

Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка

Навчально-науковий Інститут педагогіки і психології

Кафедра дошкільної і початкової освіти

Кучеренко Аліна Іванівна

**ДИДАКТИЧНА ГРА ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ЖИТТЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Спеціальність: 013 Початкова освіта

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня магістра

Науковий керівник:

_____ Л.М. Крившенко,
кандидат педагогічних наук, старший
викладач кафедри дошкільної і
початкової освіти

«___» _____ 2021 року

Виконавець:

_____ А.І. Кучеренко
«___» _____ 2021 року

Суми 2021

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДИДАКТИЧНОЇ ГРИ ЯК ЗАСОБУ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	6
1.1. Сутність дидактичної гри, її функції, види та структура	6
1.2. Стан розробленості проблеми формування здорового способу життя у молодших школярів	11
1.3. Особливості використання дидактичних ігор у формуванні здорового способу життя молодших школярів	16
Висновок до розділу 1	28
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ ДИДАКТИЧНОЇ ГРИ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	30
2.1. Виявлення рівня сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів	30
2.2. Формування здорового способу життя у молодших школярів засобом дидактичної гри.....	42
2.3. Оцінка ефективності дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів	49
Висновок до розділу 2	54
ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	62

ВСТУП

Актуальність дослідження. На сьогоднішній день формування мотивації до здорового способу життя є однією з основних задач сучасної школи. Становлення освіченої, творчо спрямованої особистості, зміцнення її здоров'я у фізичному і моральному плані – одне з превалюючих завдань освітньої реформи в Україні, що передбачено Концепцією «Нова українська школа» . Особливо актуальна ця проблема в початковій школі, що пов'язано з кардинальними змінами в звичному укладі життя дитини, освоєнням нею нової соціальної ролі «учень». Саме в молодшому шкільному віці закладається фундамент здоров'я і звички до ведення здорового способу життя дорослої людини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемі здоров'я молодших школярів присвячено дослідження таких сучасних психологів, педагогів, соціологів, медиків, методистів як Т. Андрющенко [4], Н. Бібік [8], Е. Вайнер [11], О. Ващенко [13], С. Дудко [17], С. Кондратюк[29], В. Оржеховська [42], О. Савченко[50]. Вони науково обґрунтовують необхідність переходу системи освіти до формування в учнів здорового способу життя, що базується на характеристиці вікових особливостей учнів, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного і духовного власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Використанню дидактичних ігор у навчально-виховному процесі присвятили свої дослідження Н. Анікеева [3], Д. Ельконін [5], Н. Єсіна [10], С. Ігнатенко [16], В. Желудько [20], М. Кларін [35], Н. Кудикін [37]а, В. Паламарчук [46], Н. Плахотнюк [48], О. Савченко [50], Г. Селевко [54] й ін. Позитивна роль гри криється перш за все в тому, що вона допомагає використовувати знання, сформовані під час ігрової діяльності, в нових ситуаціях. Формування в дітей умінь самотійно відбирати з різних джерел потрібну інформацію, давати їй оцінку – безпосереднє завдання школи. Такі вміння і навички розвивають творчі ігри на уроках і в позаурочний час. За

допомогою гри вчать не так, як зручно вчителю подати новий матеріал, а так як дітям зручно і природно взяти знання.

Стосовно проблеми формування здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку, роботи вчених (О. Кобцева [29], І. Кузнецова [35], Т. Осадченко [45] та ін.) мають практичне спрямування, але не мають теоретичного обґрунтування, їм властиві епізодичність і підпорядкованість окремих тем. Сьогодні в спеціальній літературі неповно розглянута теоретична основа реалізації формування здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку засобами дидактичних ігор.

Мета дослідження – обґрунтувати доцільність застосування дидактичних ігор як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати загальну та спеціальну літературу за обраною проблематикою дослідження, визначити особливості застосування дидактичної гри у формуванні здорового способу життя молодших школярів.
2. Виявити та експериментально перевірити рівні сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів.
3. Визначити ефективність експериментальної роботи на формування здорового способу життя молодших школярів засобом дидактичних ігор.

Об'єкт дослідження – формування здорового способу життя в початковій школі.

Предмет дослідження – застосування дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів.

Методи дослідження: аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури; педагогічне спостереження за навчальним процесом з метою вивчення практики застосування дидактичної гри в початкових класах; статистична обробка матеріалів дослідження; педагогічний експеримент.

Наукова новизна одержаних результатів: схарактеризовано рівні сформованості здорового способу життя молодших школярів; уточнено

сутність понять «здоровий спосіб життя», «формування здорового способу життя» стосовно учнів початкових класів; спроектовано діяльність з використанням у початковій школі дидактичної гри для формування здорового способу життя.

Практична значення одержаних результатів полягає в тому, що матеріали даної магістерської роботи можуть бути використані в навчально-виховній роботі закладів загальної середньої освіти.

Апробація результатів та публікації. Основні результати проведеного дослідження доповідалися й обговорювалися на IV Всеукраїнській конференції «Дошкільна і початкова освіта: реалії та перспективи» (м. Суми, Навчально-науковий інститут педагогіки і психології Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка, 28 квітня 2021 року) і висвітлені в двох публікаціях.

Дана технологія апробована (довідка № 5 від 25.11.2021 року).

Структура магістерської роботи. Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновку, списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи – 66 сторінок, з них 61 сторінок основного тексту, який містить 10 таблиць і 4 рисунки. Список використаних джерел налічує 62 найменування.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДИДАКТИЧНОЇ ГРИ ЯК ЗАСОБУ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

1.1. Сутність дидактичної гри, її функції, види та структура

Гра є основним видом діяльності дитини, починаючи практично від народження. Взагалі термін «гра» включає в себе різноманітні види діяльності. Саме вона відіграє велику роль у формуванні та розвитку розумових, емоційних, фізичних і творчих здібностей дитини. Гра допомагає розвивати пам'ять, мислення, уяву, увагу. Одиночна гра розвиває індивідуальні якості дитини, знайомить її з характеристиками і властивостями тих чи інших предметів. Гра в групі привчає дитину до суспільного життя, соціальних ролей і відносин між людьми. Рольові ігри допомагають учневі освоювати норми і стереотипи поведінки в сучасному суспільстві. Таким чином, можна дати грі чітке визначення. Гра являє собою вид діяльності, в якій людина добровільно бере участь і отримує задоволення і можливість дослідної поведінки, вважає В. Рижук [44,с.23].

У початкових класах позиції гри ще досить міцні; з одного боку – це база для оволодіння навчальною діяльністю і соціальною роллю учня, а з іншого – вона доставляє дитині радість, створює психологічний комфорт.

За змістом, особливостями організації, розвиваючим і виховним впливу ігри надзвичайно різноманітні. Серед них виділяються дидактичні ігри. Вони спрямовані на вирішення конкретних завдань навчання школярів, але в той же час в них проявляється виховний та розвиваючий вплив ігрової діяльності.

Близькі по педагогічним значенням до дидактичних ігор різні цікаві завдання, інакше їх називають ігровими [16,с.16].

I. Дичківська зазначає, що дидактична гра – це вид діяльності, займаючись якою, діти навчаються. Дидактична гра, як і кожна гра, являє собою самостійний вид діяльності, якою займаються діти: вона може бути індивідуальною або колективною. Дана гра є цінним засобом виховання дієвої активності дітей, вона активізує психічні процеси, викликає в учнів живий інтерес до процесу пізнання. У ній охоче діти долають значні труднощі, тренують свої сили, розвивають здібності і вміння. Вона допомагає зробити будь-який навчальний матеріал захоплюючим, викликає в учнів глибоке задоволення, створює радісний робочий настрій, полегшує процес засвоєння знань. У дидактичних іграх дитина спостерігає, порівнює, зіставляє, класифікує предмети за тими чи іншими ознаками, виробляє доступний йому аналіз і синтез, робить узагальнення [12,с.253].

Граючи, дитина приймає на себе соціальну функцію дорослого і відтворює її в своїх діях. Ігри дітей найчастіше відбивають професійну діяльність дорослих. У них діти вступають в різні відносини: співпраці, підпорядкування, взаємного контролю. Норми людських взаємин через гру стають джерелом розвитку моралі самої дитини; діти отримують можливість для становлення як особистості в цілому, так і окремих психічних процесів.

Цікавий матеріал допомагає активізувати розумовий процес, розвиває пізнавальну активність, спостережливість, увагу, пам'ять, мислення, підтримує інтерес до досліджування. Ігрові завдання розвивають у дітей кмітливість та винахідливість. Багато з них вимагають вміння побудувати висловлювання, судження, умовивід; вимагають не тільки розумових, але і вольових зусиль – організованості, витримки, вміння дотримуватися правил гри, підпорядковувати свої інтереси інтересам колективу [51,с.134].

Ігри в своєму розвитку еволюціонують від предметних до рольових і від рольових до дидактичних. Інтерес дітей в дидактичній грі переміщається від ігрового дії до розумової задачі. Так, у рольовій грі «Капітани» діти, діючи в

уявній ситуації, «ведуть корабель» (повертають уявний кермо то в одну, то в іншу сторону, гудуть, здійснюючи одночасно роль пароплава), а в дидактичній грі вони наслідують розумової роботи капітана – «ведуть корабель по заданому курсу» на основі виконаних розрахунків [24,с.33].

У дидактичних іграх дитина спостерігає, порівнює, зіставляє, класифікує предмети за тими чи іншими ознаками, виробляє доступні їй аналіз і синтез, робить узагальнення.

Ігрова діяльність як елемент уроку може застосовуватися на будь-якому етапі його – від перевірки домашнього завдання до виконання перевіркової роботи та узагальнення. Недооцінка або переоцінка гри негативно позначаються на навчально-виховному процесі. При недостатньому використанні гри знижується активність учнів на уроці, послаблюється інтерес до навчання, при її переоцінці учні насилу переключаються на навчання в неігрових умовах [16,с.17].

У грі для дитини з'являється можливість здобувати знання самостійно; вона відчуває радість успіху і впевненість в своїх силах. Кожен педагог може знайти кілька хвилин в навчальному дні для того, щоб зануритися з молодшими школярами в ігрову діяльність. Ігри підвищують емоційний тонус школяра, а без позитивних емоцій не може бути плідною навчальна діяльність. Використання ігрових технологій безсумнівно дасть помітний ефект у розвитку дітей, а також, поліпшить їх емоційний стан, підтримає у школярів початкових класів інтерес до навчальної діяльності, минаючи несприятливі тенденції шкільного навчання [52,с.425].

При підборі ігор важливо враховувати наочно-дієвий характер мислення школяра початкових класів. Необхідно також пам'ятати і про те, що ігри повинні сприяти повноцінному всебічному розвитку психіки дітей, їх пізнавальним здібностям, мові, досвіду спілкування з однолітками і дорослими, проявляти інтерес до навчальних занять, формувати вміння і навички навчальної діяльності, допомогти дитині оволодіти вмінням аналізувати, порівнювати, абстрагувати, узагальнювати. У процесі проведення ігор

інтелектуальна діяльність дитини повинна бути пов'язана її діями по відношенню до навколишніх предметів [25,с.55].

Результативність дидактичних, ігор і цікавих завдань залежить від методики їх застосування. Позитивних результатів в навчанні і вихованні дітей з використанням ігрових методів можна досягти лише за умови націленості кожної гри на рішення програмних завдань. Умовою підвищення результативності дидактичних ігор та цікавих завдань є планованість їх проведення [29,с.237].

Високої професійної майстерності педагога вимагає керівництво ходом гри. У практиці використання дидактичних ігор найбільш поширена помилка – підміна гри навчальними вправами, які вчителі називають грою, а по суті, в них немає тих елементів, які найбільше приваблюють дітей [40,с.19].

Ігрові елементи дозволяють «заховати» від дітей дидактичну задачу і таким чином полегшити важкий для них процес придбання знань.

Ігри поділяються на творчі та ігри з правилами. Творчі ігри, в свою чергу включають: театральні, сюжетно-рольові та будівельні гри. Ігри з правилами – це дидактичні, рухливі, музичні ігри та ігри-забави.

В процесі гри у дітей виробляється звичка зосереджуватися, мислити самостійно, розвивається увага, прагнення до знань. Захопившись, діти не помічають, що вчаться: пізнають, запам'ятовують нове, орієнтуються в незвичайних ситуаціях, поповнюють запас уявлень, понять, розвивають фантазію. Навіть найбільш пасивні з дітей включаються в гру з величезним бажанням, докладають усіх зусиль, щоб не підвести товаришів по грі [44,с.24].

З усього існуючого різноманіття різних видів ігор саме дидактичні ігри найтіснішим чином пов'язані з навчально-виховним процесом. Вони використовуються в якості одного із способів навчання різних предметів в початкових класах, в тому числі особливе місце дані гри займають на уроках математики.

Дидактична гра по своїй суті – складне, багатогранне явище. Вона може виступати в якості методу навчання, тому що виконує наступні функції:

- навчальну (сприяє формування світогляду, теоретичних знань і практичних умінь, розширення кругозору, навичок самоосвіти і т.д.);
- розвиваючу (відбувається розвиток мислення, активності, пам'яті, здатності виражати свої думки, а також розвитку пізнавального інтересу);
- виховну (виховання колективізму, доброзичливого і шанобливого ставлення до партнерів і опонентів по грі);
- мотиваційну (спонукання до застосування отриманих знань, умінь, прояв ініціативи, самостійності, колективного співробітництва) [16,с.18].

В довершення до цього, за допомогою дидактичних ігор у вчителя з'являється можливість контролю і діагностики ходу і результату навчального процесу, а також внесення в нього необхідних змін, тобто гра в даному випадку виконує контрольню-корекційну функцію.

Істотна ознака дидактичної гри – стійка структура, яка відрізняє її від будь-якої іншої діяльності.

Структурні компоненти дидактичної гри: ігровий задум, ігрові дії і правила. Ігровий задум виражений, як правило, в назві гри. Ігрові дії сприяють пізнавальній активності учнів, дають їм можливості проявити свої здібності, застосувати наявні знання, вміння і навички для досягнення цілей гри. Правила допомагають направляти ігровий процес. Вони регулюють поведінку дітей і їх взаємини між собою. Дидактична гра має певний результат, який є фіналом гри, надає грі закінченість. Вона виступає насамперед у формі вирішення поставленого навчального завдання і дає школярам моральне і розумове задоволення. Для вчителя результат гри завжди є показником рівня досягнень учнів в освоєнні знань або в їх застосуванні [25,с.56].

Всі структурні елементи дидактичної гри взаємопов'язані між собою. Відсутність будь-якого з них руйнує гру. Дидактична гра – це і засіб навчання, тому що вона є джерелом отримання знань, формування умінь. Вона дозволяє будувати та підтримувати пізнавальні інтереси учнів, поліпшувати наочність навчального матеріалу, зробивши його, таким чином, більш доступним, а також інтенсифікувати самостійну роботу і вести її в індивідуальному темпі.

1.2. Стан розробленості проблеми формування здорового способу життя у молодших школярів

Педагогіка широко використовує поняття «формування». Формування – це процес становлення людини як соціальної істоти під впливом всіх чинників: соціальних, екологічних, економічних, ідеологічних, психологічних тощо. буд. Виховання – один із найважливіших, але не єдиний чинник формування особистості. Формування передбачає певну завершеність людської особистості, досягнення рівня зрілості, стійкості.

Поняття «формування» – це педагогічна категорія, яка ще не встановилася, незважаючи на дуже широке застосування. Його зміст то надмірно звужується, то розширюється до безмежних меж. У педагогічній літературі минулих років поняття формування нерідко вживалося позначення некерованих, випадкових впливів на особистість [15, с.105].

Здоровий спосіб життя – це раціональний спосіб життя, невід’ємною рисою якого є активна діяльність, спрямована на збереження та покращення здоров’я. Спосіб життя, який сприяє громадському та індивідуальному здоров’ю, є основою профілактики, а його формування – найважливішим завданням соціальної політики держави у справі охорони та зміцнення здоров’я народу [37,с.94].

Розглянемо ще декілька визначень здорового способу життя. Здоровий спосіб життя – це індивідуальна система поведінки людини, що забезпечує її фізичне, душевне та соціальне благополуччя у реальному навколишньому середовищі та активне довголіття. Здоровий спосіб життя створює найкращі умови для нормального перебігу фізіологічних та психічних процесів, що знижує ймовірність різних захворювань та збільшує тривалість життя людини.

Здоровий спосіб життя допомагає людині виконувати цілі та завдання, успішно реалізовувати власні плани, справлятися з труднощами, а якщо доведеться, то і з колосальними навантаженнями [5,с.105,].

Формування здорового способу життя – найважливіша задача сучасності, в комплексному вирішенні якої неможливо обійтися без загальноосвітньої школи. Вчителям спільно з батьками, медичними працівниками, психологами необхідно так організувати шкільну діяльність, щоб учні постійно підвищували свій рівень здоров'я і закінчували школу здоровими [17,с.135].

Ю. Амосова зазначає, що здоров'я, займаючи серед всіх інших життєвих цінностей пріоритетне місце, є природною, абсолютною цінністю. Погляд на здоров'я, як найвище життєве благо, має тисячолітню традицію, і по мірі розширення науково-технічних перетворень суспільства значення збереження та зміцнення здоров'я постійно зростає.

Є. Назарова виділяє кілька видів здоров'я:

1. Фізичне здоров'я (фізичне) – стан, при якому спостерігається досконалість саморегуляції функцій організму, гармонія фізіологічних процесів і максимальна адаптація до різних факторів середовища.

2. Психічне здоров'я – це здатність людини адекватно реагувати на зовнішні та внутрішні подразники, вміння врівноважити себе з навколишнім середовищем. Психічне здоров'я передбачає не тільки гігієну тіла, але і психогігієну, самовиховання духовної сфери, моральну життєву позицію тощо.

3. Соціальне здоров'я – здатність адаптуватися до соціального середовища. Це здатність керувати своєю поведінкою відповідно до соціальних норм [33,213].

Ознаками здоров'я є:

- стійкість до впливу факторів;
- показники зростання і розвитку в межах середньостатистичної норми;
- функціональний стан організму в межах середньостатистичної норми;
- наявність резервних можливостей організму;
- відсутність якого-небудь захворювання або дефектів розвитку;

- високий рівень морально-вольових та ціннісно-мотиваційних установок [8].

На думку вчених (О. Вінда, О. Коструб), за різними оцінками, здоров'я конкретної людини залежить від спадковості на 15-20%. Ще на 20-25% здоров'я зумовлюється станом навколишнього середовища. На 8-10% залежить від системи умов охорони здоров'я. В іншому ж (а це 50-55%!) здоров'я залежить від самої людини, від її способу життя. Здоров'я дитини складається з чотирьох основних компонентів режиму дня: фізичних навантажень, загартовування, харчування та психологічного комфорту включаючи сон. Кожен компонент «режиму здоров'я» впливає самостійно і в той же час посилює дії інших [54,с.210].

Спосіб життя – це спосіб переживання життєвих ситуацій, а умови життя – це діяльність людини в певному середовищі проживання, в якому можна виділити екологічну обстановку, освітній ценз, побут і облаштування свого житла. Спосіб життя безпосередньо впливає на здоров'я людини, а умови життя як би опосередковано впливають на стан здоров'я [22,с.49].

Поняття «здоровий спосіб життя» є одним з найважливіших похідних категорій «здоров'я», так як в сучасних умовах саме спосіб життя безпосередньо впливає на індивідуальне здоров'я. Проблеми змісту, формування здорового способу життя, його сутнісних характеристик розглядали вітчизняні вчені в різних аспектах: фізичного виховання, гігієнічного, морального [57,с.13].

Ю. Амосова визначає здоровий спосіб життя як спосіб життєдіяльності, спрямований на збереження і зміцнення здоров'я людей, забезпечення високого рівня працездатності і соціальної активності.

О. Вінда вважає, що спосіб життя особистості вважається здоровим, якщо ця особистість активно існує в умовах сприятливого психофізичного простору, не проявляючи по відношенню до себе і простору агресивності в небезпечних формах [54, с.195].

О. Назарова розглядає здоровий спосіб життя як поведінку, яка базується на науково обґрунтованих санітарно-гігієнічних нормативах, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я [33, с.148].

В. Оржеховська визначає здоровий спосіб життя як типові форми і способи повсякденної життєдіяльності людини, які зміцнюють і вдосконалюють резервні можливості організму, забезпечуючи тим самим успішне виконання своїх соціальних і професійних функцій незалежно від політичних, економічних і соціально-психологічних ситуацій [36, с.58].

Є безліч визначень поняття «здоровий спосіб життя», проте їх суть зводиться до того, що здоровий спосіб життя – це сформований стереотип поведінки людини, який є для неї звичною нормою і приносить користь для збереження та зміцнення здоров'я.

За сучасними уявленнями поняття здорового способу життя не має бути однаковим для всіх. Здоровий образ життя – це такий спосіб життя, який, в першу чергу, йде на користь кожній конкретній людині [48, с.96].

Схильність до збереження власного здоров'я можна розглядати як особистісну якість. У багатьох людей у випадку охорони здоров'я спостерігаються явні протиріччя: цінність здоров'я досить велика, вона визнається і не потребує доказів, але поведінка, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, досить часто не відповідає рівню емоційного ставлення до нього [62, с.12-14].

Для збереження та зміцнення здоров'я важливо виховати у людини мотивацію на здоровий спосіб життя. У зв'язку з цим освіта, починаючи з молодшого шкільного, є тією системою, яка здатна не тільки навчити засобам, методам та способам зміцнення здоров'я, а й забезпечити формування життєвого пріоритету здоров'я, ціннісно-смыслових установок відповідальності особистості за своє здоров'я.

Основними компонентами здорового способу життя молодших школярів є оптимальний руховий режим, раціональне харчування, загартовування,

оптимальний режим праці та відпочинку, оптимізація психоемоційного стану, дотримання правил особистої гігієни [22,с.49].

Формування готовності до здорового способу життя має проходити поетапно:

1. Засвоєння знань про здоровий спосіб життя, профілактика захворювань. Знання, як один з компонентів свідомості, є адекватним відображенням суб'єктом навколишнього реальності у вигляді аналізу, синтезу, понять, теорій, оцінок. Знання фіксуються в формі певних знаків. На підставі знання навколишньої дійсності у суб'єкта формуються певні позиції (тривога, страх, хвилювання, сумнів, інтерес, наснага, радість, впевненість, задоволення та ін.), які являють собою емоційні схильності до формування мотивації здорового способу життя.

2. Формування мотивації до здорового способу життя. Під мотивацією розуміється динамічний процес формування мотиву, як складного інтегрального психологічного утворення, що визначає стратегію діяльності людини. Мотиваційні утворення, спрямовані на здоровий спосіб життя: мотиваційна установка, бажання, переконання, звичка, інтерес, спрямованість особистості. Вони залежать від того, на якій стадії зупинився мотиваційний процес, який ступінь усвідомленості причин виникає спонукання, ступінь задоволення потреби, спрямовані на здоровий спосіб життя.

3. Свідомий вибір здорового способу життя, усвідомлення себе суб'єктом даної діяльності. Критерієм усвідомленого вибору здорового способу життя є орієнтація особистості на розвиток знань, умінь, навичок по зміцненню власного здоров'я [53,с.254].

Формування здорового способу життя молодших школярів багато авторів трактують як цілеспрямований процес по збагаченню знань і уявлень молодших школярів про складові компоненти здорового способу життя, розвитку ціннісного ставлення до здоров'ю з опорою на активну діяльність по збереженню і зміцненню здоров'я. У молодшому шкільному віці можна розглянути тільки основи культури здорового способу життя, тому що у дитини

ще не сформовані всі навички культури здорового способу життя в силу її вікових особливостей [49].

Таким чином, основи здорового способу життя молодших школярів – це синтез основних правил поведінки учнів, які базуються на знаннях про складові компоненти здорового способу життя (оптимальний руховий режим, раціональне харчування, загартування, оптимальний режим праці та відпочинку, оптимізація психоемоційного стану, дотримання правил особистої гігієни), ціннісному відношенні до даних складових і активному використанні даних знань у повсякденній діяльності.

1.3. Особливості використання дидактичних ігор у формуванні здорового способу життя молодших школярів

Аналізуючи шкільні підручники Нової української школи «Я досліджую світ» можна зробити деякі висновки. Так, однією з необхідних умов правильної постановки всієї роботи з формування здорового способу життя молодших школярів є доцільне чергування всіх видів діяльності протягом усього дня. Особливе значення у формуванні здорового способу життя дитини надається розвитку рухів та фізичної культури дітей, як на фізкультурних заняттях, так і в позаурочній діяльності. Завдання формування здорового способу життя в умовах позаурочної діяльності полягає у становленні інтересів, мотивацій, що призводить до формування постійних потреб до занять фізичними вправами, загартовування, дотримання гігієни, раціональний розпорядок дня, дотримання правил здорового образу життя.

Наведемо приклад фрагменту конспекту одного з уроків курсу «Я досліджую світ», спрямованого на формування у молодших школярів здорового способу життя.

Тема уроку: **«Про здоровий спосіб життя»**

Тип уроку: урок відкриття нових знань, набуття нових умінь та навичок

Цілі:

1. Дидактична – створити умови для формування знань та навичок на тему «Про здоровий спосіб життя» у повсякденному житті.

2. Навчальна – перевірити здібності учнів розуміти та застосовувати отримані знання на практиці на тему уроку «Про здоровий спосіб життя».

Завдання:

Навчальні завдання, спрямовані на досягнення особистісних результатів навчання:

1. Формувати позитивне ставлення до здоров'я та здорового способу життя.
2. Сприяти підвищенню мотивації до ведення здорового способу життя.
3. Сприяти вихованню у відповідальності за своє здоров'я.
4. Виховання самостійності та особистої відповідальності.
5. Освоїти гуманістичні традиції та цінності сучасного суспільства.
6. Формувати стійку мотивацію до навчання.
7. Адекватно сприймати причини успішності/неуспішності навчальної діяльності.

Заплановані результати:

Особистісні:

1. Робота над формуванням поняття «Здоров'я» та «Здоровий спосіб життя».
2. Формування у собі шанобливого ставлення до здоров'я.
3. Розширення кругозору учнів.

Устаткування: комп'ютер, ноутбуки, проектор, роздатковий матеріал, презентації.

Застосовувані технології: особистісно-орієнтована, здоров'язберігаючі; ІКТ.

В учнів слід формувати уявлення про залежність здоров'я людини від стану навколишнього, соціального та екологічного середовища.

Уроки спрямовані на вирішення наступних завдань:

- формувати уявлення про фактори, що шкідливо впливають на здоров'я;

- формувати уявлення про значення довкілля для життя людини і всього живого на землі;
- формування гуманістичних почуттів, почуття співчуття до всьому живому землі.

Зміст цього блоку занять передбачає проектну роботу з молодшими школярами на теми: «Чим ми дихаємо», «Чистота повітря – запорука здоров'я», досліди та спостереження «Як рослини допомагають очищати повітря на вулиці та в будинку» тощо.

Перш ніж підвести молодших школярів до засвоєння уявлень про складну залежність здоров'я людини від стану довкілля, потрібно систематизувати та поглибити їх уявлення про фактори негативно що впливають на здоров'я людини, можна познайомити із джерелами забруднення повітря на вулиці. Так, наприклад, дуже ефективним прийомом є як читання листи від горобця, що опинився у місті. Читання листа супроводжується численними питаннями, що активізують розумову діяльність та наявний досвід молодших школярів [40,с.20].

Для стимулювання пізнавальної активності та формування досвіду здоров'язберігаючої поведінки у дітей молодшого шкільного віку рамках предмету «Я досліджую світ» використовуються методи проблемного навчання: постановка ситуаційних завдань, проблемні ситуації, метод вибору, проблемні питання, які торкаються інтересів дитини у становленні власного здоров'я з подальшим вибором альтернативних рішень, необхідних для здорового життя [32,с.259].

Протягом усіх уроків з «Я досліджую світ» було зібрано велику кількість інформації про організм людини, про фактори, що впливають на здоров'я, про способи збереження та зміцнення здоров'я та ін. Для узагальнення цих відомостей створюються два лепбуки, які закріплюють знання про здоров'я та здоровий спосіб життя. Учні розділилися на дві групи. На першому етапі зібрали необхідний матеріал на тему, потім розпочалася творча робота з

узагальнення знань про культуру здоров'я. Розробивши свої лепбуки, групи змінилися ними до виконання завдань.

Таким чином, кожна з груп закріпила свої знання, спрямовані на формування здорового способу життя.

Основна робота проводиться власне на уроках «Я досліджую світ», але для формування ціннісного ставлення здоров'ю (аксіологічний критерій) можна використовувати позакласні заняття. Заняття можна проводити в нетрадиційній формі – розповіді «Казкових історій», присвячених формуванню уявлень про здоров'я, цінність здоров'я для людини. Герої цих історій можуть розповісти дітям секрети здоров'я, діти дізнаються, яку людину можна назвати здоровою, як розпізнати хворобу.

Для того, щоб сформувати в учнів молодших класів позитивне ставлення до спорту та ведення здорового способу життя, в рамках теми «Здоровий спосіб життя», вчителі створили соціальний відеоролик «Будь здоровим – займайся спортом». Матеріал для цього відеоролика учні збирають самі.

Таким чином, учні переконуються, що у школі є багато дітей, які займаються спортом, що вони охоче діляться враженнями про спортивного життя і закликають всіх вести здоровий спосіб життя.

Одним із методів формування здорового способу життя є метод гігієнічного практикуму. Ця форма організації діяльності учнів спрямована на розвиток та вдосконалення гігієнічних умінь та навиків. Перша частина завдань включає відпрацювання елементарних правил самоорганізації: охайний зовнішній вигляд, дотримання правил особистої гігієни, культурна поведінка за столом та ін. Друга частина завдань передбачає активізацію розумових операцій, самоспостереження та самоаналіз [57,с.15].

Заняття з гігієнічного практикуму проводяться щотижня. Деякі завдання було рекомендовано для домашньої роботи.

1. Чисті руки:

– показати, як правильно мити руки;

- Довести, чому потрібно тримати руки в чистоті, коли обов'язково слід їх мити.

2. Здорові зуби:

- показати на малюнку послідовність чищення зубів;
- почистити зуби щіткою та пастою;
- Довести, чому потрібно чистити зуби, коли і якими пастами (дитячі «Я сам», «Моє сонечко» та ін.);
- Скласти пам'ятку «Що люблять наші зуби», «Шкідливо для зубів».

3. Гарні нігті:

- показати на малюнку (намалювати), як слід стригти нігті на руках та ногах;
- правильно підстригти нігті на руках;
- Поміркувати, чому маленьким дівчаткам не слід відрощувати довгі нігті, фарбувати їх лаком, носити на пальцях безліч каблучок.

4. Зовнішній вигляд:

- вибрати на малюнках (намалювати) варіанти одягу, взуття та зачіски для занять у школі, відвідування театру, свята, для дому тощо;
- показати, як слід чистити одяг та взуття, пришивати гудзики;
- довести, що завжди необхідно мати при собі носову хустку, та пояснити навіщо.

5. Я та моє здоров'я. Скласти програму власного здоров'я на певний час (на місяць, чверть), включаючи різні заходи щодо самоспостереження, саморегуляції та само оздоровлення [32,с.147].

Участь молодших школярів у цих заходах сприяє встановленню їхньої активної позиції стосовно свого здоров'я, у вирішенні конкретних завдань зміни навколишньої дійсності, характеризувався формуванням позитивного ставлення до здорового способу життя.

Мірилом сформованості гігієнічних навичок виступають не слова, а поведінка та вчинки. Будь-який вид діяльності – вчення, гра, праця – у цьому віці важливий для освоєння знань про здоровий спосіб життя та гігієнічні

правила. І тому формування гігієнічних навичок забезпечується лише цілеспрямованим керівництвом із боку педагога.

Підсумовуючи, відзначимо, що успіх формування здорового способу життя у молодших школярів у курсі «Я досліджую світ» багато в чому визначається цілеспрямованістю виховно-освітньої роботи та взаємодією вчителя та батьків.

Гра, як феномен людської діяльності, здавна є предметом вивчення найрізноманітніших галузей знань: філософії, соціології, кібернетики, психології, педагогіки. Це пояснюється як специфікою, різноманіттям проявів гри і ігрового поведінки людини, так і складністю внутрішньої структури ігрової діяльності. Найбільш повно і точно, в широкому розумінні, суть гри характеризується П. Підкасітим та Ж. Хайдаровим: «Людська гра є спочатку мотивована, спочатку встановлена, генетично і спеціально запрограмована, осмислена і відповідальна діяльність, яка включає в себе і предметну (видиму), і теоретичну (розумову), і душевну діяльність». В ареалі даного визначення може бути обґрунтована і суть дидактичної гри, яка є одним з видів цієї специфічної діяльності людини.

Вітчизняна наука, в особі таких учених як Л. Виготський, В. Давидов, А. Леонтьєв, С. Рубінштейн, Д. Ельконін, висунула тезу про соціально детермінований характер дитячої гри, визначаючи її як специфічний вид діяльності, цілеспрямовано використовуваний суспільством для підготовки дітей до дорослого життя.

Гра відноситься до символічно-моделюючого типу діяльності, в якій операційно-технічна сторона мінімальна, скорочені операції, умовні предмети. Гра є діяльність, в якій дитина спочатку емоційно, а потім інтелектуально освоює всю систему людських відносин. Гра – це особлива форма освоєння дійсності шляхом її відтворення, моделювання. Нам представляється, що ця особливість дитячої гри несе в собі великі можливості для управління процесом формування у школярів початкових класів навчальних умінь та навичок [51,с.258-265].

Специфічною ознакою дидактичних ігор є, як вважають багато дослідників, навмисність, планування, наявність навчальної мети та передбачуваного результату, які можуть бути відокремлені, виділені в явному вигляді як для викладача, так і для дітей. Виховно-освітній зміст таких ігор не виступає для дітей відкрито, а реалізується через ігрове завдання, ігрові дії і правила [29,с.354].

Вичленення основних вимог до організації і проведення дидактичної гри, які сприятимуть успішному застосуванню її на різних етапах становлення навчальних умінь і навичок:

I. Підготовчий етап:

- Визначити дидактичну задачу уроку (гри).
- Спрогнозувати рівень розвитку умінь та навичок в учнів, відповідний здійсненню даної мети.
- Сформулювати ігрову задачу.
- Визначити характер ігрових дій (змагальний, сюжетно-рольовий, конструктивний).
- Вибрати відповідну форму організації ігрової діяльності (фронтальна, групова, індивідуальна).
- Підготувати наочний та дидактичний матеріал, ігрову атрибутику.
- Спроекувати роль вчителя в ході дидактичної гри.

II. Проведення дидактичної гри.

- Ознайомлення зі змістом гри (постановка навчальної та ігрової завдань в єдності).
- Пред'явлення основних вимог до ходу гри: виконання відповідних правил, дотримання необхідного рівня дисципліни.

Підведення підсумків дидактичної гри (виконання навчальної та ігрової задачі в єдності).

III. Аналіз результатів проведеної дидактичної гри.

- Визначення ефективності обраного виду дидактичної гри.
- Перевірка якості засвоєваних навчальних умінь і навичок [39].

Відмінною особливістю дидактичних ігор є можливість навчати дітей за допомогою активної цікавою для них діяльності. З огляду на провідний вид діяльності в дошкільному дитинстві – ігровий та підвищену фізіологічну рухливість дитячого організму, що має тенденцію до зниження на 50% у дитини, яка прийшла до школи, ефективне використання в початковій школі дидактичних рухливих ігор, заснованих на рухах, але, які також включають в свій зміст матеріал та інформацію про здоровий спосіб життя [52,с.436].

Використання в навчанні та вихованні молодших школярів дидактичних рухливих ігор є одним з численних шляхів формування здорового способу життя. Дані ігри можуть застосовуватися на уроках фізичної культури з метою закріплення знань здорового способу життя з паралельним оволодінням руховими вміннями та навичками; на уроках з інших загальноосвітніх предметів, з метою рекреації, з метою відновлення, реабілітації та формування умінь та навичок застосування вправ або інших дій з області здорового способу життя; на екскурсіях; нарешті, учень може сам організовувати найбільш улюблені йому дидактичні ігри в колі своїх друзів та близьких [58].

У дітей молодшого шкільного віку домінують переважно складні потреби у грі й наслідуванні, саморозвитку та свободі вибору. Провідні види діяльності для них – різноманітні ігри, творчість, у тому числі й вербальна, включаючи створення казок. Дітям необхідно обов’язково надавати свободу вибору. Таким чином, зміст початкової освіти повинен стати для дитини не метою навчання, як це традиційно буває в сучасних школах, а лише засобом для досягнення своїх, саме ігрових і творчих цілей. У цьому разі, на думку В. Шахненко, з одного боку, забезпечується індивідуально-гармонійний розвиток дитини, з іншого – вона доволіно оволодіває основними навичками освітньої діяльності (лічби, письма, читання, спостереження, спілкування тощо), формується спонукальна й інформаційна база для забезпечення її життєдіяльності.

Наведемо приклади дидактичних здоров’язбережувальних ігор на уроці.

Дидактичні рухливі ігри

«Правила гігієни»

Дидактична задача: закріпити знання правил особистої гігієни.

Зміст. Всі діти стають в коло; ведучий по черзі називає кожного, визначаючи йому завдання:

- Що ми робимо вранці, коли прокидаємося?
- Робимо зарядку, вмивається, чистимо зуби (гравець виконує рух, і всі повторюють за ним).

Наступний гравець виконує наступне завдання ведучого:

- Що ми робимо перед їжею?
- Миємо руки ... і т.д. [16,с.18].

«Компліменти»

Дидактичні завдання: подолання внутрішніх комплексів, відпрацювання навичок вираження позитивної оцінки оточуючих.

Зміст. Учні шикуються в дві шеренги, обличчям один до одного, і говорять один одному компліменти; на кожен комплімент гравець робить один крок вперед.

1-й учень. Я дуже радий вчитися в одному класі з такою акуратною дівчинкою.

2-й учень. Мені приємно просити у тебе підручник.

1-й учень. Ти дуже життєрадісна людина.

2-й учень. Ти ніколи нікого не ображаєш. ... і т.д.

Перемагає та пара, члени якої ближче підійшли один до одного.

«Шикуються»

Дидактична задача: вироблення вміння співпрацювати за допомогою невербальних засобів спілкування.

Зміст. Під час гри можна спілкуватися тільки за допомогою міміки та жестів. Під музику діти гуляють по залу, ведучий вимикає музику, діти все завмирають на місці. Звучить команда ведучого:

- Шикуються в шеренгу за зростом! Всі виконують команду за рахунком до 10. Далі гра продовжується:
- 1) побудова за алфавітом;

- 2) по довжині волосся;
- 3) по довжині рукава одягу, по довжині брюк;
- 4) за кольором одягу від світлого до темного;
- 5) за кольором очей від темного до світлого тощо.

«Пори року»

Дидактична задача: формування вміння узгоджувати дії в групі.

Зміст. Клас ділиться на 4 групи, кожна група повинна, пройшовши через перешкоду (обруч, біг в мішках, повзання по лавці, лазіння по гімнастичній стінці), заволодіти карткою із завданням, в якому буде вказано час року. Після нетривалого обговорення (1-2 хвилини), група пантомімою зображує, що роблять діти в цю пору року (зима – катання на лижах, ковзанах; літо – плавання, велосипед, футбол, весна – біг, стрибки, волейбол, футбол; осінь – біг, стрибки через скакалку, футбол та ін.).

«Наша безпека»

Дидактична задача: вміння визначити ступінь небезпеки конкретних випадків у побуті та знаходити способи усунення небезпечних ситуацій.

Зміст. На підлозі малюється пряма лінія, розділена на три частини (червона частина – небезпека, жовта – середній рівень небезпеки, зелена – немає небезпеки).

Учні отримують картки із завданням, але щоб дістатися до фінішу гри – межі і покласти картку на потрібний колір, треба пройти перешкоди:

- 1 – гусячим кроком дійти до гімнастичної лавки;
- 2 – перелізти через лавку, не випрямляючись;
- 3 – виконати на матах перекид вперед;
- 4 – гусячим кроком дійти до фінішу і тільки тоді покласти картку на лінію і стати поруч.

Ведучий зачитує завдання на картках вголос і при необхідності просить підтвердити правильність відповіді у гравців.

Наприклад, завдання:

- я користуюся чужим носовою хусткою;

- я користуюся чужою зубною щіткою;
- я виходжу з автобуса через передні двері;
- я переходжу дорогу по «пішохідній зебрі»;
- я ненавмисно засипав подряпину піском;
- я з'їв незнайому красиву червону ягоду з чагарничка;
- я відкрив двері незнайомому сантехніку;
- я пішов до школи і поклав ключ під килимок тощо.

«Сторож»

Дидактична задача: закріплення знань та навичок особистої гігієни.

Рухове завдання: розвиток швидкісних здібностей.

Зміст. Учні домовляються, які дії вони будуть зображувати (на першому етапі ролі може розподілити провідний). Пройшовши до будиночка сторожа, вимовляють слова:

- Здрастуйте, сторож!
- Привіт, діти! Де ви були?
- Ми не скажемо, а що робили – покажемо.

Сторож повинен відгадати, що робили діти (вмивалися, чистили зуби, зачісувалися, чистили взуття та ін.). Щоразу діти вигадують нові дії. Як тільки сторож вгадає, діти тікають, а сторож намагається їх наздогнати.

«Як розмовляють частини тіла»

Дидактична задача: закріплення відомостей про частини тіла.

Рухове завдання: координація рухів.

Зміст. Учні стають в коло. Ведучий виводить в центр гравця і тихо говорить йому завдання, яке гравець виконує рухом, а всі інші, повторивши рух, намагаються відгадати, яке завдання давав ведучий.

- Як кажуть плечі «я не знаю»?
- Як каже палець «йди сюди»?
- Як ноги дитини вимагають «я хочу»?
- Як каже голова «так» і «ні»?
- Як каже рука «до побачення»?

«Альпіністи»

Дидактична задача: закріплення знань про здоровий спосіб життя.

Рухове завдання: закріплення навичок лазіння та перелазіння.

Зміст. Уздовж меж майданчика, стін залу розставлено ряд перешкод. Діти, просуваючись в колоні по одному, послідовно долають перешкоди: влазять по гімнастичній лавці, встановленої похило на гімнастичну стінку, проходять по ній боком; перелазять через колоду або підлазять під нього; переходять по «камінцях» (кружечками, намальованим на землі, або розкладеним цеглин) через «гірський струмок», проходять по рейці гімнастичної лавки (зображує місток) через «рів» і т.д.; по шляху «альпіністи» збирають картки із завданнями.

В кінці шляху на привалі все сідають в коло і обговорюють завдання, отримані в процесі гри, і відповіді.

Висновок до розділу 1

Теоретичний аналіз проблеми формування здорового способу життя в теорії та педагогічній практиці дає підстави зробити наступні висновки.

1. Виявлено, що проблема здоров'я молодших школярів розглядається в дослідженнях таких сучасних психологів, педагогів, соціологів, медиків, методистів як Т. Андрющенко [4], Н. Бібік [8], Е. Вайнер [11], О. Ващенко [13], С. Дудко [19], С. Кондратюк [29], В. Оржеховська [42], О. Савченко [50] та ін. Вони науково обґрунтовують необхідність переходу системи освіти до формування в учнів здорового способу життя, що базується на характеристиці вікових особливостей учнів, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного і духовного власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

На основі аналізу наукових джерел констатовано недостатній рівень розробленості досліджуваної проблеми, фрагментарність формування здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку засобами дидактичних ігор.

2. Методом термінологічного аналізу уточнено сутність понять «здоровий спосіб життя», «формування здорового способу життя» стосовно учнів початкових класів.

Під здоровим способом життя ми розуміємо такий зміст і результат навчально-виховної роботи, які забезпечують самостійну здатність учнів вести здоровий спосіб життя, знати і розуміти небезпеку шкідливих звичок, значимість використання правил особистої гігієни, фізичної культури, відповідальність за своє здоров'я, а також наявність необхідного самостійного досвіду діяльності в даній області.

Формування здорового способу життя – це багатогранний процес формування знань, удосконалення умінь та навичок, набуття досвіду збереження здоров'я, що проявляється у вмінні вести здоровий спосіб життя і прямо пропорційно підвищенню рухової активності та усвідомленому формуванні культури здоров'я.

3. З'ясовано, що гра – унікальна форма навчання, що дає можливість зробити уроки цікавими, творчо орієнтованими. Гра важлива і має великий вплив на розвиток особистості дитини. Дидактична гра – це різновид діяльності з моделюванням досліджуваних систем, явищ, процесів, що націлений на формування потреби особистості в знаннях, пізнавального інтересу до того, що може стати новим поштовхом до відкриття нових знань. У колективних дидактичних іграх присутнє реальне спілкування дітей як учасників гри. Воно зумовлено необхідністю домовитися про зміст колективної гри, розподілити ролі, узгодити дії, що реалізують задум. В індивідуальних дидактичних іграх формуються навички самостійності школяра та водночас вони забезпечують сприятливі умови для безпосереднього контакту педагога з учнем, сприяють більш активному вправлянню в навчальному матеріалі.

Дидактичні ігри молодших школярів поділяються на такі види: інтелектуальні; сюжетно-рольові; конструктивно-будівельні; ігри-драматизації і театралізації; ігри з елементами праці; ігри-фантазування; ділові; навчальні; пізнавальні; творчі. Вбачаємо у використанні зазначених видів ігор важливий потенціал у формуванні здоров'язбережувальної компетентності дітей молодшого шкільного віку.

Педагогічна цінність дидактичних ігор у формуванні здорового способу життя полягає в тому, що це самодіяльні ігри, в яких діти самостійно придумують здоров'язбережувальний зміст і творчо його реалізують. Вони в такий спосіб демонструють свої знання про здоров'я і необхідність його збереження; відтворюють свої враження про дотримання здорового способу життя і т. ін.

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ ДИДАКТИЧНОЇ ГРИ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

2.1. Виявлення рівня сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів

Експериментальне дослідження складалося з трьох етапів: констатувального, формувального та контрольного. Експеримент проводився на базі Опорного закладу Котелевської гімназії №1 імені С.А. Ковпака. В дослідженні взяли участь 20 учнів 3-В класу (з них 10 хлопчиків та 10 дівчаток). Наше дослідження включало 3 етапи:

1 етап – констатувальний – виявлення рівня сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів.

2 етап – формувальний – формування здорового способу життя учнів 3-В класу засобом дидактичної гри

3 етап – контрольний – оцінка ефективності дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів.

Вивчення педагогічного досвіду та психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження дозволило нам виділити критерії сформованості здорового способу життя молодших школярів:

1. Когнітивний.
2. Ціннісний
3. Поведінковий.

У табл. 2.1. відображені етапи експериментальної роботи їх цілі.

У табл. 2.2. відображені критерії сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів.

Таблиця 2.1

Програма дослідження

<i>Етапи дослідження</i>	<i>Зміст діяльності</i>
Констатувальний етап Завдання: Виявити початковий рівень сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів. Підібрати діагностичні методики.	Вивчення теоретичної та методичної літератури. Вивчення педагогічного досвіду. Діагностика знань здорового способу життя за критеріями. Кількісна та якісна обробка результатів діагностики.
Формувальний етап Формування здорового способу життя учнів 3-В класу засобом дидактичної гри.	Експериментальна апробація ефективності педагогічних умов формування здорового способу життя в учнів 3- В класу шляхом систематичного включення дидактичних ігор.
Контрольний етап Оцінка ефективності дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів.	Аналіз результативності проведеної роботи по формуванню здорового способу життя у молодших школярів, інтерпретація отриманих даних.

Таблиця 2.2.

**Критерії та показники сформованості знань про здоровий спосіб життя у
молодших школярів**

Критерій	Показники
Когнітивний	– знання про сутність здоров'я і фактори, що його формують; – знання про цінності здоров'я як необхідної передумови для повноцінного життя людини; – судження про необхідність бути здоровим з метою задоволення різних потреб людини і активної участі в соціальному житті.
Ціннісний	– емоційна забарвленість при виконанні дій спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я; – оціночна діяльність відповідно до знань про те, що здоров'я – це цінність; – оволодіння собою, тобто своєю поведінкою і своїми психічними процесами; – готовність здійснення практичних дій, направлення на турботу про здоров'я.
Поведінковий	– оперування знаннями про те, що здоров'я – це цінність в різних видах діяльності; – реалізація здоров'язбережувальної поведінки.

Ціннісний критерій сформованості знань про здоровий спосіб життя вивчали за допомогою методики «Експрес-діагностика уявлень про цінності здоров'я учнів» Ю. Вівіч. Методика є переліком десяти тверджень. Учням пропонується з десяти тверджень про здоров'я вибрати (відмітити кружком

номер) чотири, які школяр вважатиме найбільш підходящими. Важливо пояснити дітям, що всі твердження правильні, тому перевіряється не знання правильної відповіді, а ставлення до здоров'я, як явищу людського життя. Обробка результатів методики передбачає виявлення рівнів сформованості ціннісного критерію здорового способу життя(табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Рівні	Характеристика рівнів
Високий рівень	Уявлення дітей в області здоров'я осмислені і ґрунтовні. Розуміння цінності здоров'я спонукає дітей уважно ставитися до здоров'я з метою його підтримки і зміцнення. Емоції дітей по відношенню до виконання дій спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я, позитивні. Знаючи про цінність здоров'я діти самостійно можуть оцінити власні дії і вчинки інших людей по відношенню до здоров'я.
Середній рівень	Уявлення дітей в області здоров'я значні, включають в себе сформовані погляди, при цьому часто легковажні і невиправдані. Діти впевнені, що досягненням дотримання здорового способу життя є фізичне здоров'я людини. В цілому діти позитивно ставляться до виконання дій спрямованих на зміцнення і збереження здоров'я, але іноді виконання даних дій не викликає у них бажання. Часто діти самостійно не можуть оцінити власні дії та вчинки інших людей по відношенню до здоров'я. Виконують дії з метою зміцнення і збереження здоров'я із задоволенням, але тільки з ініціативи дорослого. Часто не розуміють для чого потрібні оздоровчі заходи.

Початковий рівень	Уявлення дітей в області здоров'я легковажні, часто недостатні. Діти відмовляються виконувати певні дії, які сприяють збереженню і зміцненню здоров'я, тим самим показуючи своє негативне ставлення до них. Діти самостійно не можуть оцінити власні дії і вчинки .
-------------------	---

Когнітивний критерій сформованості здорового способу життя у молодших школярів вивчали за допомогою методики «Знання про здоров'я» Ю. Вівіч. Мета методики виявити рівень знань про здоров'я та здоровий спосіб життя, а також вираженість пізнавального інтересу з цих питань. Методика є анкетною, що включає 10 питань із заданими варіантами відповідей. Учні пропонуються відповісти на питання анкети, зазначивши знаком «+» ті варіанти відповідей, які, на їхню думку, є найбільш точними (один, кілька або всі). Інтерпретація результатів методики: правильна відповідь (вона заздалегідь визначені ключем) оцінюється в 1 бал. За сумою набраних балів визначається рівень обізнаності молодших школярів з питань здорового способу життя:

- високий рівень (9-10 балів) – необхідний обсяг та глибина знань і уявлень про здоровий спосіб життя та здоров'я.
- середній рівень (6-8 балів) – знання про здоров'я та здоровий спосіб життя фрагментарні, відповіді недостатньо усвідомлені та повні. Система знань відсутня.
- низький рівень (0-5 бали) – слабка орієнтування в питаннях збереження та підтримання здоров'я, знання уривчасті та безсистемні.

Поведінковий критерій оцінювали за допомогою методики «Моє здоров'я» Ю. Вівіч. Мета методики: визначити коло умінь та навичок здорового способу життя молодших школярів. Організація: учням пропонуються 6 проблемних ситуацій із запропонованими варіантами дій, пропонуються вибрати правильний варіант поведінки в кожній ситуації. Обробка даних: проводиться якісний аналіз результатів: про сформованість умінь та навичок здорового способу життя судять за характером відповідей учнів. За кожен

правильну відповідь учням нараховується 1 бал, за сумою балів визначається рівень сформованості умінь та навичок здорового способу життя:

- високий рівень (5-6 балів);
- середній рівень (3-4 бали);
- низький рівень (0-2 бали).

Рівень сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів визначався за сукупністю 3 критеріїв з урахуванням максимально і мінімально можливих балів за відповідними методиками:

- високий рівень сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів визначався сумою балів від 25 і вище;

- середній рівень – 18-24;
- низький рівень – 0-18.

У табл. 2.4. представлені рівні сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів та їх характеристика.

Таблиця 2.4.

Рівні сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів

Рівень	Характеристика
Високий	Усвідомлює цінність здоров'я, має уявлення про системність здорового способу життя. Необхідний обсяг і глибина знань і уявлень про здоровий спосіб життя і здоров'я. Активно ставиться до свого здоров'я, здорового способу життя, сформовано бажання допомагати собі та іншим людям в його дотриманні. Знає основні правила здорового способу життя. У повсякденному житті дотримується виконання гігієнічних процедур, вміння та навички здорового способу життя сформовані.

Продовження таблиці 2.4.

Середній	Учень недостатньо усвідомлено ставиться до свого здоров'я. Знання про здоров'я та здоровий спосіб життя фрагментарні, відповіді недостатньо усвідомлені та повні. Система знань відсутня. Учень демонструє недостатній рівень сформованості гігієнічних умінь та навичок.
Низький	У дітей відсутнє свідоме ставлення до свого здоров'я як до цінності. Слабке орієнтування в питаннях збереження та підтримання здоров'я, знання уривчасті та безсистемні. Коло умінь та навичок ЗСЖ сильно обмежене.

У табл. 2.5. представлені результати вивчення ціннісного критерію сформованості знань про здоровий спосіб життя у молодших школярів на констатувальному етапі дослідження.

Таблиця 2.5.

Сформованість ціннісного критерію здорового способу життя у молодших школярів на констатувальному етапі дослідження

№	ІІІ учня	Номер висловлювання	Загальна кількість	Рівень

												балів	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1.	Тетяна Б.	3	0	3	3	0	0	0	0	0	4	13	високий
2.	Максим В.	3	0	0	0	0	2	2	0	0	4	11	високий

Продовження таблиці 2.5.

3.	Анастасія Г.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
4.	Олександр В.	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	4	низький
5.	Ксенія К.	0	0	0	0	0	2	2	1	0	4	9	середній
6.	Юлія К.	0	1	3	3	0	0	0	0	1	0	8	низький
7.	Артем К.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
8.	Наталка К.	3	0	0	0	0	2	2	0	0	4	11	високий
9.	Кирило К.	0	1	0	0	0	0	0	1	1	4	7	низький
10.	Євген К.	0	0	0	0	1	0	0	1	1	4	7	низький
11.	Анастасія Л.	0	0	0	0	0	2	2	1	0	4	9	середній
12.	Артем М.	3	0	3	3	0	0	0	0	0	4	13	високий
13.	Ангеліна Н.	0	0	0	0	0	2	2	1	0	4	9	середній
14.	Христина Н.	3	0	3	3	0	0	0	0	0	4	13	високий
15.	Денис С.	0	1	0	0	0	0	0	1	1	4	7	низький
16.	Лідія Т.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
17.	Олексій Т.	0	0	3	3	0	2	2	0	0	0	10	середній
18.	Лілія Ф.	0	1	3	3	0	0	0	0	1	0	8	низький
19.	Михайло Х.	3	0	3	3	0	2	0	0	0	0	11	високий
20.	Кирило Ч.	0	0	0	0	0	2	2	1	0	4	9	середній

З табл. 2.5. можна побачити, що високий рівень сформованості цінності здоров'я на констатувальному етапі експерименту був діагностований у 6 учнів

(30%); 8 осіб (40%) продемонстрували середній рівень і 6 учнів (30%) мали низький рівень низький рівень сформованості ціннісного критерію.

На констатувальному етапі здійснювалася діагностика сформованості когнітивного критерію здорового способу життя у молодших школярів. Результати представлені в табл. 2.6.

Таблиця 2.6.

Сформованість когнітивного критерію здорового способу життя у молодших школярів на констатувальному етапі дослідження

№	ІІІ учнів	Номер питання анкети										Сума балів	Рівень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1.	Тетяна Б.	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+	8	середній
2.	Максим В.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	9	високий
3.	Анастасія Г.	+	-	+	+	+	-	+	+	+	-	7	середній
4.	Олександр В.	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	5	низький
5.	Ксенія К.	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	8	середній
6.	Юлія К.	+	+	-	+	-	-	-	-	+	-	4	низький
7.	Артем К.	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	6	середній
8.	Наталка К.	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	9	високий
9.	Кирило К.	-	+	-	-	-	-	+	-	-	-	2	низький
10.	Євген К.	+	+	+	+	-	-	-	-	-	-	4	низький
11.	Анастасія Л.	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	7	середній
12.	Артем М.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	9	високий
13.	Ангеліна Н.	+	+	-	+	+	-	+	+	+	+	8	середній
14.	Христина Н.	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	9	високий
15.	Денис С.	+	+	+	-	-	-	-	+	-	-	4	низький
16.	Лідія Т.	+	+	+	-	+	+	+	+	-	+	8	середній
17.	Олексій Т.	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	7	середній

18.	Лілія Ф.	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	5	низький
19.	Михайло Х.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	10	високий
20.	Кирило Ч.	+	+	+	-	-	-	+	+	+	-	6	середній

Отримані дані свідчать про те, що високий рівень сформованості знань про здоровий спосіб життя на констатувальному етапі дослідження мали 5 учнів (25%); 9 учнів (45%) – середній рівень і 6 учнів (30%) мали низький рівень сформованості когнітивного критерію, що свідчить про слабе орієнтування учнів 3-В класу в питаннях збереження та підтримання здоров'я, знання уривчасті та безсистемні.

У табл. 2.7. представлені результати вивчення поведінкового критерію сформованості здорового способу життя у молодших школярів на констатувальному етапі дослідження. Вивчення цього критерію було направлено на визначення спектру умінь та навичок здорового способу життя молодших школярів.

Таблиця 2.7.

Сформованість поведінкового критерію здорового способу життя у молодших школярів на констатувальному етапі дослідження

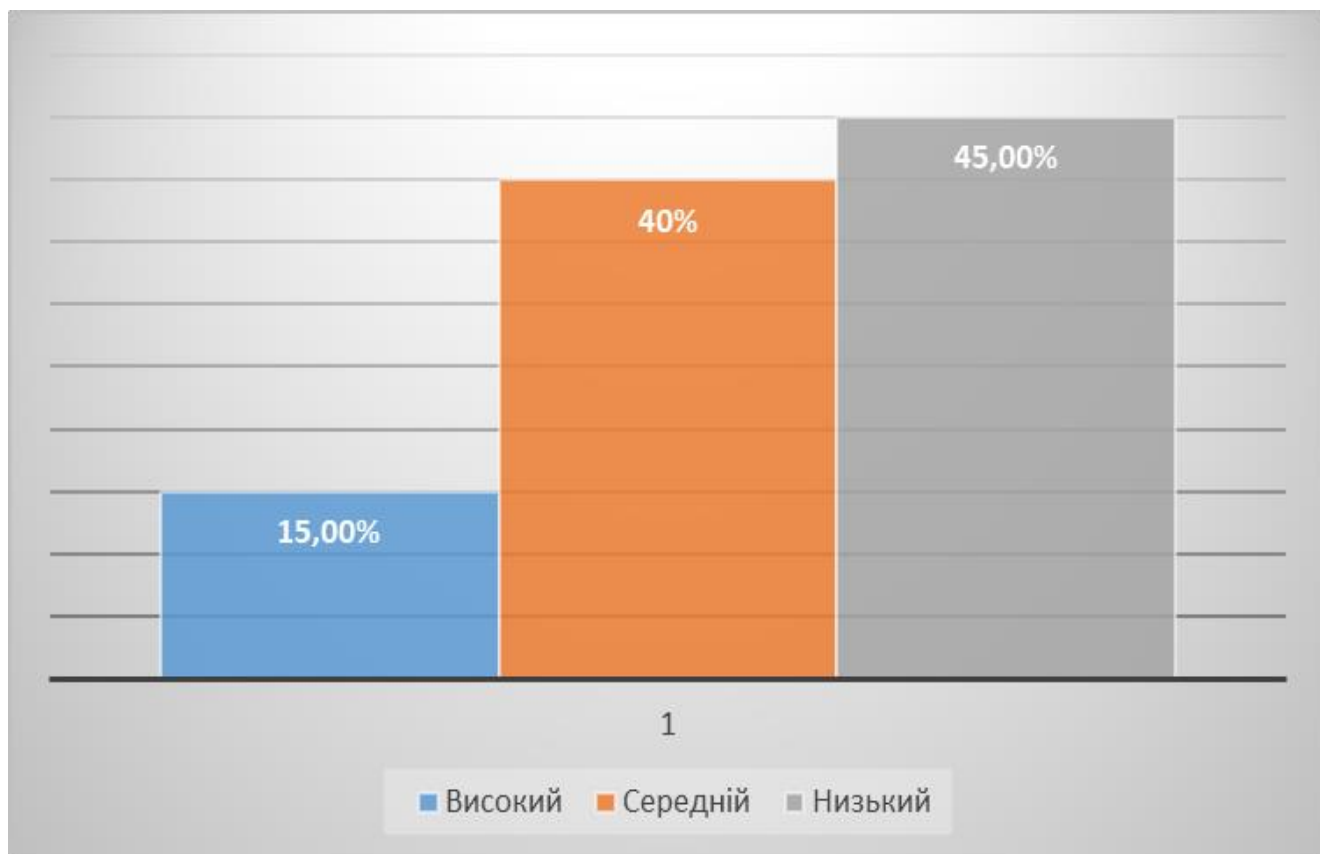
№	ІП учнів	Номер питання, бали							Рівень
		1	2	3	4	5	6		
1.	Тетяна Б.	1	0	1	0	0	0	2	низький
2.	Максим В.	1	1	1	0	0	1	4	середній
3.	Анастасія Г.	1	0	0	1	0	1	3	середній
4.	Олександр В.	1	0	0	1	0	0	2	низький
5.	Ксенія К.	1	1	1	1	1	1	6	високий
6.	Юлія К.	1	1	1	0	0	0	3	середній

7.	Артем К.	1	0	0	0	0	0	1	низький
8.	Наталка К.	1	1	1	1	0	0	4	середній
9.	Кирило К.	0	0	0	1	0	0	1	низький
10.	Євген К.	1	1	0	0	0	0	2	низький
11.	Анастасія Л.	1	1	0	0	0	0	2	низький
12.	Артем М.	1	1	0	1	0	0	3	середній

Продовження табл.2.7

13.	Ангеліна Н.	1	1	1	1	0	1	5	високий
14.	Христина Н.	0	1	1	1	1	0	4	середній
15.	Денис С.	1	1	0	0	0	0	2	низький
16.	Лідія Т.	3	2	2	3			3	середній
17.	Олексій Т.	1	0	0	0	0	0	1	низький
18.	Лілія Ф.	1	1	1	0	0	1	4	середній
19.	Михайло Х.	1	1	1	1	1	1	6	високий
20.	Кирило Ч.	1	0	0	0	0	0	1	низький

Графічно результати сформованості поведінкового критерію здорового способу життя у молодших школярів на констатувальному етапі дослідження на рисунку 2.1.



На рисунку 2.1 ми можемо поглянути на обробку отриманих результатів, що тільки у 3 учнів (15%) спостерігається високий рівень сформованих навичок здорового способу життя; 8 учнів (40%) з 20 учнів мали середній рівень сформованості поведінкового критерію і 9 учнів (45%) мали низький рівень сформованості умінь та навичок здорового способу життя.

Результати констатувального етапу дослідження свідчать про те, що більшість учнів 3-В класу (45%) мали низький рівень сформованості здорового способу життя за сукупністю трьох критеріїв. Середнім рівнем сформованості здорового способу життя володіли 40% учнів і тільки у 15% (що становить 3 учня) відзначений високий рівень сформованості знань про здоровий спосіб життя. Отримані результати констатувального етапу дозволяють судити про низьку компетентність учнів 3-В класу в питаннях здоров'я та їх слабку готовність вести здоровий спосіб життя.

2.2. Формування здорового способу життя у молодших школярів засобом дидактичної гри

Значення дидактичних ігор реалізується через ігрове завдання, ігрові дії, правила. Відмінною особливістю дидактичних ігор є можливість навчати молодших школярів за допомогою активної цікавої для них діяльності. Використання в навчанні та вихованні молодших школярів дидактичних рухливих ігор є одним з численних шляхів формування здорового способу життя дітей.

На етапі уроку «Організаційний момент» учням нами було запропонована гра: «Подаруй тепло одному». Хлопчики і дівчатка! Поверніться один до одного. Посміхніться. Розкрийте праву долоню, а лівою накрийте долоню сусіда. Подивіться ласкаво в очі один одному, щоб ваші долоньки потеплішали. Ви відчули тепло рук? А тепер кожен скаже добре слово своєму сусідові, але так ніжно і лагідно, щоб ваші долоньки потеплішали ще більше. Мені дуже хочеться, щоб після нашого заняття у вас з'явилося нове ставлення до самого себе, до свого здоров'я. У житті вас чекають небезпеки, яких потрібно не боятися, а уникати або остерігатися. Успіхів вам! Нехай вам допоможуть ваші кмітливості і ті знання, які ви вже придбали.

Отже, починаємо урок. Девіз уроку «Своє тіло вивчай - самого себе пізнй».

Під час уроків в 3-В класі були проведені дидактичні ігри:

Гра «Ромашка» (7 хв.)

Мета: за допомогою народних прислів'їв сформулювати поняття «здоров'я». Опис вправи: на дошці розміщується квітка «Ромашка» з відривними пелюстками. На кожній пелюстці написано одне прислів'я. Дітям пропонується пояснити сенс народних прислів'їв про здоров'я. Матеріали: магніти, магнітна дошка, пелюстки квітки. Хід гри: Подивіться, у мене є чудова

квітка – ромашка. На кожній її пелюстці напис. Давайте прочитаємо їх (діти пояснюють значення кожної прислів'я).

- «Здоров'я не купити». Здоров'я дано нам природою, якщо людина втрачає його, то повернути його буде дуже важко, доведеться багато лікуватися.

- «Хвороба людину не красить». Хвора людина завжди погано виглядає, стає дратівливою, примхливою.

- «Праця – здоров'я, лень – хвороба». Кожна людина повинна працювати. Здорова людина трудиться з задоволенням, з бажанням, у неї все добре і швидко виходить.

- «Здоров'я дорожче багатства». Бездумно розтрачене здоров'я, не повернуть ніякі лікарі, скільки б ти не заплатив.

- «Бережи плаття знову, а здоров'я змолоду». Для того щоб зберегти здоров'я, його необхідно берегти кожен день, кожную хвилину, дотримуватися правил здорового способу життя.

Підведення підсумків гри: Тепер, коли ми знаємо сенс народних мудростей, давайте підведемо підсумок: що значить слово «Здоров'я» і, яку людину можна назвати здоровою. Здоров'я – це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не просто відсутність хвороб або фізичних дефектів. Здорова людина це людина не тільки зі здоровим тілом, а й людина, у якої чудовий настрій та добрі стосунки з оточуючими людьми.

Щоб уявити, наскільки значимо для нас наше здоров'я давайте пограємо в одну гру. Прошу вийти добровільних учасників (4-5 учнів).

Гра «Пліт» (3 хв.).

Мета: продемонструвати цінність здоров'я для кожної людини. Опис вправи: Учасникам пропонується великий аркуш ватману, на який вони всі повинні поміститися, не заступаючи на підлогу. Величина листа підбирається в залежності від величини групи. На «плоту» потрібно протриматися 30 секунд. Потім до «плоту» підпливає «акула» і невеликий шматочок ватману

вирізається. Завдання повторюється. І так до тих пір, поки не залишиться четверта частина ватману.

Хід: фахівець запрошує 5 добровільних учасників. Легенда – команда відважних мореплавців терпить аварію корабля, але в останній момент встигає висадитися на рятувальний пліт. Все добре: море спокійне, світить сонечко. Відважні моряки дивляться вдалину з надією побачити землю, але замість землі вони помічають, що до них стрімко наближається акула. Завдання для моряків: як можна довше втриматися на плоту. Завдання для акули: поступово «відламувати» частина плоту.

Матеріали: аркуш ватману.

Підведення підсумків: велике спасибі всім учасникам. У нас була відважно воювала команда моряків і зла акула. Але це була гра і в нашому житті такого, звичайно ж, не відбудеться. А тепер на одну секунду давайте уявимо, що пліт це організм людини. А голодна акула – це хвороби і шкідливі звички. Так дуже легко побачити, як вони можуть похитнути здоров'я. Питання: Давайте подумаємо, а що ж таке звичка людини (думки дітей).

Звичка – це будь-яка дія, яку людина виконує постійно. Але в змозі її контролювати, при бажанні здатний відмовитися від нього. Звички бувають різні. Шкідливі звички, про які ми з вами вже говорили, заважають людині зберігати здоров'я. А є корисні звички, і їх набагато більше. Ці звички допомагають кожному з нас берегти здоров'я. Питання учням: А які це звички? (думки дітей).

Були проведені дидактичні ігри на уроках фізичної культури з метою закріплення знань про здоровий спосіб життя з паралельним оволодінням руховими вміннями та навичками; на уроках з інших загальноосвітніх предметів, з метою рекреації, з метою відновлення, формування умінь та навичок застосування вправ або інших дій з області здорового способу життя; на динамічних змінах; під час спортивної години; на екскурсіях.

«Правила гігієни»

Дидактична задача: закріпити знання правил особистої гігієни.

Зміст. Всі діти стають в коло; провідний по черзі називає кожного, визначаючи йому завдання:

- Що ми робимо вранці, коли прокидаємося?
- Робимо зарядку, вмивається, чистимо зуби (гравець виконує рухи, і всі повторюють за ним).

Наступний гравець виконує наступне завдання ведучого:

- Що ми робимо перед їжею?
- Миємо руки ... та ін.

«Компліменти»

Дидактичні завдання: подолання внутрішніх комплексів, відпрацювання навичок вираження позитивної оцінки оточуючих.

Зміст. Діти шикуються в дві шеренги, обличчям один до одного, і говорять один одному компліменти; на кожен комплімент гравець робить один крок вперед.

1-й учень. Я дуже радий вчитися в одному класі з такою акуратною дівчинкою.

2-й учень. Мені приємно просити у тебе підручник.

1-й учень. Ти дуже життєрадісна людина.

2-й учень. Ти ніколи нікого не ображаєш. ...

Перемагає та пара, члени якої ближче підійшли один до одного.

«Друкарська машинка»

Дидактична задача: формування вміння спільно діяти; закріплення знань про здоровий спосіб життя.

Зміст: кожен гравець отримує назву букви алфавіту; всі діти рухаються під музику по залу; коли закінчується музика, ведучий називає фразу: «Бережи здоров'я змолоду». Діти починають «друкувати»: перша «літера» називає себе і плескає в долоні, до неї приєднується наступна. Коли фраза складена, літери, що залишилися прочитують її і все плескають у долоні три рази.

«Пори року»

Дидактична задача: формування вміння узгоджувати дії в групі.

Зміст. Клас ділиться на 4 групи, кожна група повинна, пройшовши через перешкоду (обруч, біг в мішках, повзання по лавці, лазіння по гімнастичній стінці), заволодіти карткою із завданням, в якому буде вказано час року. Після нетривалого обговорення (1-2 хвилини), група пантомімою зображує, що роблять діти в цю пору року (зима – катання на лижах, ковзанах; літо – плавання, велосипед, футбол, весна – біг, стрибки, волейбол, футбол; осінь – біг, стрибки через скакалку, футбол тощо).

«Наша безпека»

Дидактична задача: вміння визначити ступінь небезпеки конкретних випадків у побуті та знаходити способи усунення небезпечних ситуацій.

Зміст. На підлозі креслиться пряма лінія, розділена на 3 частини (червона частина – небезпека, жовта – середній рівень небезпеки, зелена – немає небезпеки).

Червоний жовтий зелений

Діти отримують картки із завданням, але щоб дістатися до фінішу гри – межі і покласти картку на потрібний колір, треба пройти перешкоди:

- 1 – гусячим кроком дійти до гімнастичної лавки;
- 2 – перелізти через лавку, не випрямляючись;
- 3 – виконати на матах перекид вперед;
- 4 – гусячим кроком дійти до фінішу і тільки тоді покласти картку на лінію і стати поруч.

Ведучий зачитує завдання на картках вголос і при необхідності просить підтвердити правильність відповіді у гравців.

Наприклад, завдання:

- я користуюся чужою носовою хусткою;
- я користуюся чужою зубною щіткою;
- я виходжу з автобуса через передні двері;
- я переходжу дорогу по «пішохідній зебрі»;
- я ненавмисно засипав подряпину піском;

- я з'їв незнайому красиву червону ягоду з чагарника;
- я відкрив двері незнайомому сантехніку;
- я пішов в школу і поклав ключ під килимок тощо.

Естафета «Драбина»

Дидактична задача: закріплення знань з курсу «Здоровий спосіб життя».

Зміст. Діти шикуються в дві шеренги. Виконавши певний рух, вони повинні поставити розсипані картки по одній на сходи за ступенем важливості. Виграє та команда, яка швидше добереться до вершини. Вправи для естафети: лазіння по гімнастичній лаві, стрибки через скакалку, несення вантажу на голові, перекинувся та ін.

Завдання на картках:

Як підтримувати здоров'я вашої сім'ї?

- Не вживати продукти з високим вмістом жирів;
- не вживайте продукти з високим вмістом цукру;
- не вживайте продукти з високим вмістом солі;
- регулярно займайтеся фізкультурою;
- умовте батьків відмовитися від куріння; частіше пийте воду.

«Сторож»

Дидактична задача: закріплення знань та навичок особистої гігієни.

Рухове завдання: розвиток швидкісних здібностей.

Зміст. Діти домовляються про спільні дії, які вони будуть зображувати.

Пройшовши до будиночка сторожа, вимовляють слова:

- Здрастуйте, сторож!
- Привіт, діти! Де ви були?
- Ми не скажемо, а що робили – покажемо.

Сторож повинен відгадати, що робили діти (вмивалися, чистили зуби, зачісувалися, чистили взуття тощо). Щоразу діти вигадують нові дії. Як тільки сторож вгадає, діти тікають, а сторож намагається їх наздогнати.

«Як говорять частини тіла»

Дидактична задача: закріплення відомостей про частини тіла.

Рухова завдання: координація рухів.

Зміст. Діти стають в коло. Ведучий виводить в центр гравця і тихо говорить йому завдання, яке гравець виконує рухом, а всі інші, повторивши руху, намагаються відгадати, які завдання давав ведучий.

- Як кажуть плечі «я не знаю»?
- Як каже палець «йди сюди»?
- Як ноги дитини вимагають «я хочу»?
- Як каже голова «так» і «ні»?
- Як каже рука «до побачення»?

Дидактична гра «До якого лікаря підемо?»

Мета: формування здорового способу життя, тренувати учнів в розумінні піктограм, розрізненні виразів обличчя та зіставленні їх з почуттями та емоціями. Вчити говорити складними реченнями.

Діти, подивіться на ці обличчя. (показ піктограм). До якого з цих лікарів пішов би ти? Чому? (До доброго, ласкавого, веселого, уважного, дбайливого). Як ви привітаєтеся і представитеся лікарю? Добрий день, мене звати ..., а турбує мене ...

Дидактична гра «Вітаміни – це таблетки, які ростуть на гілці»

Мета: Розширити знання учнів про вітаміни, закріпити знання про овочі, фрукти та ягоди.

Діти, допомогти зберегти здоров'я і захворіти можна за допомогою вітамінів. Хто-небудь з вас приймав вітаміни? Вітаміни роблять наш організм міцним та здоровим, не піддається хворобам. Але вітаміни бувають не тільки в таблетках, вони ще ростуть на гілках. Дуже багато вітамінів міститься в ягодах, фруктах і овочах.

Назвіть, які ви знаєте фрукти? Овочі? Ягоди?

Дидактична гра «Робимо зарядку»

Мета: формування здорового способу життя, вчити учнів користуватися малюнком-схемою.

Всі ми скажемо «ні» застуді.

Ми з зарядкою дружні.

Нам хвороби не страшні.

Діти, будемо робити зарядку за цими малюнками-схемами.

(відповідно до показаної схеми, діти виконують вправу).

2.3. Оцінка ефективності дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів

Мета контрольного етапу дослідження – діагностика рівня сформованості знань про здоровий спосіб життя після проведення формувального експерименту.

На контрольному етапі дослідження вирішувалися наступні завдання:

1. Повторно провести, запропоновані раніше, на констатувальному етапі методики оцінки сформованості знань про здоровий спосіб життя за обраними критеріями.
2. Прослідкувати динаміку рівня сформованості знань про здоровий спосіб життя молодших школярів в процесі експериментальної роботи.
3. Провести аналіз результатів експериментальної роботи та оцінити ефективність створених педагогічних умов щодо формування здорового способу життя у молодших школярів.

В таблиці 2.8. наведені результати вивчення ціннісного критерію сформованості знань про здоровий спосіб життя школярів на етапі контрольного дослідження.

Таблиця 2.8.

**Сформованість ціннісного критерію здорового способу життя у
молодших школярів на контрольному етапі дослідження**

№	І.П. учнів	Номер висловлювання										Загальна кількість балів	Рівень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1.	Тетяна Б.	3	0	3	3	0	0	0	0	0	4	13	високий
2.	Максим В.	3	0	0	0	0	2	2	0	0	4	11	високий
3.	Анастасія Г.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
4.	Олександр В.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
5.	Ксенія К.	0	0	0	0	0	2	2	1	0	4	9	середній
6.	Юлія К.	0	1	3	3	0	0	0	0	1	0	8	низький
7.	Артем К.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
8.	Наталка К.	3	0	0	0	0	2	2	0	0	4	11	високий
9.	Кирило К.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
10.	Євген К.	0	0	0	0	0	2	2	1	1	4	9	середній
11.	Анастасія Л.	0	0	0	0	0	2	2	1	1	4	9	середній
12.	Артем М.	3	0	3	3	0	0	0	0	0	4	13	високий
13.	Ангеліна Н.	0	0	0	0	0	2	2	1	0	4	9	середній

Продовження табл.2.8.

14	Христина Н.	3	0	3	3	0	0	0	0	0	4	13	високий
15	Денис С.	0	1	0	0	0	0	0	1	1	4	7	низький
16	Лідія Т.	3	1	3	3	0	0	0	0	0	0	10	середній
17	Олексій Т.	0	0	3	3	0	2	2	0	0	0	10	середній
18	Лілія Ф.	0	1	3	3	0	0	0	0	1	0	8	низький
19	Михайло Х.	3	0	3	3	0	2	0	0	0	0	11	високий

20	Кирило Ч.	3	0	3	3	0	2	0	0	0	0	11	високий
----	-----------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---------

Обробка отриманих результатів показала, що високий рівень цінності здоров'я на контрольному етапі експерименту був відзначений у 7 учнів (35%); 10 учнів (50%) мали середній рівень; 3 учня (15%) мали низький рівень сформованості ціннісного критерію здорового способу життя.

На контрольному етапі дослідження здійснювалася діагностика сформованості когнітивного критерію здорового способу життя у молодших школярів. Результати наведені в табл.2.9.

Таблиця 2.9.

**Сформованість когнітивного критерію здорового способу життя у
молодших школярів на контрольному етапі дослідження**

№	І.П. учнів	Номер питання анкети										Загальний бал	Рівень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1.	Тетяна Б.	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+	8	середній
2.	Максим В.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	9	високий
3.	Анастасія Г.	+	-	+	+	+	-	+	+	+	-	7	середній
4.	Олександр В.	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	7	середній
5.	Ксенія К.	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	8	середній
6.	Юлія К.	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	6	середній

Продовження таблиці 2.9

7.	Артем К.	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	6	середній
8.	Наталка К.	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	9	високий
9.	Кирило К.	-	+	-	-	-	-	+	-	-	-	2	низький
10.	Євген К.	+	+	+	+	-	-	-	-	-	-	4	низький
11.	Анастасія Л.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	9	високий
12.	Артем М.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	9	високий

13.	Ангеліна Н.	+	+	-	+	+	-	+	+	+	+	8	середній
14.	Христина Н.	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	9	високий
15.	Денис С.	+	+	+	-	-	-	-	+	-	-	6	середній
16.	Лідія Т.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	9	високий
17.	Олексій Т.	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	7	середній
18.	Лілія Ф.	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	6	середній
19.	Михайло Х.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	10	високий
20.	Кирило Ч.	+	+	+	-	-	-	+	+	+	-	6	середній

Отримані результати свідчать про те, що 7 учнів (35%) мали високий рівень сформованості знань про здоров'я та здорового способу життя на контрольному етапі дослідження, 11 учнів (55%) – середній рівень, 2 учня (10%) мали низький рівень сформованості когнітивного критерію здорового способу життя.

В табл. 2.10. відображені результати вивчення поведінкового критерію сформованості здорового способу життя молодших школярів на контрольному етапі дослідження.

Таблиця 2.10.

Сформованість поведінкового критерію здорового способу життя у молодших школярів на контрольному етапі дослідження

№	І.П. учнів	Номер питання, бали						Сума балів	Рівень
		1	2	3	4	5	6		
1.	Тетяна Б.	1	1	1	0	0	0	3	середній

2.	Максим В.	1	1	1	1	1	0	5	високий
3.	Анастасія Г.	1	1	1	1	0	0	4	середній
4.	Олександр В.	1	1	0	0	0	0	2	низький
5.	Ксенія К.	1	1	1	1	1	1	6	високий
6.	Юлія К.	1	1	1	1	1	1	6	високий
7.	Артем К.	1	1	1	1	0	0	4	середній
8.	Наталка К.	1	1	1	1	1	0	5	високий
9.	Кирило К.	1	1	1	1	0	0	4	середній
10.	Євген К.	1	1	0	0	0	0	2	низький
11.	Анастасія Л.	1	1	1	0	0	0	3	середній
12.	Артем М.	1	1	1	1	1	0	5	високий
13.	Ангеліна Н.	1	1	1	0	0	0	3	високий
14.	Христина Н.	1	1	1	0	0	0	3	середній
15.	Денис С.	1	1	1	1	1	1	6	середній
16.	Лідія Т.	1	1	1	1	1	0	5	високий
17.	Олексій Т.	1	1	1	1	0	0	4	середній
18.	Лілія Ф.	1	1	1	1	1	0	5	високий
19.	Михайло Х.	1	1	1	1	1	1	6	високий
20.	Кирило Ч.	1	1	1	0	0	0	3	середній

Аналіз вивчення поведінкового критерію показав, що на контрольному етапі дослідження вміння та навички здорового способу життя сформовані на високому рівні у 9 учнів (45%), 9 учнів (45%) продемонстрували середній рівень і тільки 2 учня (10%) показали низький рівень.

Результати контрольного етапу експерименту показали, що більшість учнів (70%) мали середній рівень сформованості здорового способу життя за сукупністю трьох критеріїв. Високий рівень сформованості знань про здоровий

спосіб життя мали 25% учнів і тільки у 5% (що становить 1 учня) відзначений низький рівень сформованості здорового способу життя.

Отримані результати контрольного етапу дозволяють судити про ефективність дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя молодших школярів.

Графічно результати порівняння даних щодо сформованості знань про здоровий спосіб життя молодших школярів на констатувальному та контрольному етапі дослідження на рисунку 2.2.

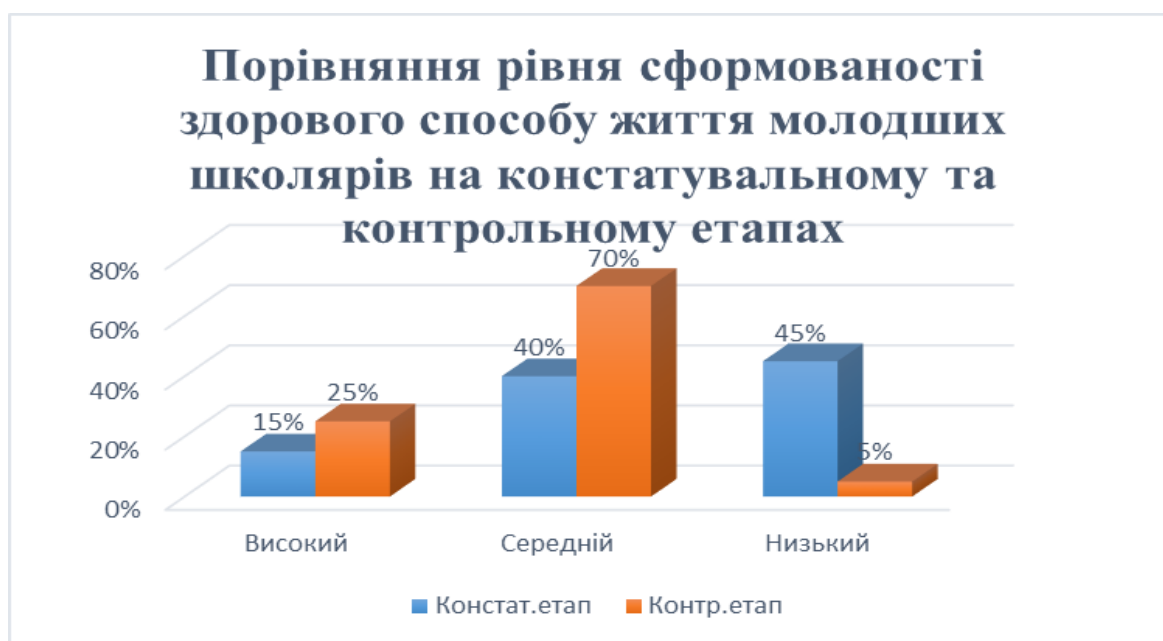


Рисунок 2.2. На контрольному етапі дослідження рівень сформованості критерію про здоровий спосіб життя у більшості учнів класу мав позитивну динаміку: кількість учнів з високим рівнем збільшилася з 15% до 25%; із середнім рівнем – з 40% до 70%; а кількість учнів з низьким рівнем зменшилася з 45% до 5%.

Висновок до розділу 2

Проведене експериментальне дослідження складалося з трьох етапів: констатувального, формувального та контрольного.

На констатувальному етапі експерименту, спираючись на теоретичне підґрунтя, створене у попередніх підрозділах, ми визначили критерії

сформованості здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку: когнітивний (знання про сутність здоров'я і фактори, що його формують; знання про цінності здоров'я як необхідної передумови для повноцінного життя людини; судження про необхідність бути здоровим з метою задоволення різних потреб людини і активної участі в соціальному житті), емоційно-оціночний (емоційна забарвленість при виконанні дій спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я; оціночна діяльність відповідно до знань про те, що здоров'я – це цінність), поведінково-діяльнісний (оперування знаннями про те, що здоров'я – це цінність в різних видах діяльності; реалізація здоров'язбережувальної поведінки). На основі виділених критеріїв і показників визначено три рівні сформованості здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку: початковий, середній, високий.

Діагностичний інструментарій щодо визначення сформованості здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку, включав комплекс методик: анкета «Моє здоров'я» Ю. Вівіч, проєктивний тест «Що таке здоров'я?» (О. С. Васильєва та Ф. Р. Філатов, адаптований Г. А. Хакімовим), спостереження, спрямоване на виявлення особливостей ставлення дітей до практичних дій, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я, розроблене Г. А. Хакімовим.

Результати дослідження на констатувальному етапі експерименту показали, що за когнітивним критерієм більшість дітей мають середній рівень – 72%, в той час як дітей з низьким рівнем – 16% і високим рівнем – 12%.

За емоційним критерієм більшість дітей мають середній рівень – 56%, початковий рівень показали 28%, високий – 16%. За поведінковим критерієм більшість дітей мають середній рівень – 64%, в той час як дітей з високим рівнем – 28% і початковим рівнем – 8%. Також були визначені середні показники рівнів сформованості здорового способу життя молодших школярів за всіма критеріями: на високому рівні знаходяться 18,7% дітей, на середньому – 64%, а на початковому – 17,3%.

На формувальному етапі експерименту було перевірено ефективність формування здорового способу життя засобом дидактичної гри, а саме впровадження розробленого комплексу заходів: розігрування та обговорення життєвих ситуацій з ігровими та сюжетними елементами для спільної діяльності педагога і дітей, проекти; дидактичні ігри, спрямовані на формування здорового способу життя.

Виявлено, що при організації ігрової діяльності дітей позитивний вплив на формування здорового способу життя мають наступні прийоми і методи: поява казкового персонажа, ігрові ситуації, методи дослідження з дзеркалом, а також практичні вправи та досліді, вирішення проблемних ситуацій.

На контрольному етапі експерименту було перевірено ефективність дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя, реалізованих у процесі формувального етапу, результати зображені на рисунку 2.3.

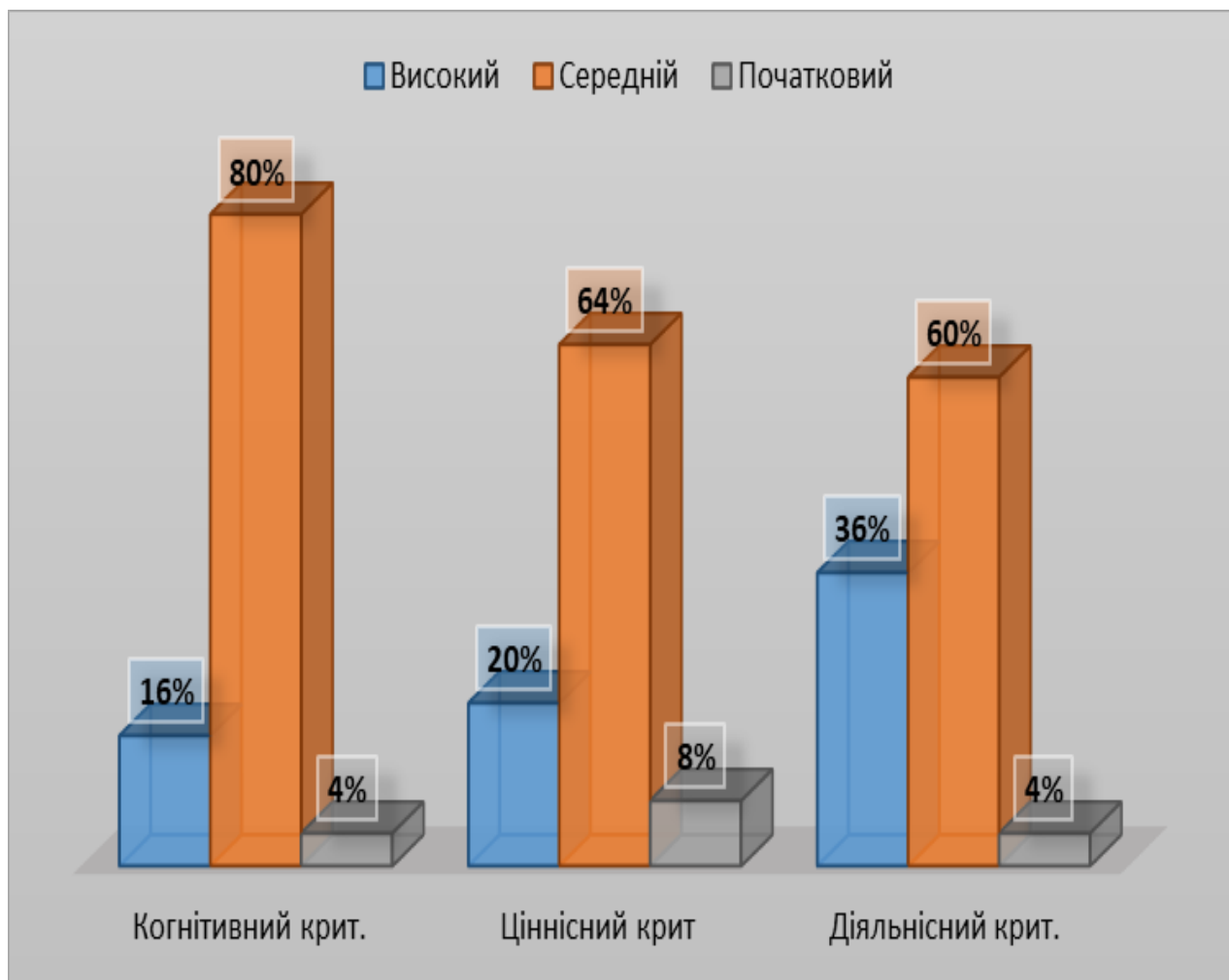


Рисунок 2.2. За когнітивним критерієм на високому рівні кількість учнів збільшилась до 16%. Кількість дітей на середньому рівні збільшилась до 80%, а на початковому – зменшилась до 4%. За оціннісним критерієм на високому рівні кількість учнів збільшилась до 20%. Кількість дітей на середньому рівні збільшилась до 64%, а на початковому – зменшилась до 8%. За поведінковим критерієм на високому рівні кількість учнів збільшилась до 36%. Кількість дітей на середньому рівні збільшилась до 60%, а на початковому – зменшилась до 4%.

Вищезазначені результати підтвердили ефективність формування здорового способу життя молодших школярів засобом дидактичної гри.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретичне та емпіричне дослідження проблеми дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів дозволило зробити наступні висновки.

1. Виявлено, що проблема здоров'я молодших школярів розглядається в дослідженнях таких сучасних психологів, педагогів, соціологів, медиків, методистів як Т. Андрющенко, Н. Бібік, Е. Вайнер, О. Ващенко, С. Дудко, С. Кондратюк, В. Оржеховська, О. Савченко та ін. Вони науково обґрунтовують необхідність переходу системи освіти до формування в учнів здорового способу життя, що базується на характеристиці вікових особливостей учнів, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного і духовного власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Уточнено сутність понять «здоровий спосіб життя», «формування здорового способу життя» стосовно учнів початкових класів.

Під здоровим способом життя ми розуміємо такий зміст і результат навчально-виховної роботи, які забезпечують самостійну здатність учнів вести здоровий спосіб життя, знати і розуміти небезпеку шкідливих звичок, значимість використання правил особистої гігієни, фізичної культури, відповідальність за своє здоров'я, а також наявність необхідного самостійного досвіду діяльності в даній області.

Формування здорового способу життя – це багатогранний процес формування знань, удосконалення умінь та навичок, набуття досвіду збереження здоров'я, що проявляється у вмінні вести здоровий спосіб життя і прямо пропорційно підвищенню рухової активності та усвідомленому формуванню культури здоров'я.

З'ясовано, що дидактична гра – це різновид діяльності з моделюванням досліджуваних систем, явищ, процесів, що націлений на формування потреби особистості в знаннях, формування пізнавального інтересу до того, що може

стати новим поштовхом до відкриття нових знань. У колективних дидактичних іграх присутнє реальне спілкування дітей як учасників гри. В індивідуальних дидактичних іграх формуються навички самостійності школяра та водночас вони забезпечують сприятливі умови для безпосереднього контакту педагога з учнем, сприяють більш активному вправлянню в навчальному матеріалі.

Дидактичні ігри молодших школярів поділяються на такі види: інтелектуальні; сюжетно-рольові; конструктивно-будівельні; ігри-драматизації і театралізації; ігри з елементами праці; ігри-фантазування; ділові; навчальні; пізнавальні; творчі. Вбачаємо у використанні зазначених видів ігор важливий потенціал у формуванні здоров'язбережувальної компетентності дітей молодшого шкільного віку.

Педагогічна цінність дидактичних ігор у формуванні здорового способу життя полягає в тому, що це самодіяльні ігри, в яких діти самостійно придумують здоров'язбережувальний зміст і творчо його реалізують. Вони в такий спосіб демонструють свої знання про здоров'я і необхідність його збереження; відтворюють свої враження про дотримання здорового способу життя і т. ін.

2. Відповідно до другого завдання було проведено експериментальне дослідження, яке складалося з трьох етапів: констатувального, формувального та контрольного. Експеримент проводився на базі опорного закладу Котелевська гімназія №1 імені А.С. Ковпака. В експерименті брали участь учні 3-В класу, загальна кількість яких склала 20 школярі, середній вік досліджуваних – 8 років.

Спираючись на теоретичне підґрунтя, створене у попередніх підрозділах, ми визначили критерії сформованості здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку: когнітивний, ціннісний, поведінковий.

На основі виділених критеріїв і показників визначено три рівні сформованості здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку: високий, середній, початковий.

З метою виявлення стану досліджуваної проблеми у практиці роботи сучасної школи було проведено констатувальний етап експерименту, основні завдання якого полягали у:

- визначенні критеріїв, показників та рівнів розвитку сформованості здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку;
- розробленні діагностичних методик відносно рівнів сформованості здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку;
- здійсненні кількісного та якісного аналізу отриманих даних.

Отже, за когнітивним критерієм отримано такі дані: більшість дітей мають середній рівень – 72%, в той час як дітей з низьким рівнем – 16% і високим рівнем – 12%.

За емоційним критерієм отримано такі дані: більшість дітей мають середній рівень – 56%, низьким рівень показали 28%, високий – 16%.

За поведінковим критерієм отримано такі дані: більшість дітей мають середній рівень – 64%, в той час як дітей з високим рівнем – 28% і низьким рівнем – 8%.

На рисунку 2.4 бачимо, що у середньому на високому рівні знаходяться 18,7% дітей, на середньому – 64%, а на початковому – 17,3%.

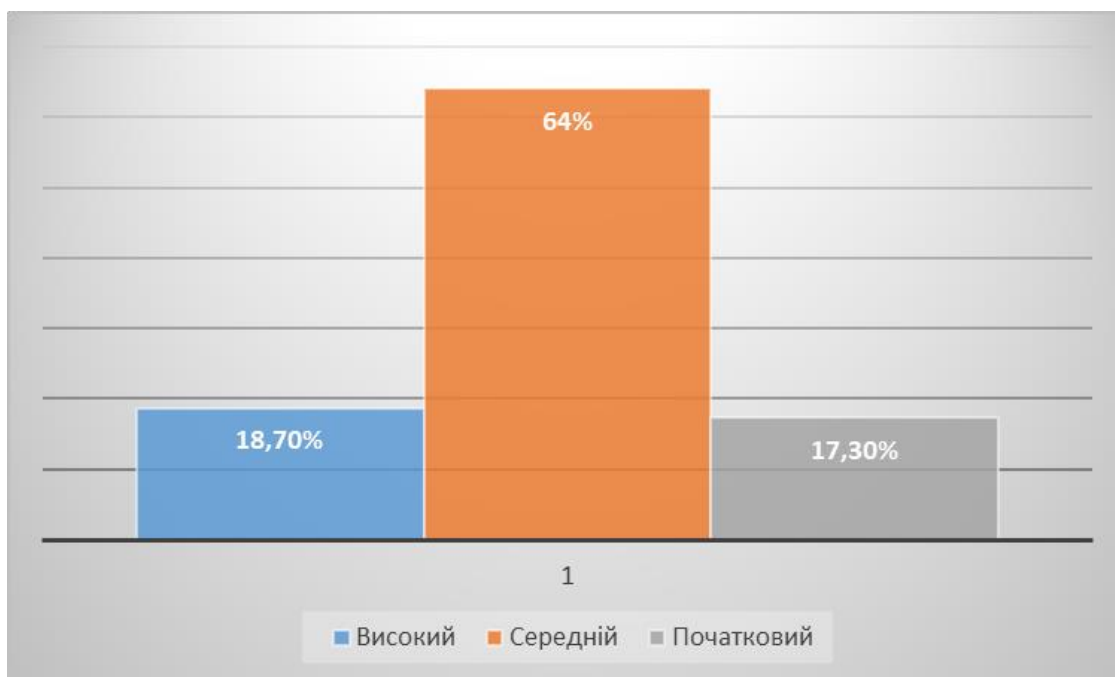


Рисунок 2.4. Вищесказане доводить доцільність подальшого експериментального дослідження формування здорового способу життя молодших школярів.

На формувальному етапі експерименту реалізовано комплекс здоров'язбережувальних заходів: розігрування та обговорення життєвих ситуацій з ігровими та сюжетними елементами для спільної діяльності педагога і дітей, проекти; творчі ігри, спрямовані на формування здорового способу життя.

На контрольному етапі підтверджено ефективність дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя.

За результатами дослідження кількість учнів з високим рівнем сформованості здорового способу життя збільшилась до 16%. Кількість дітей з середнім рівнем збільшилась до 80%, а з початковим – зменшилась до 4%.

3. Результати дослідження за емоційним критерієм показали, що на високому рівні кількість учнів збільшилась до 20%. Кількість дітей на середньому рівні збільшилась до 64%, а на початковому – зменшилась до 8%.

За результатами дослідження за поведінковим критерієм на високому рівні кількість учнів збільшилась до 36%. Кількість дітей на середньому рівні збільшилась до 60%, а на початковому – зменшилась до 4%.

Одержані результати дали підставу стверджувати, що динаміка рівнів сформованості здорового способу життя молодших школярів є позитивною і значущою.

Таким чином, результати проведеного експерименту підтвердили ефективність дидактичної гри як засобу формування здорового способу життя у молодших школярів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Баєва Т. Формування здорового способу життя в особистісно-орієнтованому виховному процесі життя. Житомир: ЖДПУ, 2002. С. 142-145.
2. Балл Г.О. Сучасний гуманізм і освіта. Рівне: Ліста М, 2003. 128 с.
3. Бех І.Д. Виховання особистості: Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. К.: Либідь, 2003. 344 с.
4. Бех І.Д. Психологічні джерела виховної майстерності: навч. посіб. К.: Академвидав, 2009. 248 с.

5. Бондар Т.С. Здоров'я школярів: практичні матеріали для повсякденної роботи педагога. Х.: Веста, 2009. 192 с.
6. Вайнер Э.Н. Валеологические подходы и критерии здоровья и болезни. ОБЖ. Основы безопасности жизни. 2009. 47 с.
7. Василега О. Адаптаційно-ігровий цикл навчання: урахування вікових особливостей дітей 6-8 - річного віку в контексті впровадження НУШ. Учитель початкової школи. 2019. № 9. С. 11-13.
8. Ващенко О.М. Готовність вчителя до використання здоров'язберезувальних технологій у навчально-виховному процесі. 2006. №8 (32). С. 2-5.
9. Водолазька Т. В. Учителі як творці освітнього середовища Нової української школи. 2019. №1 С. 73–77.
10. Гребеніченко Ю.М. Упровадження сучасних технологій навчання в освітньому середовищі Нової української школи. Інформаційно-методичний збірник. 2017. № 12. С. 67-71.
11. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. М.: Просвещение, 2010. 223 с.
12. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології: Навчальний посібник. К.: Академвидав, 2004. 352 с.
13. Енциклопедія педагогічних технологій та інновацій / автор-укладач Н.П. Наволокова. Х.: Вид.група «Основа», 2009. 176 с.
14. Загоруйко Н.О. Дидактичні ігри в молодших класах. 1999. №15. С.13-17.
15. Здоров'язберігаючі технології у навчальному закладі / упоряд. О. Колонькова, О. Литовченко. К.: Шкільний світ, 2009. 123 с.
16. Її величність гра: теорія і методика організації дитячої ігрової діяльності в контексті наступності дошкільної та початкової освіти: збірник статей / за ред. Г.С. Тарасенко. Вінниця: ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2009. С. 16-18.
17. Калюжный, Е.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. Арзамас: АГПИ, 2009. 284 с.

18. Кірик М. Нова українська школа: організація діяльності учнів початкових класів закладів загальної середньої освіти: навч.-метод. посіб. Львів: Світ, 2019. 136 с.
19. Козуб О.В. Фізкультхвилинки та ігри в 1-4 класах: навч. посіб. Тернопіль: Навч. книга-Богдан, 2006. 64 с.
20. Кононенко Ю.Г. Методичні рекомендації щодо організації освітнього процесу Нової української школи. Інформаційний збірник та коментарі МОНУ. 2018. № 5. С. 22-25.
21. Концепція Державної програми «Здорова дитина» на 2008-2017 рр. Інформ. вісник. 2007. № 15.
22. Концепція формування позитивної мотивації та здоровий спосіб життя у дітей та молоді // Основи здоров'я: книга для вчителя. К.: Генеза, 2005. С. 47-51.
23. Круцевич Т.Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я дітей та підлітків у процесі фізичного виховання. К.: Олімпійська література, 2009. 232 с.
24. Кудикіна Н.В. Ігрова діяльність молодших школярів. Монографія. К.: КМПУ ім. Б.Д.Грінченка, 2003. С. 33-37.
25. Кузьмінський А.І., Омеляненко В.Л. Педагогіка: Підручник. К.: Знання, 2007. С. 55-58.
26. Кузьмінський А.І. Педагогіка у запитаннях і відповідях: навч. посіб. / А.І. Кузьмінський, В. Л. Омеляненко. – Київ: Знання, 2006. 311 с.
27. Курило В. Створення успішного освітнього середовища для гармонійного розвитку молодшого школяра. Початкова школа. 2019. № 2. С. 3-5.
28. Лазарович Н.Б. Методика керівництва ігровою діяльністю: методичні рекомендації до дисципліни. Івано-Франківськ, 2013. С. 22-26.
29. Лозова В.І. Теоретичні основи виховання і навчання: навч. посіб. 2-ге вид., випр. і доп. Харків: ОВС, 2002. 400 с.
30. Мазоха Д.С. Педагогіка: навч. посіб. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 231 с.

31. Мазуренко Л. Формування навичок здорового способу життя у молодших школярів. К.: Шкільний світ, 2008. 28 с.
32. Мельничук С.Г. Педагогіка: теорія виховання: навч. посіб. для студ. ВНЗ. К.: Слово, 2012. 288 с.
33. Назарова Е.И. Основы здорового образа жизни: учебник для студ. учреждений высш. профес. образования. 3-е изд., испр. М.: Издательский центр «Академия», 2013. 256 с.
34. Нова українська школа: poradник для вчителя / за заг. ред. Н.М. Бібік. – Київ: Літера ЛТД, 2019. 208 с.
35. Оніщенко І.В. Нова українська школа – новий зміст освіти. Початкове навчання та виховання. 2018. № 22. С. 20-22.
36. Оржеховська В.М. Здоров'язбережувальне навчання і виховання: проблеми, пошуки. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. Вип. 10, т. 1. 2007. С. 207-211.
37. Основи здоров'я. Підручник для 4 класу. / Н.М. Бібік. Т.Є. Бойченко. К.: Навч книга, 2004. 143 с
38. Основи здоров'я. Підручник для 2-го класу загальноосвітніх навчальних закладів. / І.Д. Бех, Т.В. Воронцова. К.: Алатон, 2012. 136 с.
39. Паламарчук В. Ф. Педагогічні технології навчання в умовах нової української школи: вектор розвитку. Український педагогічний журнал. 2018. № 3. С. 57-61.
40. Пермяков О.А., Морозов В.В. Педагогіка: Навч. посіб. К.: Знання, 2006. С. 19-21.
41. Подласый И.П. Педагогика: 100 вопросов – 100 ответов: учеб.пособие для вузов, М.: ВЛАДОСпресс, 2004. 365 с.
42. Пономарьова Г.Ф. Словник-довідник з курсу педагогіки. Х., 2004. С.17-21.
43. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів «Основи здоров'я» 1–4 класи. / Т.Є. Бойченко, Т.В. Воронцова. К. : Вид. дім «Освіта», 2013. С. 2-5.

44. Рижук В.І. Гра як метод навчання й виховання. //Початкове навчання та виховання. 2005. №16. С.23-25.
45. Савченко О.Я. Виховний потенціал початкової освіти: посіб. для вчителів і методистів почат. навчання. 2-ге вид., доповн., переробл. К. : СПД Богданова А. М., 2009. 226 с.
46. Сесик О.О. Педагогіка партнерства – ключовий компонент формули «нової школи». Виховна робота в школі. 2017. № 3. С. 4-6.
47. Синягина Н.Ю., Кузнецова И.В. Здоровье как образ жизни. Здоровье всех от А до Я. 2007. 47 с.
48. Стасенко В.Г. Здоров'я збережувальні технології. К.: Шк. світ, 2013. 118 с.
49. Сучасні підходи до формування в школярів здорового способу життя. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://kopilkaurokov.ru/vsemUchitelam/prochee/suchasni-pidkhodi-do-formuvannia-y-shkoliariv-zdorovogho-sposobu-zhittia>
50. Технології виховання / упоряд. Н.Мурашко. К.: Шк. світ, 2011. 128 с.
51. Трухін І.О. Основи шкільного виховання: навч. посіб. К.: Центр навч. літ., 2004. 368 с.
52. Фіцула М.М. Педагогіка: навч. посіб. 2-е, випр., доп. Київ: Академвидав, 2005.560 с.
53. Формирование здорового образа жизни детей и подростков: традиции и инновации: / под ред. Е.А. Богачевой. Белгород: ОГАОУ ДПО «БелИРО», 2020. 348 с.
54. Формування навичок здорового способу життя у дітей і підлітків : За проектом «Діалог». Навчально-методичний посібник. О. В. Вінда, О. П. Коструб та ін. К., 2003. 284 с.
55. Формування навичок здорового способу життя у молодших школярів в позакласний час / автор та упорядник Л. Мазуренко. К. : Шкільний світ, 2008. 128 с.

56. Формування здорового способу життя. [Електронний ресурс]. – Режим доступу:https://osvita.ua/school/lessons_summary/edu_technology/39343/
57. Черній В.П. Формування у молодших школярів здорового способу життя: Автореф. дис. на здобуття вченого ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки». Кіровоград, 2014. 20 с.
58. Черній В.П. Формування у молодших школярів стійкої мотивації на здоровий спосіб життя у процесі реалізації програми інтегрованого предмета «Основи здоров'я». Наукові записки. 2014. Вип. 132. С. 189-192.
59. Черненко Н. Школа сприяння здоров'ю від «А» до «Я». Здоров'я. 2008. № 9. С. 4-7.
60. Юрченко О. Навчання в радість: способи мотивування молодших школярів до навчання у школі. Учитель початкової школи. 2019. № 9. С. 31-35.
61. Ягупа І. Адаптаційно-ігровий цикл початкової освіти: особливості організації діяльності учнів. Учитель початкової школи. 2018. № 3. С. 23-27.
62. Яременко О. Формування здорового способу життя. К., 2005. С. 12-15.