

#### **4.11. Методичні рекомендації щодо викладання у 5 класі інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» авторів Н. Гущина, І. Василяшко**

*Н. Гущина,  
І. Василяшко*

Ці рекомендації розроблені для вчителів які викладають інтегрований курс «Здоров'я, безпека та добробут» в 5 класі за модельною навчальною програмою «Здоров'я, безпека та добробут». 5-6 класи (інтегрований курс)» авторів Н. Гущина, І. Василяшківідповідно до нового Державного стандарту базової середньої освіти.

Зазначена МНП є складником комплекту модельних навчальних програм створених співробітниками Інституту педагогіки НАПН України та провідними фахівцям предметних галузей.

Метою інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» як складника соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі є розвиток особистості, яка здатна до самоусвідомлення, гармонійної соціальної і міжособистісної взаємодії, спрямованої на збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб, дбає про безпеку, виявляє підприємливість та професійну зорієнтованість для забезпечення власного і суспільного добробуту.

Для реалізації означеної мети МНП виокремлені такі завдання інтегрованого курсу:

- виховання дбайливого та усвідомленого ставлення до особистого здоров'я, безпеки, добробуту, ціннісного ставлення до здорового способу життя;
- формування уміння визначати альтернативи і ризики, прогнозувати наслідки, ухвалювати рішення з користю для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я і добробуту;
- розвиток уміння вчитися, потреби самопізнання як засобу підвищення рівня добробуту і збереження здоров'я;
- сприяння індивідуальному розвитку підприємливих якостей та поведінки свідомого споживача.

Навчальний предмет «Здоров'я, безпека, добробут» є логічним продовженням інтегрованого пропедевтичного курсу «Я досліджую світ» у початковій школі.

Програма побудована лінійно-концентрично. Зміст інтегрованого курсу структурований таким чином, щоб зберегти наступність і послідовність вивчення тем, понять протягом п'ятого класу й врахувати міжпредметні (з іншими предметами соціальної та здоров'язбережувальної галузі), міжгалузеві зв'язки (з природничою, громадянською та історичною, мовно-літературною, математичною, інформатичною, технологічною галузями). Питання, що розглядаються у 5 класі, будуть детальніше вивчатися й у 6 класі. Концентричність реалізується через міжтематичну інтеграцію змісту та концентричне вивчення змістових ліній. Такий

підхід забезпечуватиме поступове нарощування складності матеріалу, його актуалізацію, повторення, закріплення, що сприятиме формуванню комплексу ключових компетентностей, який визначений у Додатку 15 Державного стандарту базової середньої освіти, та забезпечуватиме формування відповідних умінь, ставлень, базових знань.

Основною ідеєю концепції побудови програми є поступальний рух дитини через призму особистісного виміру від внутрішнього «Я» до гармонійної та безпечної взаємодії з навколишнім світом, побудови взаємин у спільноті та суспільстві у цілому

Відповідно до основної ідеї зміст програми структурований за такими змістовими лініями: Вступ, Вчусь вчитися, Моя безпека, Моє здоров'я, Мій добробут, Я серед людей. У кожній змістовій лінії виділені основні теми, які уточнюються підтемами. Обсяг, глибина й науковість їх розкриття, організація освітньої діяльності змінюються в кожному класі відповідно до зростаючих пізнавальних і психолого-вікових особливостей здобувачів освіти. Послідовність вивчення розділів і тем у розділах кожен вчитель може змінювати з огляду на власний досвід, місцеві особливості, інтереси дітей.

Провідний принцип інтегрованого курсу – «навчання через дію». Щоб цього досягти на заняттях, необхідно:

- створити невимушену атмосферу спілкування, змінити роль учителя задля активізації самостійної діяльності здобувачів освіти;
- віддавати перевагу інтерактивним діяльнісним формам і методам навчання: дослідження, проєктування, моделювання, аналіз ситуацій, сюжетно-рольова гра, командна робота тощо;
- розвивати уміння працювати з інформацією (пошук, перевірка, аналіз, інтерпретація, переформатування, оцінювання, подання, зберігання тощо), зокрема на цифрових пристроях;
- використовувати навчання за технологією «проблемне навчання», «перевернутого класу», що передбачає самостійне опрацювання нового навчального матеріалу учнями і практичне його закріплення на заняттях;
- реалізовувати STEM-проєкти, які сприяють формуванню у здобувачів цілісного, системного світогляду та розвитку ключових компетентностей;
- проводити заняття на природі, вивчати правила та інструкції, використовуючи реальні об'єкти, артефакти, тренажери, симулятори тощо;
- сприяти розвитку творчості, ініціативності, підприємливості, відповідальності за власну справу та результат.

Оволодіння здобувачами освіти ключовими компетентностями буде більш результативним за умови підтримки з боку батьків чи опікунів, тісної співпраці з батьківською громадою та їх активної участі у формуванні й розвитку сприятливого здоров'язбережувального освітнього середовища. У зв'язку із цим актуальною є багаторівнева і багатокомпонентна співпраця педагогічного колективу, дорослих і батьківської громади на засадах партнерства.

Виконання деяких вправ навчальної діяльності спільно з дорослими вдома буде сприяти: підвищенню дорадчої ролі батьків і опікунів, розвитку відкритості та зворотного зв'язку між школою та родиною, підвищенню рівня здоров'язбережувальної компетентності членів сім'ї, переконанню щодо сучасності та якості системи освіти з інтегрованого курсу, підвищенню значимості громади в управлінні життя суспільства з питань здоров'я, безпеки та добробуту. У програмі та підручнику передбачені види навчальної діяльності, які слід виконувати не лише у класі, а й удома з допомогою дорослих.

Зміст програми узгоджено із змістом МНП інших освітніх галузей. Тому вчителі можуть розробляти інтегровані уроки, що уможливить розвиток у учнівства ключових компетентностей і наскрізних умінь та формування цілісної картини світу.

За компетентнісного навчання урок «Здоров'я, безпека та добробут» рекомендуємо розпочинати з проблемного питання або проблемної ситуації. Надалі пропонується визначити шляхи її вирішення. Гнучкість мислення, як складник математичного мислення виявляється в умінні змінювати способи розв'язання завдання, виходити за межі звичного способу дії, знаходити нові варіанти вирішення проблем при зміні заданих умов. Інша якість математичного мислення – активність. Вона характеризується бажанням обов'язково розв'язати поставлену проблему, вивчити різні підходи до її вирішення, досліджувати різні варіанти постановки цієї проблеми в залежності від зміни умов, планувати алгоритм дій для її досягнення. Активність мислення в учнівства проявляється також у бажанні розглянути різні способи вирішення однієї і тієї ж задачі.

На уроках пропонуємо використовувати статистичні методи, що також розвиває математичну компетентність. Наприклад, спочатку при проведенні досліджень здобувачі освіти ознайомлюються з результатами опитування і аналізують їх, а потім проводять своє опитування, узагальнюють його результати у вигляді діаграм і представляють класу.

Інформаційно-комунікаційна компетентність на уроках «Здоров'я, безпека та добробут» формується наскрізно. При виконанні запропонованих компетентнісних завдань здобувачі освіти використовують цифрові технології для активної участі в суспільному житті, наприклад, беруть участь у всеукраїнському опитуванні, додають свої ідеї добрих справ на спільний інтернет-ресурс, узагальнюють чи логічно організують інформацію щодо безпеки, здоров'я при виборі засобів гігієни, при плануванні заходів, разом з батьками підбирають вправи для профілактики порушень постави.

Такі завдання сприятимуть формуванню ціннісного ставлення до цифрових технологій, розуміння необхідності дотримання безпечного, відповідального та етичного спілкування в інформаційних мережах; усвідомлення переваг і загроз використання інформаційно-комунікаційних технологій і соціальних мереж, розуміння проблем і наслідків комп'ютерної залежності.

Для наскрізного формування підприємливості та фінансової грамотності на уроках «Здоров'я, безпека та добробут» учні та учениці вчать прогнозувати та

оцінювати ризики прийняття рішень та критично мислити, визначають власні слабкі і сильні сторони для проектування майбутньої професійної діяльності і власного добробуту, вчать визначати власні потреби, ставити мету і досягати її, прогнозувати та оцінювати ризики прийняття рішень при реалізації навчального проєкту “Моя карта мрій та бажань”. Далі протягом року учні та учениці працюють над удосконаленням та втіленням у життя своїх мрій. В процесі діяльності учні і учениці усвідомлюють важливість володіння інструментами планування і контролю доходів, витрат для майбутнього добробуту розуміння важливості ощадливості й раціонального використання коштів.

Компетентнісний підхід передбачає викладання теми через створення проблемних ситуацій, розв'язання практико-орієнтованих завдань, що зі свого боку дають змогу учнівству проводити аналіз та синтез інформації, оцінювати її та створювати новий продукт, формуючи ціннісне ставлення до здоров'я та безпеки.



**1. Виконай вправу для набуття практичних навичок у сортуванні сміття.**

**2. Переглянь відео. Розв'яжи задачу та поясни, чому сортування сміття приносить вигоду мешканцям будинку.**



Із травня мешканці багатоповерхового будинку розпочали сортувати сміття. У попередньому місяці комунальні служби вивезли 23 м<sup>3</sup> несортованого сміття і 12 м<sup>3</sup> вторинної сировини, а в травні й червні — по 20 м<sup>3</sup> несортованого сміття і 15 м<sup>3</sup> вторинної сировини щомісяця. Скільки коштів зекономлять мешканці будинку за два місяці, якщо вивіз 1 м<sup>3</sup> несортованого сміття коштує 74 грн, а вивіз 1 м<sup>3</sup> сортованого сміття — 24 грн?



**1. Дослідіть, як організовано збір відходів у вашому населеному пункті.**

**2. Зберіть фото- та відеодокази.**

**3. За результатами досліджень заповніть у таблицю за зразком, а потім оформте у вигляді слайд-шоу, фотоколажу або відеорепортажу та презентуйте.**



**Переглянь свою карту мрій та бажань з точки зору відповідального споживача. Додай нові бажання.**

Представлене завдання спрямовано на розвиток не лише математичної компетентності, а й екологічної - безпечне виробництво для довкілля, утилізація відходів, культура споживання; інформаційно-комунікаційної – пошук доступних за ціною засобів, відгуки, характеристики; підприємливості та фінансової грамотності – планування та контроль доходів і витрат, розуміння важливості ощадливості і раціонального використання коштів; громадянської – знати свої права та обов'язки. виявляти ініціативу, бути не байдужим до того, що відбувається навколо та нести відповідальність за добробут громади.

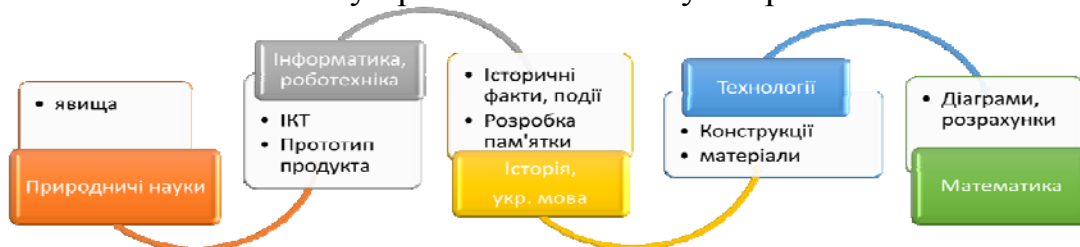
Враховуючи, що сучасне покоління це переважно візуали, у підручнику інформація подається не тільки через тексти різних рубрик, а і через таблиці, діаграми, плакати, витяги з сайтів, відеосюжети. Кожний блок інформації у різних форматах супроводжується запитаннями та практичними завданнями для розвитку умінь компетентності вільного володіння державною мовою, формування навичок функціонального читання, здатності критично осмислювати значущу інформацію, робити висновки щодо причинно-наслідкових зв'язків між критеріями та життєвими ситуаціями, оцінювати достовірність інформації та обґрунтованість висновків.

Застосовувати на практиці набуті вміння та навички, розвивати компетентності учнівство зможе виконуючи навчальні проекти індивідуально, в групі або в команді. Така діяльність збагачуватиме їх досвід у спілкуванні, сприятиме встановленню нових знайомств, допоможе усвідомити свої можливості і прагнення щодо майбутньої професії. Робота в команді сприятиме розвитку навичок співпраці, спілкування, самоорганізації, сили волі, адекватної самооцінки тощо. Як працювати в команді присвячено окремий параграф, де через реалізацію проекту «Твори добро» п'ятикласники та п'ятикласниці покроково через практичні завдання, ігри пройдуть всі етапи формування ефективної команди.

Моделювання, проектна діяльність, інтеграція змістових ліній, системне застосування дослідницьких методик навчання, закладені на рівні програми, у змісті підручника сприятимуть реалізації STEM-підходів.

Основним методом реалізації STEM-підходів, є проектна діяльність. Проект «Моя карта Цінностей та бажань» учні та учениці реалізують протягом навчального року. Будь яка навичка набувається поступово, покроково. Так поступово у рамках проекту вони будуть вчитися цінувати життя, здоров'я, добробут через різні активності. Зможуть зрозуміти свої потреби та справжні бажання. Проект може стати міжпредметним через інтеграцію, синхронізацію тем програм з різних предметів та реалізовуватися в колаборації з іншими вчителями. Прикладом може слугувати проект «Засвітіть у темряві», де на практиці реалізується принцип «навчання через дію».

#### Тематична синхронізація навчальних предметів у проекті «Засвітіть у темряві»



На кожному уроці «Здоров'я, безпека та добробут» учні/учениці формують нові навички, життєві компетенції, отримують поради щодо їх розвитку. Вироблення будь-яких навичок – це довготривалий процес. Тому бажано, щоб учитель, який викладає ЗБД, співпрацював з іншими вчителями-

предметниками, а учні/учениці мали можливість відпрацьовувати навички і правила під час виконання вправ на інших уроках. Наприклад, співпраця із учителем фізичної культури протягом року сприятиме системному сприйняттю п'ятикласниками свого здоров'я та формуванню ключових компетентностей та наскрізних умінь. Для формування життєвих навичок з теми “Комфортний освітній простір” необхідно знати відомості про порушення постави та комплекс щоденних вправ для профілактики порушень постави і плоскостопості. Учителю буде легше пояснювати матеріал, спираючись на результати досліджень, які учні та учениці проведуть на уроці фізичної культури. Проте діти випрямляють спину й розправляють плечі лише на певний проміжок часу. Щоб правила правильної постави «працювали» постійно, необхідне сприяння інших педагогів та контроль з боку батьків. Вчителям всіх предметів необхідно приділяти час цьому питанню, використовуючи різні методичні прийоми за порадою вчителя предмету “Здоров'я, безпека та добробут”. Згадаймо, що більшість педагогів також мають професійні захворювання, пов'язані з порушеннями постави, зору та потребують психологічного розвантаження. Тому ми рекомендуємо систематично, щоденно виконувати фізичні вправи разом під час динамічних пауз не лише на уроках “Здоров'я, безпека та добробут”, а й на інших уроках, що сприятиме оздоровленню як учнівства так і вчительства.

Ми розуміємо, що не всі необхідні завдання можна виконати в межах класу. Ми за розширення освітнього середовища: екскурсії, проведення занять на подвір'ї, в різних установах. Партнерству, співпраці також треба вчитися. Тому пропонуємо не нехтувати завданнями для спільного виконання з дорослими рубрики “Завдання в кінці параграфу”. Такі завдання сприятимуть підвищенню дорадчої ролі батьків і опікунів, розвитку відкритості та зворотного зв'язку між школою та родиною, підвищенню рівня здоров'язбережувальної компетентності членів сім'ї, переконанню щодо сучасності та якості системи освіти з інтегрованого курсу, підвищенню значимості громади в управлінні життям суспільства з питань здоров'я, безпеки та добробуту.

З метою реалізації МНП та якісної організації освітнього процесу з урахуванням впровадження змішаного/дистанційного навчання та введення воєнного стану авторським колективом (Гущина Н.І., Василяшко І.П., за редакцією Бойченко Т.Є.) створено навчально-методичні ресурси:

- **підручник** містить 18 параграфів. Кожний параграф має три основні складові: *початок* як стартове завдання та мотивація; *основна* – формування, закріплення, узагальнення нових знань/умінь/навичок. Зміст структуровано за підтемами, знання не даються в готовому вигляді, а здобуваються через аналіз інформації, дослідження, проєктну діяльність, функціональне читання, компетентнісні завдання, моделювання ситуацій; *заклучна* для визначення ключевих ідей теми та рефлексії.

Методичний апарат підручника є конструктором, який дозволяє реалізувати всі основні етапи уроку від актуалізації та мотивації до корекційно-рефлексивного. Це мінімізує час вчителя на підготовку до уроку та звільняє час для творчості. Вчитель/вчителька на основі рубрик та завдань, що подані у параграфі, може легко сконструювати не тільки будь-який етап уроку а й розробити інтегровані уроки, STEM-заняття у тісній співпраці з педагогами інших предметів та батьками.

- **тематично-календарне планування** подано для різного тижневого навантаження (на 1 год. та 0,5 год навантаження на тиждень: <http://yakistosviti.com.ua/uk/Zdorovia-dobrobut-bezpeka>). Розподіл годин у програмі є орієнтовним. За необхідності й виходячи з наявних умов навчально-методичного, матеріально-технічного забезпечення та потреб здобувачів освіти, учитель може самостійно змінювати обсяг годин, відведених програмою на вивчення окремого розділу, у тому числі змінювати порядок вивчення розділів і тем. Учитель може пропонувати власну тематику для обговорення, бесід, досліджень, проєктів, акцій, практичних і творчих завдань, зокрема й тих, що підлягають обов'язковому оцінюванню.

- **цифровий додаток** з медіатекою, корисними посиланнями, інтерактивними вправами, робочими аркушами для самостійної роботи учнів та учениць та методичними матеріалами для вчителя і батьків: <http://inform1.yakistosviti.com.ua/zdorovia-dobrobut-bezpeka/5-klas>

## **Оцінювання**

Закладам освіти при розробки системи оцінювання рекомендовано орієнтуватися на [наказ МОН від 1 квітня 2022 р. № 289](#) «Про затвердження методичних рекомендацій щодо оцінювання навчальних досягнень учнів 5–6-х класів, які здобувають освіту відповідно до нового Держстандарту базової середньої освіти».

Основними видами оцінювання результатів навчання здобувачів освіти, що проводяться закладом, є формувальне, поточне та підсумкове: тематичне, семестрове, річне. За вибором закладу оцінювання може здійснюватися за системою оцінювання, визначеною законодавством, або за власною шкалою. За умови використання власної шкали заклад має визначити правила переведення загальної оцінки результатів навчання семестрового та річного оцінювання до системи, визначеної законодавством, для виставлення у Свідоцтві досягнень. Семестрове та підсумкове (річне) оцінювання результатів навчання здійснюють за 12-бальною системою (шкалою), а його результати позначають цифрами від 1 до 12. За рішенням педагогічної ради (за потреби) заклад освіти може визначити адаптаційний період впродовж якого не здійснюється поточне та тематичне оцінювання. Також рекомендуємо визначати досягнення учнів та учениць з предмету у рівнях (Високий, Достатній, Середній, Початковий) або визначити власну шкалу оцінювання.

Для підсумкового оцінювання використовувати розроблений авторським колективом інструментом, який дозволить автоматично виставляти оцінювання за визначеними критеріями в Державного стандарту базової середньої освіти, а саме:

- Дотримується здорового способу життя, піклується про здоров'я
- Приймає рішення для безпеки
- Виявляє підприємливість та поводить етично для здоров'я, безпеки і добробуту
- Проводить рефлексію власної діяльності та поведінки

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X
1		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
2	Учень\Тема	Я і мої цінності	Комфортний освітній простір	Я вчуся ефективно	Пошук інформації та її	Безпека і небезпека	Дорожній рух та безпека	Я і велосипед	Особиста безпека в	Безпечна поведінка в	Я та моє здоров'я	Я — підліток	Інфекційні та	Моє довкілля	Особистий добробут	Добробут родини	Культура споживання	Моє коло спілкування	Я в команді	Дотримується здорового способу життя, піклується про здоров'я	Приймає рішення для безпеки	Виявляє підприємливість та поводить етично для здоров'я, безпеки і добробуту	Проводить рефлексію власної діяльності та поведінки	Загалом
3	Іван Петренко	12	9	8	10	10	11	9	10	7	7	8	6	11	10	9	8	10	8	9	9	9	9	9
4	Василь Гончарук	12	9	8				9	10	8	8			8	10				12	9	9	10	9	9
5	Ангеліна Мисак	8	9	8	10	10	11	9	10	11	7	8	6	11	10	9	8	10	8	8	9	9	9	9
6																								
7																								
8																								
9																								

Заклад освіти може визначити власні критерії на основі запропонованих у методичних рекомендацій щодо оцінювання навчальних досягнень учнів або у Державному стандарті базової середньої освіти, а саме:

учень:

- турбується про особисте здоров'я та безпеку, уникає факторів ризику, реагує на фактори і діяльність, що становить загрозу для власного і суспільного життя, здоров'я, добробуту;
- визначає альтернативи, прогнозує наслідки, приймає рішення для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я і добробуту;
- усвідомлює цінність та дотримується здорового способу життя, аналізує та оцінює наслідки і ризики для здоров'я і суспільства;
- виявляє підприємливість та поводить етично для поліпшення здоров'я, безпеки і добробуту власного та інших осіб.

Отже, під час проведення уроку “Здоров'я, безпека та добробут” пропонуємо дотримуватися наступних рекомендацій:

- будуйте урок на різноманітних формах і методах роботи, на створені атмосфери зацікавленості кожного учня/учениці;
- заохочуйте учнівство до самостійної роботи, без побоювання помилитися, одержати неправильну відповідь;
- пропонуйте завдання, які складаються з виконання різних розумових операцій відповідно до таксономії Б. Блума (знання, розуміння, використання, аналіз, синтез, оцінювання, творчість), розвивають увагу, пам'ять та креативність;



на кожному уроці під час динамічних пауз пропонуйте різноманітні вправи, які сприятимуть фізичному розвитку та культурі розумової праці;

- створюйте ситуації, що дозволяють кожному здобувачу освіти, незалежно від ступеня його готовності до уроку, виявляти ініціативу, самостійність і винахідливість у різних способах роботи;

- обговорюйте наприкінці уроку не лише те, про що учні дізналися (що опанували), але й те, що їм сподобалося (не сподобалося), які будуть пропозиції, що треба зробити по-іншому;

- оголошуючи домашнє завдання, повідомляйте не лише його зміст і обсяг, але й давайте докладні рекомендації щодо раціонального його виконання. Добирайте різноманітні, цікаві, диференційовані завдання.

Щоб захопити п'ятикласників навчанням:

використовуйте підібрані ресурси різного формату, доповнюйте їх залежно від потреб своїх вихованців;

використовуйте музичні твори, мультфільми, відео- та аудіо матеріали;

широко але помірковано використовуйте ігрові форми, адже гра – один з найкращих способів навчання, практичне застосування і відпрацювання отриманих знань у веселій формі;

навчайте за принципом “ знання на практиці, а не в теорії”, частіше використовуйте змагання, квести, екскурсії, дослідження, проекти;

підбирайте кінестетичні активності, під час яких задіяні різні канали сприйняття інформації;

візуалізуйте інформацію в різний спосіб - це значно спрощує процес навчання і засвоєння інформації;

частіше змінюйте активності, – через короткострокову концентрацію уваги важливо постійно змінювати активності. Кожен вид діяльності повинен займати 7–10 хвилин, щоб діти не втомлювалися і не перемикали увагу на щось інше;

зважайте, що діти сучасного покоління мають зовсім інший стиль навчання, тому дуже важливо враховувати особливості кожного окремо і шукати індивідуальний підхід.

Для опанування педагогічними працівниками особливостей організації освітнього процесу за модульною навчальною програмою «Здоров'я, безпека та добробут». 5-6 класи (інтегрований курс)» авторів Гущина Н., Василяшко І. організовано навчальний курс від Інституту педагогіки НАПН України за програмою підвищення кваліфікації «Здоров'я, безпека та добробут» в НУШ: інноваційні підходи” (<https://undip.org.ua/listener/training-courses/metodyka-navchannia-u-5-6-klasakh-zakladiv-zahalnoi-serednoi-osvity/> )

Наостанок, рекомендуємо використовувати задля якісної організації освітнього процесу та задоволення потреб всіх його учасників такі складники формули, яку запропонував авторський колектив.

## Формула ефективного навчання

