shkoli/innovacii\\_zmistu\\_i\\_tehnologij\\_zdorovogo\\_sposobu\\_zhittya\\_v\\_sistemi\\_roboti\\_shkoli/](http://www.korets-school3.rv.sch.in.ua/zhittya_shkoli/innovacii_zmistu_i_tehnologij_zdorovogo_sposobu_zhittya_v_sistemi_roboti_shkoli/).
17. Калюжна В.А. Технологічний підхід як засіб формування здорового способу життя учнів. *Педагогічне Криворіжжя : педагогічний альманах : збірник науково-методичних праць*. Кривий Ріг : КДПУ. 2023. Вип. 9. С. 60-61.
18. Конституція України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр#Text>.
19. Концепція розвитку педагогічної освіти. URL: <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2017/12/kontseptsii-rozvitku-pedagogichnoi-osviti-12-17-go.pdf>.
20. Криштоф С.Д. Теоретичні аспекти педагогічної технології. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/9902/Krishtof.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
21. Культура здорового способу життя. Механізми формування особистої відповідальності за власну безпеку та здоров'я. Збірник матеріалів круглого столу (Полтава, 11 квітня 2023 р.). Полтава, 2023. 29 с.

- URL: <https://ed.poippo.pl.ua/bitstream/022518134/1417/1/Збірник%20круглого%20стола%20Культура%20здорового%20способу%20життя.pdf>.
22. Левківська К.В. Ціннісні засади діяльності освітніх закладів. Навчально-методичний посібник. 2017. 136 с.
23. Лук'янченко М.І. Проблеми формування здорового способу життя : нормативно-правові аспекти. URL: <https://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2011-02/11milla.pdf>.
24. Майборода Г. Технологічний підхід у професійній підготовці соціальних педагогів: теоретичний аспект. URL: [https://pedagogy.lnu.edu.ua/departments/pedagogika/periodic/pedos3t/tom3/09\\_majboroda.pdf](https://pedagogy.lnu.edu.ua/departments/pedagogika/periodic/pedos3t/tom3/09_majboroda.pdf).
25. Матяж С.В., Березянська А.О. Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості. Наукові праці. Соціологія. 2013. № 21. С. 27-30.
26. Методичні рекомендації, щодо навчання змісту предмета «Основи здоров'я» у 2022-2023 навчальному році. URL: <https://znayshov.com/FR/16489/7.pdf>.
27. Моніторинг навчальної діяльності : навчальний посібник / Д.М. Бодненко, О.Б. Жильцов, О.Л. Лещинський, Н.П. Мазур. Київ. Київський університет ім. Бориса Гринченка, 2014. 276 с.
28. Моніторинг стану роботи з формування здорового способу життя дітей та учнівської молоді (методичні рекомендації). Черкаси. 2010. 44 с. URL: <http://www.library.ippro.com.ua/attachments/article/151/з%20формування%20здорового%20способу%20d.pdf>.
29. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>.
30. Освітні технології. Навч. – метод. посіб. / О.М. Пехота, А.З Кіктенко, О.М. Любарська. За ред. О.М. Пехоти. Київ. Видавництво А.С.К., 2003. 255 с.
31. Основи законодавства України про охорону здоров'я. URL: [https://zakononline.com.ua/documents/show/150853\\_706709](https://zakononline.com.ua/documents/show/150853_706709).

32. Падалка О.С. Педагогічні технології. Навч. посібник. Київ. 1995. 256 с.
33. Панібратська А.В. Науково-методична робота. Зміст поняття «педагогічні умови». URL: <https://sno.udpu.edu.ua/index.php/naukovo-metodychna-robita/89-suchasni-tekhnohohiyi-rozvytku-profesinyoi-maysternosti-maybutnikh-uchyteliv-25-zhovtnia-2018-r/173-zmist-ponyattya-pedagogichni-umovi>.
34. Педагогічні технології в підготовці вчителів : навчальний посібник / кол. авторів за ред. І.Ф. Прокопенка. Харків. ХНПУ, 2018. 457 с.
35. Проценко І.І., Гудименко К.М. Моніторинг як інструмент визначення якості освіти. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/bitstream/123456789/1573/1/Monitorynh%20yak%20instrument%20.pdf>.
36. Рабійчук С.О. Показники цінності здорового способу життя. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/15280/1/ПОКАЗНИКИ%20ЦІННОСТІ%20ЗДОРОВОГО%20СПОСОБУ%20ЖИТТЯ.pdf>.
37. Ромашева Н.В. Щодо проблеми впровадження педагогічних технологій у навчально-виховний процес. URL: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/3\\_2009/16.pdf.pdf](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/3_2009/16.pdf.pdf).
38. Сім правил здорового способу життя. URL: <https://hth.gov.ua/news/1688383681/>.
39. Система управління електронними навчальними курсами. Криворізький державний педагогічний університет. Загальна педагогіка. URL: <https://moodle.kdpu.edu.ua/course/view.php?id=279>.
40. Система управління електронними навчальними курсами. Криворізький державний педагогічний університет. Сучасні освітні парадигми та методологія педагогічних досліджень. URL: <https://moodle.kdpu.edu.ua/course/view.php?id=297>.
41. Система управління електронними навчальними курсами. Криворізький державний педагогічний університет. Методика виховної роботи. URL: <https://moodle.kdpu.edu.ua/course/view.php?id=337>.

42. Федько О. Здоровий спосіб життя як цінність : проблеми формування.  
URL: [https://ipiend.gov.ua/wp-content/uploads/2018/07/fedko\\_zdorovy.pdf](https://ipiend.gov.ua/wp-content/uploads/2018/07/fedko_zdorovy.pdf).
43. Федько О.А. Основні принципи забезпечення здорового способу життя.  
URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=134>.
44. Філософський енциклопедичний словник /за ред. В.Ф. Шинкарука. Київ. 2002. 744 с.
45. Формування здоров'язберігаючих компетентностей на уроках основ здоров'я. URL: <https://naurok.com.ua/metodichni-rekomendaci-vchitelyu-formuvannya-zdorov-yazberigayuchih-kompetentnostey-na-urokah-osnov-zdorov-ya-317107.html>.
46. Хавелко В.С. Методика навчання предмету «Основи здоров'я».  
[https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/21565/1/Лекція%201%20\\_Методика%20навчання%20основ%20здоров%27я-перетворено.pdf](https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/21565/1/Лекція%201%20_Методика%20навчання%20основ%20здоров%27я-перетворено.pdf).
47. Цюприк А.Я. Історико-педагогічні аспекти розвитку технологічного підходу в освіті. URL: [http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/48/part\\_2/1.pdf](http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/48/part_2/1.pdf).
48. Шаповал А.П. Особливості шляхів і методів формування здорового способу життя. URL: <https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/9563/1/12.pdf>.
49. Шукатка О. Нормативно-правова база України щодо сприяння здоров'язбереження молоді. URL: <http://mdu.edu.ua/wp-content/uploads/ped-visnik-62-2018-2-66.pdf>.
50. Що таке моніторинг? URL: <https://brensis.wixsite.com/monitoring/sho-take-monitorig>.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Анкета «Здоровий спосіб життя» (для учнів старшої школи)

Будь ласка, вкажіть:

**1. Ваша стать:**

1. Чоловіча 2. Жіноча

**2. Ваш вік \_\_\_\_\_** (вкажіть повне число років)

**3. Що означає для Вас поняття «здоровий спосіб життя»?**

- А) жити повноцінним духовним життям
- Б) не палити, не вживати алкоголь, наркотики
- В) повноцінно та правильно харчуватися
- Г) займатися спортом
- Д) всі варіанти

**4. Як Ви ставитеся до здорового способу життя? Чи вважаєте Ви для себе необхідним дотримуватися принципів здорового способу життя?**  
(правильною є лише один варіант відповіді)

- А) так, потрібно дотримуватися принципів здорового способу життя,
- Б) ця проблема мене поки що не хвилює
- В) ні, можна добре прожити і без цього частково

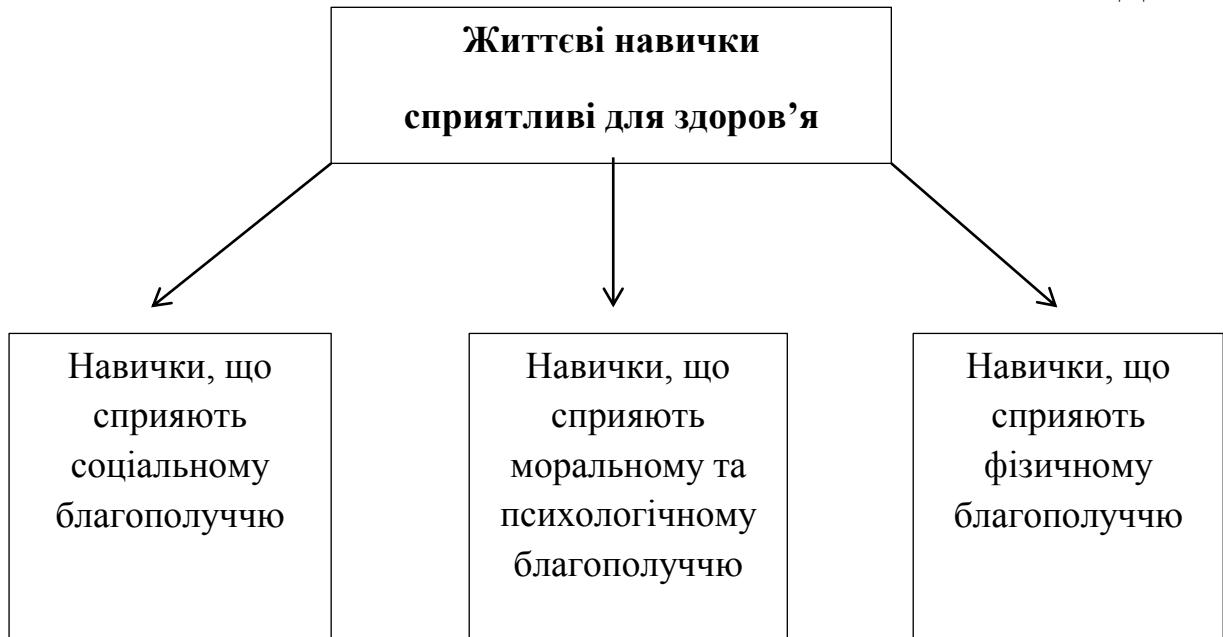
**5. Що Ви робите, щоб зберегти власне здоров'я?** (Можливо кілька варіантів відповіді)

- А) займаюсь спортом, відвідую спортивні секції, ДЮСШ
- Б) не роблю нічого, у мене і так все нормально
- В) іноді відмовляюся від шкідливих звичок
- Г) гуляю з друзями у дворі
- Д) дотримуюся режим дня
- Е) дотримуюся, поведінки більшості підлітків, зливаюся із загальною думкою
- Ж) проводжу тривалий час за комп'ютером

**6. Яке ваше ставлення до паління, алкоголю, наркотиків?**

- А) не хочу вживати зовсім
- Б) мабуть, буду вживати зрідка, за обставинами
- В) буду вживати на постійній основі

- Г) інше \_\_\_\_\_
- 7. Як у вашій сім'ї ставляться до здорового способу життя?**
- А) поважливе
  - Б) негативне
  - В) байдуже
- 8. Який із названих факторів Ви вважаєте найголовнішим у збереженні здоров'я?**
- А) рівень медицини
  - Б) екологічний стан довкілля
  - В) спосіб життя
  - Г) спадковість
- 9. Як Ви вважаєте, чому люди вдаються до звичок, які шкодять їхньому здоров'ю?**
- А) через особисті проблеми
  - Б) через байдужість до власного життя
  - В) щоб бути сучасним, «крутим»
  - Г) під впливом друзів, знайомих
  - Д) не знають про шкідливість негативних звичок
- 10. Інформація з яких джерел надає Вам найповніше уявлення про ведення здорового способу життя?**
- А) отримана від однокласників, товаришів
  - Б) спілкування та поради батьків
  - В) отримана на спеціальних виховних годинах, лекціях, тренінгах
  - Г) отримана із засобів масової інформації
  - Д) отримана на уроці «Основи здоров'я»
- 11. Як Ви вважаєте, що Вам потрібно робити, щоб вести здоровий спосіб життя?**





## Навчальна програма «Основи здоров'я»

9-й клас (фрагмент)

(35 годин, 1 година на тиждень)

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності учнів	Зміст навчального матеріалу
<b>Розділ 1. Безпека і здоров'я людини</b>	
<p><b>Знаннєвий компонент</b>  <i>учні називають:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- чинники мотивації ЗСЖ;</li> <li>- чинник впливу на здоров'я.</li> </ul> <p><i>учні наводять приклади:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- довгострокові та короткострокові наслідки різних способів життя.</li> </ul> <p><b>Діяльнісний компонент</b>  <i>учні розпізнають:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ознаки здоров'я, хвороби та проміжних станів</li> </ul> <p><i>учні демонструють:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- високий рівень мотивації до ЗСЖ;</li> <li>- позитивне ставлення до своїх життєвих перспектив</li> </ul> <p><b>Ціннісний компонент</b>  <i>учні пояснюють:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- необхідність планування життя;</li> <li>- взаємозв'язок різних складових здоров'я;</li> <li>- вплив способу життя на здоров'я.</li> </ul> <p><i>учні вміють:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- аналізувати свій спосіб життя та особисті цілі;</li> <li>- розробляти довгострокові плани, враховуючи важливі сфери життя</li> </ul>	<p><b>Тема 1. Захист життя і здоров'я у воєнний час</b>          Захист життя під час обстрілів, бомбардувань. Шляхи і правила евакуації. Вибір надійного укриття. Як діяти під завалами.          Види техногенних аварій, які виникли внаслідок воєнних дій. Дії під час хімічної та радіаційної небезпеки. Контакти з озброєними людьми на окупованих територіях.  <i>Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів.</i>          Види й ознаки вибухонебезпечних предметів. Ідентифікація загроз: міни (протипіхотні, протитранспортні), боєприпаси (що не вибухнули), детонатори/підрильники, саморобні вибухові пристрої та міни-пастки, набої.          Ознаки небезпечних територій. Позначення/маркування небезпечних територій («Небезпечно міни» та інші). Правила поведінки під час: виявлення вибухонебезпечних предметів, якщо опинились на замінованій території або стали свідком інциденту на мінному полі. Небезпека самостійного маркування вибухонебезпечного предмета у безпосередньої близькості від нього. Взаємодія з рятувальними службами.  <i>Невідкладна домедична допомога</i>          Визначення стану потерпілого. Перша допомога у надзвичайних ситуаціях. Види і наслідки кровотеч.          Невідкладна допомога</p>