

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА
Біологічний факультет
Кафедра фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти

К в а л і ф і к а ц і й н а р о б о т а

на здобуття ступеня вищої освіти «магістра»

на тему: «Використання проблемного навчання з основ здоров'я в 9 класі»
«The Use of Problem Teaching of the Basics of Health in Grade 9»

Виконала:

здобувач другого рівня вищої освіти заочної
форми навчання
Спеціальності 014 Середня освіта
ОП Середня освіта (Біологія та здоров'я
людини)

Пономаренко Галина Вікторівна

Керівник:

Доктор педагогічних наук, професор
Гвоздій Світлана Петрівна

Рецензент:

Кандидат педагогічних наук, доцент
Нагорна Наталія Володимирівна

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
фізіології, здоров'я і безпеки людини
та природничої освіти

№ _____ від _____ 20__ р.

Захищено на засіданні ЕК № _____

Протокол № _____ від _____ 20__ р.

Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою ECTS, бал)

Завідувач кафедри _____ Ольга
МАКАРЕНКО

Голова ЕК _____ Майя
ТКАЧЕНКО

Одеса – 2024

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ.....	3
ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИКОРИСТАННЯ ПРОБЛЕМНИХ СИТУАЦІЙ У НАВЧАННІ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я.....	9
1.1 Поняття та сутність проблемного навчання. Види й характеристика проблемних ситуацій.....	9
1.2 Основи здоров'я в сучасній школі.....	17
1.3 Методика застосування проблемних ситуацій на уроках основ здоров'я.....	23
Висновки до 1 розділу.....	30
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ПРОБЛЕМНИХ СИТУАЦІЙ ПРИ ВИВЧЕННІ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я У 9 КЛАСІ.....	32
2.1 Організація і методи дослідження.....	32
2.2 Аналіз результатів констатувального етапу експерименту.....	38
2.3 Методика проведення формувального етапу експерименту.....	41
2.4 Аналіз результатів формувального етапу експерименту.....	48
Висновки до 2 розділу.....	51
ВИСНОВКИ.....	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	58
ДОДАТКИ.....	66

АНОТАЦІЯ

Дослідження присвячено вивченню ефективності використання проблемного навчання інтегрованого курсу «Основи здоров'я» в 9 класі загальноосвітньої школи. Розкриті значення дисципліни «Основи здоров'я» в сучасній школі. Під час дослідження було визначено, що використання проблемного навчання допомагає зробити процес засвоєння знань більш усвідомленим і глибоким, оскільки учні вчаться застосовувати теоретичні знання на практиці, аналізувати ситуації, знаходити шляхи вирішення і ухвалювати обґрунтовані рішення. Проаналізовано поняття та сутність проблемного навчання та методика використання проблемних ситуацій на уроках «Основи здоров'я». Визначено й теоретично обґрунтовано педагогічне значення проблемного навчання та проблемного підходу при викладанні «Основи здоров'я» як важливого чинника підвищення ефективності формувань знань, вмінь та навичок учнів.

У межах дослідження розроблено й експериментально апробовано зміст і методика використання проблемних ситуацій, що реалізують підхід проблемного навчання на уроках «Основи здоров'я» для покращення навчальних досягнень учнів. Показано, що використання методу проблемних ситуацій та підходу проблемного навчання підвищують навчальні досягнення учнів середньої школи.

Кваліфікаційну роботу викладено на 70 сторінках (65 сторінок основного тексту), вона містить 9 таблиць. Наведено посилання на 69 джерел літератури (52 кирилицею та 17 латиницею).

Ключові слова: *проблемне навчання, Основи здоров'я, проблемна ситуація.*

The study is devoted to studying the effectiveness of problem-based learning in the integrated course «Basics of Health» in the 9th grade of a comprehensive school. The significance of the discipline «Basics of Health» in a modern school is revealed. During the study, it was determined that the use of problem-based learning helps to

make the process of learning knowledge more conscious and profound, since students learn to apply theoretical knowledge in practice, analyze situations, find solutions, and make well-founded decisions. The concept and essence of problem-based learning and the methodology for using problem situations in the lessons of the «Basics of Health» are analyzed. The pedagogical significance of problem-based learning and the problem-based approach in teaching the «Basics of Health» as an important factor in increasing the effectiveness of the formation of students' knowledge, skills, and abilities is determined and theoretically substantiated.

The study developed and experimentally tested the content and methodology for using problem situations that implement the problem-based learning approach in the lessons of the «Basics of Health» to improve students' academic achievements. It is shown that using the method of problem situations and the approach of problem-based learning increases the educational achievements of secondary school students.

The qualification work is presented on 70 pages (65 pages of main text), it contains 9 tables. References to 69 sources of literature are given (52 in Cyrillic and 17 in Latin).

Key words: *problem-based learning, Basics of health, problem situation.*

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сфера сучасної освіти характеризується надзвичайною швидкоплинністю і трансформаційністю через величезну кількість викликів, що зосереджені нині в навчальному ареалі держави: постковідні наслідки, воєнні дії, економічні й соціальні проблеми. Можна із впевненістю сказати, що уроки з «Основ здоров'я» – це не просто спосіб пропаганди здорового способу життєдіяльності, профілактика хронічних захворювань та пересторога щодо шкідливих звичок та відхилень. Це передусім – здоров'я нації, здоров'я всієї держави.

На уроках інтегрованого курсу «Основи здоров'я» здобувачі освіти мають можливість вивчити необхідні в сучасному світі знаннями та оволодіти вміннями й навичками, спрямованими на фізичне, емоційне і психічне здоров'я, розуміння особливостей правильного харчування, корисних видів фізичної активності, методів підтримки ментального здоров'я тощо. Якщо говорити про інтегрований курс «Основи здоров'я» загалом, то потрібно підкреслити, що ця добре продумана, збалансована навчальна програма може виступати своєрідною гарантією заохочувати учнів до збереження їхнього здоров'я, підтримки їх у складних ситуаціях, пов'язаних із віковими змінами, несприятливими навколишніми умовами, проблемами вдома з батьками та непорозуміннями в школі з однолітками.

В організації уроків з «Основ здоров'я» є певні нюанси, які варто враховувати вчителям аби підтримувати мотивацію учнів до навчання. Через динамічний розвиток інновацій та методик у сфері освіти, класичні способи викладання наразі поступово відходять у минуле. На заміну їм приходять нові дидактичні розробки, які працюють краще й забезпечують вищий рівень ефективності засвоєння навчального матеріалу на уроках у школі. На сьогодні є ціла низка цікавих і нестандартних підходів до викладання основ здорового способу життя. Методика «проблемного навчання» є одним із таких варіантів. Варто зауважити, що дослідження актуальності й цінності зазначеної вище методики займалися такі як зарубіжні та вітчизняні наукові, як Т. Копейкіна,

В. Павленко, А. Андрієнко, О. Повідайчик, В. Вем'ян, К. Гоч, Е. Йеу, А. Гхані, Е. Граф, А. Колмос та ін. Ці та інші науковці приклали чимало зусиль аби зрозуміти та розтлумачити потенційну ефективність використання на уроках «проблемних ситуацій» у різних форматах. Їхні наукові здобутки дали змогу ознайомитися із великою теоретичною базою наукових джерел аби отримати розуміння поняття «проблемне навчання» та «проблемна ситуація». Але окремі аспекти застосування методики «проблемного» навчання в середній школі потребують додаткового уточнення, зокрема можливо на прикладі 9 класу розглянути «на практиці» вивчити не лише теоретичну складову «проблемного навчання», а й показати рівень її ефективності шляхом проведення уроків за використанням «проблемних ситуацій».

Отже, актуальність дослідження зумовлена в першу чергу необхідністю проведення перевірки ефективності використання проблемного навчання, а також необхідністю видозмінити уроки з «Основ здоров'я» відповідно до вимог сьогодення і підвищити ефективність навчання.

Мета дослідження – оцінити ефективність проблемного навчання на уроках інтегрованого курсу «Основи здоров'я».

Для реалізації поставленої мети необхідно виконати такі **завдання**:

– провести аналіз поняття «проблемне навчання» та описати ключові особливості проблемного навчання на тлі складних умов освітньої сфери сьогодення;

– розкрити значення інтегрованого курсу «Основи здоров'я» в сучасній школі;

– на основі аналізу наукових джерел визначити, які підходи до застосування методики використання «проблемних ситуацій» є актуальними;

– провести пілотажне дослідження у вигляді констатувального та формувального експериментів у 9 класі із розподілом учнів на групи;

– здійснити оцінку отриманих результатів педагогічного експерименту на основі отриманих даних і узагальнити дані для розуміння ефективності використання методики.

Об'єктом дослідження є навчання інтегрованого курсу «Основ здоров'я» учнів 9 класу у закладах загальної середньої освіти.

Предметом дослідження є методика використання проблемного навчання на уроках з «Основ здоров'я» в 9 класі середньої школи.

Методи дослідження. Враховуючи поставлені завдання, для досягнення мети цієї роботи, а також для забезпечення повноти аналізу опрацьованої теми, у дослідження було використано такі методи, як аналіз теоретичних джерел, синтез та узагальнення отриманої інформації; спостереження за освітнім процесом; анкетування учнів; педагогічний експеримент.

Практична значимість роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані для підвищення якості шкільного навчання і виховання, рівня підготовленості педагогічних кадрів, що забезпечується розробленими рекомендаціями за напрямками реалізації проблемного навчання з інтегрального курсу «Основи здоров'я» за допомогою створення проблемних ситуацій, застосування інноваційних форм роботи з інформацією для розвитку когнітивних, пізнавальних, дослідницьких, комунікативних, творчих і соціокультурних здібностей учнів; розроблені рекомендації, спрямовані на ефективне впровадження проблемного навчання за інтегрованим курсом «Основи здоров'я» через створення проблемних ситуацій та застосування інноваційних методів роботи з інформацією.

Апробація результатів дослідження. Положення і результати дослідження знайшли відображення в доповідях на VI Всеукраїнській студентській науково-практичній інтернет-конференції «Студентський науковий вимір проблем природничо-математичної освіти в контексті інтеграції України до єдиного європейського і світового освітнього простору» (16–17 травня 2024 р., м. Глухів) та 80-а звітній студентській науковій конференції Одеського національного університету імені І. І. Мечникова (присвяченій 159-й річниці університету) (23–25 квітня 2024 р., м. Одеса). На засіданні кафедри фізіології, здоров'я та безпеки людини та природничої освіти (2023 р.) обговорено проміжні результати та уточнювались напрямки подальшої роботи.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, 2 розділів із висновками до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. У цій роботі розглянуто комплексний погляд на методика використання «проблемної ситуації» під час освітнього процесу, аналіз наукових думок із приводу її застосування на практиці, виявлення їхніх переваг та недоліків.

У першому розділі здійснено аналіз поняття «проблемне навчання» та його сутності, подано стислу характеристику проблемних ситуацій. Також приділено увагу інтегрованій дисципліні «Основи здоров'я» з урахуванням збройної агресії на території України та долання постковідних наслідків. Проаналізовано особливості застосування методики «проблемних ситуацій» на уроках цієї дисципліни.

У другому розділі висвітлено основні положення організації дослідження за темою «Психічна й духовна складові здоров'я». Крім цього, розглянуто методи проведення дослідження, які дозволили здійснити адекватний і достовірний аналіз результатів констатувального та формувального етапів експерименту. Після цього наведено результати педагогічного експерименту та здійснено оцінку рівня ефективності використання проблемних ситуацій на уроках з «Основи здоров'я» в 9 класі в розрізі експериментальної та контрольної груп учнів.

Загальний обсяг – 70 сторінок, обсяг основного тексту – 65 сторінок. Список використаних джерел налічує 69 бібліографічних позицій, з яких англійською мовою – 17 позицій.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИКОРИСТАННЯ ПРОБЛЕМНИХ СИТУАЦІЙ У НАВЧАННІ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

1.1 Поняття та сутність проблемного навчання. Види й характеристика проблемних ситуацій

А. Матюшкін, вивчаючи проблемне навчання, описує проблемну ситуацію як особливу форму інтелектуальної взаємодії учасників навчального процесу. Ця ситуація характеризується специфічним психічним станом учня, що виникає під час розв'язання завдань і спонукає до пошуку або засвоєння нових знань чи способів діяльності. Таким чином, проблемна ситуація – це умова, у якій учень стикається з браком необхідних знань і змушений самостійно їх здобувати [Ягупов, 2002, с. 230].

А. Матюшкін наводить основні риси проблемного навчання:

1. Постановка проблеми – педагог створює або формулює проблему, яка не має однозначного рішення. Учням необхідно дослідити питання і запропонувати варіанти розв'язання.

2. Дослідницький підхід – учні збирають інформацію, аналізують її, проводять експерименти або дослідження.

3. Колективна робота – учні часто працюють у групах, що дозволяє обмінюватися ідеями та розвивати комунікативні навички.

4. Рефлексія та аналіз – після вирішення проблеми учні обговорюють свої висновки, аналізують помилки та обговорюють альтернативні підходи до розв'язання проблеми [Ягупов, 2002, с. 230].

Цей метод стимулює активну участь учнів у освітньому процесі та допомагає їм набути практичні навички, які знадобляться в житті, зокрема вмінню працювати в команді, самостійно приймати рішення і творчо мислити. Такий підхід часто застосовують в освіті на рівні університетів, особливо в медичних і технічних спеціальностях, але він також добре підходить і для середньої школи.

За В. Ягуповим, проблемна ситуація — це обставини або умови, за яких виникає певне протиріччя чи складність, що потребує вирішення або ухвалення рішення. Зазвичай проблемна ситуація вимагає аналізу, критичного мислення та знаходження оптимального шляху для подолання труднощів. Такі ситуації можуть виникати як у повсякденному житті, так і в професійній діяльності, навчанні, наукових дослідженнях тощо.

Проблемна ситуація має кілька важливих характеристик:

1. **Наявність протиріччя:** Це може бути розбіжність між бажаним і реальним станом, або між відомими знаннями й новими вимогами.

2. **Невизначеність:** Вона часто супроводжується неповною інформацією або неочевидністю шляхів розв'язання.

3. **Необхідність пошуку рішення:** Ситуація стимулює до пошуку рішень і нових знань, а також до розвитку інтелектуальних чи практичних навичок [Ягупов, 2002, с. 231].

Прикладом проблемної ситуації може бути завдання, яке вимагає нових підходів чи навичок, або ж рішення, що потребує компромісу чи оцінки ризиків.

Як відомо, люди вчаться через безперервні дослідження та взаємодію з навколишнім середовищем через діяльність і шляхом практичного навчання. Загалом навчання є одним із багатьох занять людини; однак у контексті середньої школи навчання наразі набуває іншої форми. Традиційну освіту можна охарактеризувати як систему, що часто нав'язує її учасникам певні ролі та рутини, які природно не відповідають концепції діяльності. У цьому підрозділі обговоримо деякі інновації освіти та концепцію активного навчання учнів 9 класу сучасної школи.

А. Андрієнко стверджує, що проблемне навчання являється таким собі поєднанням кількох напрямків – його можна вважати й навчальним принципом, і навчальним методом, і дидактичним компонентом [Андрієнко, 2001, с. 13–15]. Учений також підкреслює, що суть проблемного навчання полягає в створенні проблемної ситуації з подальшим її прийняттям, усвідомленням, вирішенням шляхом навчальної взаємодії вчителя та здобувачів освіти. Ми погоджуємось із думкою про наявність двох видів мети використання: по-перше, сформулювати в

здобувачів освіти міцну систему навичок та вмінь; по-друге, забезпечити розвиток їхньої здатності до самонавчання і самоосвіти [Андрієнко, 2001].

На думку О. Повідайчик, підвищення інтересу до методу проблемного навчання насамперед пов'язане із тим, що вимоги до навчання учнівства наразі трансформуються: очевидною стає необхідність наблизити освітній процес до запитів часу. Крім цього, успішний професійний розвиток на тлі динамічних змін у суспільному, політичному й економічному секторах також вимагає від представників молодого покоління володіти справжніми практичними вміннями й навичками [Повідайчик, 2016]. Учений О. Повідайчик також підкреслює у своїй роботі, що саме психолого-дидактичний принцип при постановці навчальної проблеми дасть змогу поліпшити мотивацію учнів, стимулювати в них пізнавальну потребу, формувати вміння групувати чи розподіляти інформацію для виявлення його ключових ідей [Повідайчик, 2016].

Вважаємо обов'язковим зазначити кілька фактів про основоположника методу «проблемного навчання». Мова йде про американських дослідників Д. Вуда, Дж. Брунера та Г. Росса, які багато років тому запропонував своє бачення проблеми якісного навчального поступу здобувачів освіти. Він дотримувався точки зору, що навчання має бути головним засобом розвитку інтуїтивного мислення на протигагу аналітичному й логічному видам мислення. Та велика кількість дослідників полемізували із таким його твердженням, адже вважали, що запропонована ним теорія надмірно психологізована [Wood et al., 1976, с. 89–100].

В. Вем'ян та Ю. Солтисюк називають проблемне навчання системою прийомів, які використовуються педагогами для організації та активації механізму критичного мислення учнів шляхом презентації їм проблемного питання чи ситуації. Вони також виділяють такі характерні ознаки проблемного навчання як проблемна лекція, проблемна ситуація, проблемне питання. Водночас процес передачі знань від вчителя до учня відбувається через розвиток здібностей систематизувати інформацію, класифікувати її та аналізувати, а також узагальнювати отримані дані, порівнювати їх між собою та робити кінцеві висновки [Вем'ян та ін., 2014]. Методика проблемного навчання наразі

залишається інноваційним інструментом, який потребує додаткових досліджень. Широке впровадження цього педагогічного інструменту очікується найближчими роками, вважають вони [Вем'ян та ін., 2014]. Під час дослідження методики проблемного навчання, було проаналізовано роботу науковців Міжнародної асоціації викладачів медичних наук, які мають досить цікаве бачення з приводу питання наукової розвідки. Вищезгадані вчені В. Вем'ян та Ю. Солтисюк висувають гіпотезу про те, що педагогічний інструмент проблемного навчання використовує системний підхід, починаючи з автентичного сценарію реальної проблеми як контексту, у якому навчання не відокремлюється від практики, оскільки учні співпрацюють і навчаються. Причому вчитель діє як фасилітатор, який керує навчанням учнів, а вони зосереджуються на розв'язуванні проблеми, обговорюючи її з учасниками своєї групи [Вем'ян та ін., 2014].

Суттєвим аспектом цього процесу є здатність здобувачів освіти як оцінювати власні поточні знання, так і визначати прогалини в них та здобувати нові знання, щоб їх заповнити. Варто додати, що проблемне навчання характеризується чотирьох компонентним базисом:

- завдяки заохоченню учні інтегрують раніше набуті знання з новими;
- учні вчаться бути самостійними завдяки плануванню та оцінці власного навчання;
- контекст «проблемної ситуації» сприяє взаємодії в класі та розподілу обов'язків під час групової роботи;
- обмін ідеями та фідбек від вчителів робить навчальний сеанс більш ефективним та зрозумілим [Бутенко, 2018].

Учені М. Грааф та А. Колмос [De Graaf et al., 2003] свого часу взяв на себе сміливість запропонувати такі дев'ять основних принципів цього методу, які ми презентуємо у вигляді схеми:

1. Проблема є головним елементом;
2. Навчання орієнтоване на учнів;
3. Вчитель визначає проблему із реального життя учнів;
4. Проблеми пов'язані із життєвою ситуацією;

5. Учні виявляють зацікавленість у пошуку шляхів вирішення проблеми;
6. Базисом виступає навчальна діяльність;
7. Учні демонструють високий % розуміння теми, яка розглядається;
8. Налагоджується співпраця між членами групи;
9. Присутня рефлексія.

За повідомленням науковиць К. Гоч та Е. Йеу, проблемне навчання (або методика PBL) – це «метод навчання, у якому складні проблеми реального світу використовуються як засіб сприяння засвоєнню учнями концепцій і принципів на відміну від прямого представлення фактів і концепцій» [Yew et al., 2016]. Окрім цього, ця методика може значним чином сприяти розвитку навичок критичного мислення, здатності вирішувати проблеми та навичок спілкування [Costantino, 2002, с. 235–237].

Не можемо не погодитися зі ствердженням про те, що проблемне навчання має цілий спектр позитивних рис:

- його можна включити в будь-яку навчальну ситуацію;
- або використовувати протягом усього семестру як основний метод навчання;
- або додавати в лабораторні та проектні завдання у якості окремого обговорення;
- або з його допомогою створювати оцінювальні елементи [Costantino, 2002, с. 247].

На думку вищезгаданих учених, лише низка певних умов, яких варто дотримуватися для ефективного застосування дидактичного засобу проблемного навчання:

1. Поставлена проблема повинна мотивувати учнів шукати глибшого й детальнішого розуміння досліджуваного поняття.
2. Поставлена проблема повинна вимагати від учнів прийняття аргументованих рішень і визначення фактів для їх захисту.
3. Поставлена проблема повинна включати змістові цілі таким способом, щоби пов'язувати її з попередніми вивченими темами чи отриманими раніше знаннями на уроках інших навчальних дисциплін [Costantino, 2002, с. 249].

Втім, якщо проблемне навчання використовується для групової проектної роботи, воно потребує певного рівня складності – тобто тоді поставлена проблема стає гарантією того, що здобувачі працюватимуть разом над її вирішенням. Разом із тим, якщо метод проблемного навчання планується використати для багатоетапного проєкту – заплановані початкові кроки цієї діяльності мають бути відкритими та полегшеними, щоб залучити здобувачів освіти до вивчення проблеми й пошуку способів її вирішення [Costantino, 2002, с. 255–257].

Використовуючи проблемне навчання на уроках вчитель, на думку В. Павленко, не просто створює проблемну ситуацію. Він організовує пізнавальну й навчальну діяльність учнів таким способом, аби на основі проведеного аналізу наявних фактів вони мали змогу самостійно робити певні узагальнення чи висновки [Павленко, 2014, с. 198]. Також у своїй науковій статті вона формулює такі функції для методики проблемного навчання як:

- ознайомлення зі способами розумової діяльності та їхнє практичне – опрацювання;
- розвиток пізнавальної самостійності;
- формування мислення як основи;
- виховання творчого застосування знань;
- накопичення досвіду критичного осмислення проблем та задач [Павленко, 2014, с. 199].

Можна сказати, що проблемне навчання – це не просто ще один педагогічний інструмент для роботи педагога. Це передусім педагогічна технологія спонукання до самостійності, розвитку особистості, аналізу отриманої інформації та її систематизації для визначення головних аспектів та пошуку коректних варіантів вирішення проблемних ситуацій у житті.

Для повноти аналізу цього питання є необхідність дати визначення поняттю «проблемна ситуація» та виконати характеристику її можливих різновидів. О. Петрик висловлює думку про те, що саме створення проблемних ситуацій вчителями на уроках у школі є запорукою формування стійкості пізнавального інтересу в здобувачів освіти, а також сприяє розвитку логічного,

творчого мислення в школярів [Петрик, 2016, с. 12]. Цікавою думкою у своїй науковій статті ділиться вчена В. Павленко. Вона формулює такий перелік класифікаційних критеріїв проблемної ситуації на уроках: за спрямованістю на пошук нових знань; за рівнем проблемності та суперечності; за допустимістю застосування методу на уроках із певних дисциплін [Петрик, 2016, с. 198]. Також маємо додати, що на глибоке переконання вченої, найбільш актуальною серед педагогів вважається використання проблемних ситуації за змістовою стороною суперечностей.

Щодо компонентного складу поняття «проблемна ситуація», підтримуємо її думку про те, що є 3 ключових аспекти:

- здійснення дії для активізації пізнавальної потреби;
- аналіз і оцінка невідомого для пошуку основних нюансів;
- відкриття нових фактів та визначення шляху вирішення проблеми [Павленко, 2014, с. 198].

Зупинимося на характеристиці видів проблемних ситуацій. Ми підтримуємо наукове ствердження О. Топузова, який називає 5 головних їх різновиди: перший тип – застосовується під час активізації раніше набутих знань, але в нових умовах; другий тип – використовують якщо є протиріччя між теоретичним вирішенням поставленої проблеми й неможливістю практично вирішити її; третій тип – базується на практичному застосування певних засобів для опрацювання проблеми в разі неможливого теоретичного її вирішення; четвертий тип – складається в разі, коли здобувачі освіти не мають достатнього рівня знань для вирішення проблемної навчальної ситуації і потребують додаткового опрацювання доступної інформації; п'ятий тип – має в основі Сократівський метод, коли питання ставляться таким способом, щоб змусити учнів до роздумів, уточнення фактів, логічного вибудовування ланцюжка для визначення оптимального шляху вирішення проблеми [Топузов, 2008, с. 155].

М. Холодна виділяє 10 дидактичних способів створення проблемних ситуацій. Їх дотримання дасть змогу педагогу гнучку, варіативну навчальну програму для проведення уроків із тієї чи іншої дисципліни.

Наведемо наочно набір вищезгаданих дидактичних принципів за М. Холодна:

- спонукання учнів до теоретичного пояснення явищ, фактів;
- використання ситуацій, що виникають при виконанні учнями навчальних завдань, а також у процесі їх звичайної життєдіяльності;
- пошук нових шляхів практичного застосування учнями того чи іншого досліджуваного явища, факту;
- спонукання учнів до аналізу фактів і явищ дійсності, що породжують суперечності між життєвими (побутовими) уявленнями й науковими поняттями про них;
- висунення припущень (гіпотез), формулювання висновків і їх перевірка;
- спонукання учнів до порівняння, співставлення і протиставлення фактів, явищ;
- спонукання учнів до попереднього узагальнення нових фактів на основі наявних знань;
- ознайомлення учнів із фактами, що привели в історії науки до постановки наукових проблем;
- організація міжпредметних зв'язків для розширення діапазону можливих проблемних ситуацій;
- варіювання, переформулювання завдань і питань [Холодна, 2024].

Таким чином, у сучасній школі є можливість максимально ефективно сформувати розвиток розумової активності здобувачів освіти, а також паралельно навчити їх помічати суперечності, висувати припущення, шукати шляхи пояснення цих припущень аби спростувати чи підтвердити їх, а також висловлювати власну думку та робити висновки базуючись на фактах і результатах проведених досліджень.

Отже, проблемне навчання – це інноваційний педагогічний метод, який орієнтований на активне залучення учнів до освітнього процесу через вирішення реальних або змодельованих проблем. В основі цього методу лежить створення проблемних ситуацій, які стимулюють критичне мислення, самостійність, креативність, уміння аналізувати й узагальнювати інформацію. Проблемні

ситуації класифікуються за різними критеріями й можуть бути адаптовані до різних навчальних дисциплін, забезпечуючи гнучкість і варіативність освітнього процесу. Загалом проблемне навчання сприяє розвитку інтелектуальних здібностей учнів і готує їх до вирішення складних завдань у реальному житті.

Проблемна ситуація визначається як певний вид розумової діяльності, що виникає в процесі освіти, коли учні стикаються із завданням або питанням, яке не має очевидного рішення, заснованого на наявних у них знань. Це вимагає від них активної участі в пошуку нових знань, критичного аналізу, узагальнення інформації, вироблення власних підходів до вирішення проблеми. Проблемна ситуація стимулює мислення, сприяє глибшому розумінню навчального матеріалу, формує навички самостійного навчання.

1.2 Основи здоров'я в сучасній школі

Вивчення дисципліни «Основ здоров'я» в школі має велике значення, адже саме цей предмет сприяє формуванню навичок здорового способу життя, що є фундаментом фізичного та психологічного добробуту людини. В. Павленко визначає наступні ключові аспекти важливості цього предмета:

1. Формування здорових звичок: Учні дізнаються про збалансоване харчування, режим дня, правила особистої гігієни, профілактику шкідливих звичок, що дозволяє закласти здоровий спосіб життя на майбутнє.

2. Безпека та захист життя: Предмет охоплює основи першої допомоги, правила поведінки в надзвичайних ситуаціях, безпеку на дорозі, що допомагає учням бути обізнаними і відповідальними за своє здоров'я та життя.

3. Фізичний та психічний розвиток: Знання про правильне фізичне навантаження, важливість спорту та активного відпочинку сприяють гармонійному розвитку дитини. Крім того, вивчення основ психологічного здоров'я допомагає в розвитку емоційного інтелекту, навичок спілкування та подолання стресу.

4. Формування соціальної відповідальності: Учні дізнаються про відповідальність за власне здоров'я та здоров'я інших. Це сприяє розвитку

свідомих і турботливих громадян, які з повагою ставляться до оточуючих і розуміють значення здорового суспільства.

5. Попередження хвороб: Завдяки знанням про профілактику інфекційних та неінфекційних захворювань, учні навчаються дбати про своє здоров'я, що в перспективі знижує ризик розвитку хронічних хвороб [Павленко, 2021, с. 103-104].

У результаті, предмет «Основи здоров'я» допомагає учням розуміти важливість турботи про себе, набуваючи життєво необхідних знань, що стануть у пригоді в дорослому житті. Таке навчання – це інвестиція в здорове й сильне майбутнє. Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти «Основи здоров'я 6-9 класи» [Основи здоров'я 6 – 9 класи. Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти, 2022] була розроблена на основі Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти [Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти, 2011] та відповідно до положень «Концепції Нової української школи» (2016 р.) [Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року, 2018]. Навчальна програма об'єднує елементи знань із практичними завданнями, спрямованими на збереження життя, охорону здоров'я та зміцнення фізичного і психологічного стану людини. Тематика програми розроблена відповідно до Державного стандарту загальної середньої освіти. У кожному розділі визначено обов'язкові результати навчання, які сприяють формуванню здоров'язбережувальної, соціальної, культурної та інших важливих компетентностей у учнів. Основним результатом навчання є розвиток здоров'язбережувальних компетенцій та життєвих навичок, таких як прийняття рішень, вирішення проблем, креативне і критичне мислення, комунікація, самооцінка, почуття власної гідності, здатність протистояти психологічному тиску, управляти емоціями і стресом, а також розвиток співчуття та відповідальності як громадянина. Учні усвідомлюють важливість відповідального ставлення до свого життя, здоров'я, безпеки й добробуту оточуючих.

У 9 класі загальний обсяг дисципліни складає 35 годин, 4 години – резервний час. Головними темами, які вивчаються в 9 класі, є безпека і здоров'я людини, фізична складова здоров'я, психічна й духовна складові здоров'я та соціальна складова здоров'я. У рамках розділу 1 «Безпека і здоров'я людини» вивчаються такі теми, як захист життя і здоров'я у воєнний час, попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів, невідкладна домедична допомога, психологічна самопомога, дотримання здорового способу життя та сучасний комплекс проблем безпеки. У 2 розділі «Фізична складова здоров'я» розкриваються проблеми збереження і зміцнення фізичної складової здоров'я та моніторинг здоров'я. У розділі 3 «Психічна й духовна складові здоров'я» розкривається самореалізація особистості, емоційне благополуччя, вміння вчитися та самовиховання характеру. У рамках розділу 4 «Соціальна складова здоров'я» вивчається соціальне благополуччя учня, а саме соціальна компетентність, репродуктивне здоров'я молоді, ВІЛ/СНІД: проблема людини і проблема людства.

З початком війни в Україні програму з основ здоров'я було адаптовано з урахуванням сучасних суспільних реалій. У рамках першого розділу «Безпека та здоров'я людини», що вивчається на початку навчального року в усіх класах, було розширено зміст. Додано теми, пов'язані з ризиками воєнного часу, такі як: дії під час повітряної тривоги, використання захисних споруд, евакуаційні маршрути, правила мінної безпеки, виживання в екстремальних умовах, надання домедичної допомоги та навички психологічної самопомоги [Заплатинський, 2023, с. 57–96; Апецько та ін., 2022, с. 99-100; Колота, 2023, с. 138–140].

Ще 10-15 років тому санітарній освіті не надавалося якогось особливого важливого значення. Можна сказати, що цінність викладання основ здорового способу життя було недооціненою. Але із часом увага до здоров'я підвищилась: цьому неабияким чином сприяло підвищення обізнаності щодо коректних та ризикових поведінкових форм серед населення. Спочатку до просвітницьких програм у громадах залучали спеціалізовані організації. Та практика показала, що рівень ефективності щодо отримання і засвоєння знань про здоровий спосіб

життя (ЗСЖ) дітьми й підлітками значно зростає, якщо до цього процесу долучаються батьки та шкільні навчальні заклади [Бех та ін., 2020, с. 143].

Наразі, можемо говорити про те, що є певний ланцюжок освітньої підготовки молодого покоління до сучасних викликів їхньої життєвої готовності. За висновком онлайн-порталу Economic by Design, є традиційна модель навчання основам ЗСЖ. І першим її щаблем являється засвоєння базових знань у освітніх закладах загальної середньої освіти [Ghufron et al., 2018]. При чому сам процес освіти за останнє десятиліття значно змінився: відповідно до викликів сьогодення і результатів науково-технічного прогресу для навчання використовують веб-навчальні програми, віртуальні симуляції, додаткові засоби під час дистанційного навчання.

Обмежимося оглядом потенційного впливу школи на рівень обізнаності підлітків, оскільки це наукове дослідження має на меті дослідити інтегровану дисципліну «Основи здоров'я» саме в сучасній школі. Погоджуємося із представниками онлайн-платформи iCliniq, які підкреслюють важливість освітніх навчальних у забезпеченні необхідного рівня знань дітей-підлітків. Станом на зараз школа являється єдиним місцем, яке має можливості підготувати їх до дорослого життя в плані продуктивної та соціально здорової людини. Крім цього, якісно розроблені шкільні заходи не лише сприяють ефективній освіті. Вони відіграють роль надійного базису в запобіганні деструктивної поведінки і пропаганді здорових практик. Тобто на сучасні школи покладається місія – сприяти тому, щоб здобувачі освіти були фізично здорові, розумово стабільні та соціально відповідальні. А це у свою чергу і є основоположним фактором міцного і стійкого соціуму в майбутньому [Permatasari et al., 2019].

Та насправді, вивчення «Основ здоров'я» охоплює набагато більшу кількість інформації, яка є беззаперечно життєво необхідною та цінною для дітей сучасної середньої школи. Які є підстави стверджувати таку думку? По-перше, шкільне життя забирає нині в дітей найбільшу кількість часу (незалежно, це офлайн чи онлайн навчання). А значить, є підґрунтя говорити про те, що саме школа зараз виконує почесну роль середовища, де діти мають змогу отримати цінні знання щодо покращення як фізичного, так і ментального здоров'я. По-

друге, очевидним є те, що занурюючись у освітні глибини цієї дисципліни підлітки отримують унікальний шанс ознайомитися, вивчити та використовувати в майбутньому ті навички зі збереження здоров'я, які дозволять бути продуктивним та успішним учасником соціуму. По-третє, складно не погодитись із тим фактом, що найбільша кількість проблем зі здоров'ям, депресивні стани та ментальні хвороби виникають саме в дитинстві. Й одним із найдієвіших способів звести ці прояви до мінімуму, а також зберегти дитяче здоров'я більш-менш сталим можна завдяки комплексному вивченню основ.

Якщо говорити про важливість вивчення досліджуваної дисципліни в середній школі, маємо зазначити, що певні зовнішні фактори також впливають на її актуальність та значущість. Найбільш істотними вважаємо пандемію COVID-19 та війну в нашій державі. Відповідно будь-яка демократична держава має обов'язок захищати цей аспект. Нажаль, можемо констатувати не лише певні порушення цього факту, а неготовність суспільства в цілому швидко й адекватно реагувати на подібні форс-мажорні ситуації. Пандемія COVID-10 стала своєрідною перевіркою на те, як люди можуть протидіяти загальній загрозі цивілізації, та який рівень компетентності має нинішнє суспільство в питаннях підтримка і збереження здоров'я [Панок та ін., 2021, с. 34]. Виявилось, що ані старше покоління, ані молодь не володіють усіма необхідними психологічними й інтелектуальними інструментами для адаптації до складних життєвих обставин. Крім цього, постала потреба в тому аби розвивати в наступних поколіннях громадянську емоційно-етичну, соціальну компетентності аби підготувати їх до можливих кризових ситуацій, які пов'язані або із соціальним дистанціюванням, або із пандемією, або із карантинними обмеженнями.

Окремої уваги заслуговує розгляд питання через призму військового вторгнення на територію України. Важкі умови воєнного часу неабияким чином позначаються і на дорослих, і на дітях. Особливо в плані підтримки ментального здоров'я, проблема захисту якого наразі утримує першу позицію серед усіх інших аспектів. Головними чинниками в цьому можна назвати артилерійські обстріли й удари по території нашої держави, перебування в окупації, вимушені переміщення до інших регіонів, побутові та фінансові негаразди, ізоляція від

комфортного звичного середовища, невпевненість у завтрашньому дні [Про затвердження орієнтовних вимог оцінювання навчальних досягнень учнів із базових дисциплін у системі загальної середньої освіти, 2016]. Представники Національного Інституту Стратегічних досліджень уже зараз наголошують на тому, що із наслідками цих негативних змін у ментальному здоров'ї суспільства нашої держави урядові доведеться боротися і після закінчення війни. Але вже зараз напрацьована оперативна дорожня карта дій: наразі в Україні запроваджено Національну програму психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Додатково Міністерство освіти й науки прийняло рішення про запуск проєкту «Психосоціальна підтримка та психологічна допомога на всіх рівнях освіти». Старт цього проєкту пов'язаний і з вивченням дисципліни «Основи здоров'я», оскільки наразі головним акцентом є впровадження навичок психологічної стійкості на всіх рівнях освіти, у т.ч. у середній школі [Про затвердження орієнтовних вимог оцінювання навчальних досягнень учнів із базових дисциплін у системі загальної середньої освіти, 2016]. Також Міністерство освіти і науки України активно впроваджує проєкти з психосоціального супроводу та психологічної допомоги в освітньому процесі. Запуск ініціативи «Психосоціальна підтримка та психологічна допомога на всіх рівнях освіти» пов'язаний з інтеграцією навичок психологічної стійкості в навчальні програми, зокрема, у дисципліну «Основи здоров'я». Ця ініціатива є частиною національної стратегії, спрямованої на покращення психічного здоров'я учнів та надання їм необхідних знань і навичок для адекватного реагування на стресові ситуації. Як стверджує ВООЗ, до 2025 р. кожен другий громадянин України буде вимушений боротися із наслідками психологічних проблем, психічних розладів. За такої обставини змінитися ситуація із ментальним здоров'ям українців зможе лише за 20 років [Syracusa Principles on the Limitation and Derogation Provisions in the International Covenant on Civil and Political Rights, 1985]. Саме тому, варто вже зараз працювати над тим аби звести до можливого мінімуму руйнівні наслідки війни на здоров'я дітей через інструменти вивчення навчальної дисциплін «Основи здоров'я» в середній школі.

Отже, можна стверджувати, що сьогодні школа відіграє ключову роль у формуванні знань та навичок щодо здорового способу життя в дітей та підлітків, завдяки інтеграції в освітній процес дисципліни «Основи здоров'я». Відповідно до навчальної програми для загальноосвітніх навчальних закладів України дисципліна «Основи здоров'я» включає вивчення таких аспектів, як фізичне, емоційне та соціальне здоров'я. Програма охоплює питання здорового харчування, профілактики захворювань, боротьби з ризикованою поведінкою, статевого виховання та розвитку соціальних навичок. Заняття проводяться як у класичній офлайн формі, так і з використанням сучасних технологій, таких як веб-навчальні програми та віртуальні симуляції.

1.3 Методика застосування проблемних ситуацій на уроках основ здоров'я

Методика «проблемного навчання» на уроках інтегрованого курсу «Основи здоров'я» для учнів 9 класу є надзвичайно ефективною, оскільки вона дозволяє глибше засвоїти матеріал, підвищує ефективність засвоєння знань, формування навичок та вмінь, необхідних для самостійного і відповідального ставлення до свого здоров'я, а також для прийняття обґрунтованих рішень у складних життєвих ситуаціях.

Ю. Полішко зазначає, що ефективність методики проблемного навчання на уроках основ здоров'я полягає в тому, що її використання обумовлює:

1. Розвиток критичного мислення та аналітичних здібностей Проблемні завдання допомагають учням аналізувати різні аспекти здоров'я, такі як фізичне, психологічне й соціальне благополуччя. Наприклад, на уроці можна розглянути ситуацію, коли підліток стикається з вибором між здоровим способом життя та тиском соціуму (куріння, алкоголізм). Учні повинні обґрунтувати свої рішення, аналізуючи плюси й мінуси різних варіантів, що сприяє розвитку критичного мислення.

2. Формування навичок прийняття рішень та самоорганізації У процесі вирішення проблемних завдань учні розвивають вміння правильно оцінювати

ситуацію і приймати обґрунтовані рішення. Наприклад, завдання, де необхідно вирішити, як правильно організувати режим дня для збереження здоров'я, або що робити в екстремальних ситуаціях (наприклад, при отруєнні, травмі), сприяє формуванню практичних навичок.

3. Активізація взаємодії в групі та розвиток комунікативних компетентностей Проблемні завдання часто виконуються в групах, що дає можливість учням працювати в команді, обговорювати ідеї, слухати одне одного і знаходити спільні рішення. Це важливо, оскільки спільна діяльність сприяє розвитку комунікативних навичок і вмінь працювати в колективі, що необхідно для здорового соціального розвитку.

4. Інтеграція знань із різних дисциплін Курси «Основи здоров'я» часто інтегрують знання з біології, психології, соціології та інших предметів. За допомогою проблемного навчання учні навчаються застосовувати знання з різних галузей для вирішення комплексних завдань, наприклад, розробка рекомендацій щодо зміцнення фізичного здоров'я або психологічного благополуччя, зважаючи на соціальні умови.

5. Мотивація до навчання через практичне застосування знань Проблемні ситуації, які мають реальні життєві сценарії, допомагають учням побачити практичну цінність здобутих знань. Вони краще усвідомлюють, як знання про здоров'я можна застосувати в реальному житті (наприклад, як уникнути стресу в підлітковому віці, чи як забезпечити правильне харчування для поліпшення фізичного стану).

6. Формування життєвих компетентностей Одним з основних завдань курсу є формування здорового способу життя, і методика проблемного навчання допомагає учням визначити, як розвивати цю звичку, які перешкоди можуть виникнути на цьому шляху та як їх подолати. Під час вирішення проблемних завдань учні здобувають практичні навички управління своїм здоров'ям, які будуть корисні протягом усього життя [Polishko, 2021, с. 79–83].

Приклад завдання для проблемного навчання на уроці «Основи здоров'я»: Ситуація: Ви та ваш друг потрапили в ситуацію, коли у вас є вибір: прийняти участь у вечірці, де буде алкоголь, чи залишитись вдома, щоби підготуватися до

важливої атестації. Яким чином ви обґрунтуєте своє рішення та які фактори будете враховувати при виборі? Учні повинні розглянути фізичні, емоційні, соціальні та психологічні наслідки кожного варіанту, прийняти рішення і обговорити його з групою.

Проблемні ситуації – це педагогічний прийом, що спрямований на розвиток критичного мислення, формування практичних навичок і активізацію пізнавальної діяльності учнів. На уроках основ здоров'я використання цього підходу дозволяє не лише поглибити знання з предмета, але й навчити дітей самостійно знаходити рішення в життєвих ситуаціях, пов'язаних зі збереженням здоров'я.

Головними особливостями проблемних ситуацій є: 1. Стимулювання мислення: Проблемна ситуація створюється тоді, коли перед учнями постає завдання, для вирішення якого їм недостатньо наявних знань. Це стимулює їх шукати нову інформацію або застосовувати творчий підхід. 2. Зв'язок із реальним життям: Проблеми, що пропонуються, мають бути максимально наближеними до реальних обставин, які можуть виникнути в повсякденному житті. Наприклад, розбір питань щодо першої допомоги, вибору здорового харчування або поведінки в надзвичайних ситуаціях. 3. Формування життєвих навичок: Методика допомагає формувати такі компетентності, як ухвалення рішень, робота в команді, аналіз ризиків, критичне мислення та комунікація.

Можемо виділити такі етапи реалізації методики проблемних ситуацій:

1. Формулювання проблеми: Учитель пропонує ситуацію, яка викликає інтерес і потребує аналізу. Наприклад: «Ваш друг отруївся невідомою речовиною. Які ваші дії?» або «Які фактори впливають на вибір здорового способу життя?»

2. Обговорення: Учні обговорюють проблему, висловлюють свої думки, діляться ідеями. На цьому етапі важливо, щоб кожен учень мав можливість висловитися.

3. Пошук рішення: Колективно або індивідуально учні пропонують способи вирішення проблемної ситуації. Вони можуть спиратися на знання, логіку чи навіть фантазію.

4. Аналіз і підсумки: Разом із вчителем обговорюються запропоновані рішення, їх переваги й недоліки. Це дає змогу учням навчитися критично оцінювати свої дії та висновки.

Приклади проблемних ситуацій на уроках основ здоров'я:

- Що робити, якщо людина втратила свідомість на вулиці?
- Як уникнути емоційного вигорання в шкільному середовищі?
- Як організувати здорове харчування для всієї родини?

До головних переваг методики проблемних ситуацій відносяться підвищення мотивації учнів до навчання, розвиток самостійності та творчого мислення та реальне застосування знань у житті. Методика застосування проблемних ситуацій створює на уроках основ здоров'я умови, за яких учні стають активними учасниками освітнього процесу, а не пасивними спостерігачами.

Певна річ, що для цього в загальноосвітніх закладах у 8-9 класах навчання має відбуватися навчально-виховна робота, що включатиме комплексне й послідовне вивчення основ здорового способу життя.

На тлі розбудови Нової української школи (НУШ) маємо зауважити певний важливий нюанс, зазначені в нормативних документах. Так, під час наукової розвідки для визначення методики застосування проблемних ситуацій на уроках з «Основ здоров'я», було опрацьовано два із шести принципів НУШ, які вартують додаткової уваги: 1. Безпека: створення атмосфери довіри і взаємоповаги. Перетворення школи на безпечне місце, де немає насильства і цькування. 2. Здоров'я: формування здорового способу життя і створення умов для фізичного і психоемоційного розвитку, що надзвичайно важливо для дітей молодшого шкільного віку. Певна річ було розглянуто й одну із ключових компетентностей НУШ – «Екологічна грамотність і здорове життя», яку здобувачі освіти можуть набути під час вивчення такої дисципліни як «Основи здоров'я» [Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року, 2018].

Та маємо розуміти, що процес розбудови НУШ є тривалим. Відповідно й досягнення всіх запланованих завдань для освіти теж вимагає певної витримки та очікування. Але вже зараз є гостра необхідність впроваджувати на уроках дієві методи, що допоможуть зменшити негативний вплив важких подій останніх років та мінімізувати зростання інтенсивності впливу екологічних і соціальних факторів на учнівство.

Отже, у майбутньому буде міцне підґрунтя для створення нової освітньої системи, яка не просто виховуватиме молоде покоління, а й допомагатиме зберегти його фізіологічне й ментальне здоров'я.

На наше переконання, методика застосування проблемних ситуацій – один із дієвих інструментів реалізації валеологічних концепцій для учнів середньої ланки освіти. Зупинимось докладніше на цій методиці, її особливостях. На думку вчених Університету Іллінойс, методика проблемного навчання є інструментом педагогіки, який дозволяє презентувати складні проблеми навколишнього світу як засіб сприяння розумінню концепцій та принципів сьогодення. Додатковою перевагою застосування цієї методики вони називають забезпечення розвитку критичного мислення, навичок групової роботи, пошукових умінь для оцінки дослідницької інформації [Yew et al., 2016].

Є декілька варіантів використання методики:

1. Включення до конкретної навчальної ситуації (теми);
2. Використання протягом усього навчального семестру;
3. Додавання під час виконання лабораторних чи проектних робіт.

Використання будь-якого із цих шляхів дозволяє говорити про можливість ефективної активізації як педагогічного процесу, так і навчальної діяльності здобувачів освіти.

М. Волоснюк повідомляє у своїй науковій статті, що проблемне навчання здатне забезпечити досягнення таких освітніх аспектів на уроках «Основи здоров'я», як поняття про людський організм та його діяльність; зв'язок людини із природою та соціумом; вміння надавати допомогу під час надзвичайної ситуації; навички безпечної поведінки; керування емоціями; взаємодія з

оточенням; протистояння складним подіям; виховання цінного ставлення до власного здоров'я [Вем'ян та ін., 2014, с. 16].

Пропонуємо розглянути цю методики більш детально і глибоко. Так, В. Бутенко, Н. Павлуценко та О. Білер висловлювали припущення про те, що є п'ять головних етапів підготовки до застосування методики «проблемних ситуацій». Із результатів аналізу їхньої гіпотези стає зрозуміло, що для створення проблемної ситуації під час навчання основам здоров'я вказані вченими етапи дійсно дозволяють зробити процес вивчення теми ефективним [Бутенко, 2018, с. 15]. Проілюструємо їхню думку в схемі:

1. Створення проблемної ситуації та усвідомлення суперечностей у навчальному матеріалі. По-перше, під час здійснення першого етапу розгляд поставленого учням проблемного питання активізує і формує інтерес здобувачів освіти до нього та виступає певним поштовхом до пошуку шляхів його вирішення. Тобто учні мають бачити проблему, усвідомлювати її аби вирішити.

2. Формулювання великої навчально-пізнавальної задачі (або завдання), що вимагає аналізу і знаходження способів та прийомів її вирішення. Початок другого етапу базується на необхідності сформулювати проблемну задачу та поставити собі чіткі запитання щодо протиріч та їх потенційно можливих причин.

3. Постановка таких питань – Як вирішити поставлене протиріччя? Чим це пояснити? Додатково – пошук можливих шляхів вирішення. Формування гіпотези. На третьому етапу визначають усі відомі факти чи ситуації, доповнюють їх невідомим компонентом – безпосередньо проблемою, яка закладена в цій ситуації, далі здійснюють аналіз проблеми з усіх боків та починають пошук можливих шляхів її успішного вирішення.

4. Перевірка сформульованих гіпотез із допомогою вчителя, що передбачає включення учнів в активну розумову діяльність. Перевірка сформульованих гіпотез разом із вчителем формує четвертий етап. Під час активізації розумової діяльності та критичного мислення членуються та озвучуються наявні результати проведеного дослідження проблеми, а також

відбувається зазвичай спростування чи підтвердження гіпотези, яка була зазначена раніше.

5. Аналіз отриманих результатів, організація узагальнення результатів міркувань та застосування здобутих знань на практиці. П'ятий етап – це констатація отриманих результатів, яка відбувається паралельно із систематизацією і узагальненням міркувань із погляду можливого застосування на практиці. Тож можна впевнено стверджувати, що здобувачі освіти під час застосування «проблемного навчання» мають перед собою варіант вирішення проблеми не в готовій формі, а в результаті власної розумової праці, відкриття, продукту спільних зусиль групи.

Підтримуємо точку зору І. Вільчинської та Н. Шпортун про те, що базисом створення проблемної ситуації на уроці з «Основ здоров'я» в 9 класі повинні бути такі умови:

– подане здобувачам освіти завдання має ґрунтуватися на раніше отриманих ними знаннях, але мати один незнайомий елемент;

– невідоме в завданні має стати спонукальним тригером для мотивації учнів шукати нові знання і застосовувати їх на практиці.

Водночас впровадження методики проблемного навчання здійснюється з урахуванням того, що поставлена для виконання задача має максимально відповідати інтелектуальному рівню здобувачів освіти, а рівень складності підлаштований до наявних умінь та навичок [Голубєва та ін., 2004].

За словами В. Павленко, основними рівнями повноти організації уроку «з подачею проблемної ситуації» є такі 4 пункти: 1. Проблема визначається і вирішується вчителем; 2. Проблема формулюється вчителем, а учні здійснюють її подальше розкриття; 3. Учні озвучують проблему учителю та спільними із ними зусиллями знаходять шляхи її вирішення; 4. Постановку та вирішення проблемної ситуації учні здійснюють самостійно, власними зусиллями. Методика застосування проблемних ситуацій на уроках «Основ здоров'я» вимагає від педагога реалізувати певний набір дидактичних інструментів.

Щодо форми занять для застосування «проблемного навчання», то це можуть бути такі форми: 1. Семінари, дискусії – для забезпечення індивідуальної

чи групової роботи відповідно; 2. Практичні, дослідницькі заняття – для колективної чи індивідуальної самостійної роботи учнів; 3. Класичні уроки з додатковими аспектами – екскурсіями, консультаціями, міні-конференціями; 4. Нетрадиційні уроки – присвячення, міні-аукціони. Але мабуть що найвищий ступінь ефективності застосування цього методу – це самостійність здобувачів освіти в розробці проблемної ситуації і їх повноцінна участь у пошуку відповідей на поставлені проблемні запитання, що буде розглянуто в другому розділі.

Якщо підсумувати теоретичний матеріал, розглянутий у цьому розділі, то можемо зробити такий висновок. Методика «проблемного навчання» на уроках «Основи здоров'я» сприяє формуванню більш відповідального ставлення учнів до свого здоров'я, розвиває критичне мислення, прийняття рішень, комунікація, а також формуванню здорових звичок. Вона допомагає учням усвідомити важливість здоров'я та відповідального ставлення до нього, що є основою для їхньої життєвої компетентності в майбутньому. Можемо зробити припущення, що застосування методів «проблемного навчання» на уроках у 9 класі може позитивно впливати на рівень засвоєння цієї дисципліни. Це твердження є лише гіпотезою, яка буде додатково перевірятися у другому розділі кваліфікаційної роботи.

Висновки до 1 розділу

Перший розділ цієї кваліфікаційної роботи носить теоретичний характер. Під час дослідження ми дійшли до висновків, що проблемне навчання – це педагогічний метод, спрямований на активне залучення учнів до процесу самостійного пошуку знань через вирішення різноманітних проблемних ситуацій. Цей підхід формує критичне мислення, здатність аналізувати та знаходити власні рішення, що особливо актуально в сучасному освітньому процесі. Головна мета проблемного навчання полягає не в передачі готових знань, а в створенні таких умов, за яких учень самостійно або під керівництвом вчителя знаходить необхідну інформацію і приходить до логічних висновків.

Сутність проблемного навчання полягає в створенні ситуацій, коли учні стикаються з питаннями чи завданнями, для розв'язання яких їм не вистачає вже набутих знань. Це стимулює їх до активного пошуку нової інформації, розвитку дослідницьких здібностей та самостійного мислення. У процесі проблемного навчання педагог створює умови, які спонукають учнів ставити запитання, аналізувати інформацію, робити висновки та формулювати власні судження. Це дозволяє учням навчитися вирішувати реальні життєві задачі, застосовуючи набуті знання на практиці.

У сучасній школі предмет «Основи здоров'я» займає важливе місце в освітньому процесі, оскільки саме він спрямований на формування в школярів культури здорового способу життя, навичок безпеки та відповідального ставлення до власного здоров'я. Цей предмет не лише забезпечує учнів знаннями про фізичне, психічне та соціальне здоров'я, а й допомагає розвивати життєві компетенції, необхідні для збереження і зміцнення здоров'я протягом усього життя.

Використання проблемних ситуацій на уроках основ здоров'я є ефективним підходом до розвитку в школярів здатності аналізувати важливі життєві питання, пов'язані зі здоров'ям, безпекою, емоційною стійкістю та прийняттям відповідальних рішень. Така методика сприяє формуванню в школярів навичок самостійного мислення, розвитку здатності до обговорення важливих проблем і прийняття усвідомлених рішень. Уроки основ здоров'я мають на меті не лише передати теоретичні знання, а й виховати в учнів навички здорового способу життя та здатність захищати своє фізичне і психічне здоров'я. Методика застосування проблемних ситуацій на уроках основ здоров'я дозволяє не тільки передавати знання, а й формувати навички, важливі для здорового, усвідомленого життя. Такий підхід розвиває в дітей відповідальне ставлення до свого фізичного та психічного стану, готує їх до розв'язання реальних проблем, з якими вони можуть зіштовхнутися в повсякденному житті.

РОЗДІЛ 2

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ПРОБЛЕМНИХ СИТУАЦІЙ ПРИ ВИВЧЕННІ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я У 9 КЛАСІ

2.1 Організація і методи дослідження

У попередньому розділі було здійснено теоретичну наукову розвідку з питання використання «проблемних ситуацій» на уроках дисципліни «Основи здоров'я» в середній школі (9 класі). А саме, було розглянуто поняття «проблемна ситуація» та «проблемне навчання»; виконано дослідження теоретичних основ із цього питання. Також було розглянуто потенційно можливу ефективність застосування «проблемних ситуацій» на уроках. Але з огляду на те, що презентована інформація носить теоретичний характер, виникає необхідність здійснити аналіз результатів констатувального етапу експерименту щодо впровадження методики застосування «проблемної ситуації» на уроках.

Педагогічний експеримент проводився на базі Ізмаїльського ліцею №1 з гімназією з поглибленим вивченням англійської з 01 квітня 2024 р. по 28 квітня 2024 р. В експериментальній роботі брали участь учні 9 класів у кількості 58 осіб, віковий склад яких склав 15-16 років. Учні 9-А класу в кількості 30 осіб були експериментальною групою. А учні 9-Б класу в кількості ще 28 осіб контрольною групою. Зміст експериментальної роботи включав до себе два етапи: констатувальний та формувальний етапи. Під час проведення педагогічного дослідження ефективності використання проблемних ситуацій при вивченні основ здоров'я в 9 класі нами був вивчена методика використання проблемних ситуацій при вивченні Розділу 3. програми «Психічна й духовна складові здоров'я», а саме таких тем, як «Емоційне благополуччя», «Уміння вчитися» та «Самовиховання характеру» з інтегрованого курсу «Основи здоров'я». Для кожної бесіди в експериментальному класі були складені проблемні ситуації для обговорення. В іншому класі учні вивчали програму за звичайними методиками. Нами була висунута гіпотеза, що в результаті використання методу проблемних ситуацій експериментальний клас краще

засвоїть інформацію за темою курсу та покаже кращі результати перевірки знань за цією темою.

Перш ніж приступити до безпосереднього аналізу, вважаємо доцільним розглянути, що таке педагогічний експеримент та які він має ключові особливості. Педагогічний експеримент – це продовження теоретичного дослідження. Він служить зазвичай ключовим інструментом для перевірки практичної значущості методики, її результативності [Бербец та ін., 2018]. Проведення педагогічного експерименту вважаємо важливим кроком у доказовості ефективності обраної для розгляду методики проблемного навчання із застосуванням «проблемної ситуації». Підтримуємо думку науковців Н. Тверезовської та В. Сидоренко про те, що доцільно приділити особливу увагу не лише підбору засобів для його проведення, а й загальним прийомам та методам пошуку й відображення результатів [Тверезовська та ін., 2013, с. 223-225]. Після фіксації необхідності висвітлити переваги й недоліки використання методики «проблемних ситуацій» на уроках «Основ здоров'я» в середній школі, було прийнято рішення про проведення спеціального педагогічного експерименту.

На першому етапі педагогічного дослідження було проведено констатувальний експеримент. За словами О. Лук'янець, констатувальний експеримент – це важлива складова експерименту, який здійснює педагог, так який передбачає вплив на педагогічні явища та дає можливість уточнити дослідницькі завдання для реалізації формульованого етапу експерименту [Лук'янець та ін., 2015]. А. Статівка вважає, що констатувальний експеримент є дослідницьким методом, який дає можливість отримувати нову інформацію відносно рівня володіння певною компетентністю, яка підлягає контролю під час експерименту [Статівка, 2021, с. 191]. Ми погоджуємося із думкою науковиці про те, що під час проведення констатувального експерименту цілеспрямованого впливу на його учасників не планується.

При визначенні підходу до педагогічного експерименту ми притримувалися схеми, запропонованої педагогами Г. Ніколаї та Т. Кожухової

[Ніколаї, 1999, с. 34–37; Кожухова, 2002, с. 54-58]. В ході нашого дослідження ми притримувалися наступної методики.

А) Обрана тема вивчалася на уроках двох класів – 9-А та 9-Б класи. Наша методика доповнила заняття проблемним підходом на уроках 9-А класу (який був експериментальною групою). Водночас, заняття 9-Б класу проходили за традиційною методикою викладання. Загалом досліджувався вплив проблемного викладання на якість та рівень засвоєних знань, вмінь та навичок. В кінці також було досліджено зацікавленість учнів в освітньому процесі – де їх зацікавленість була вищою, при традиційному підході чи при проблемному викладанні?

Б) Плануючи проведення експерименту під час викладання навчального матеріалу з дисципліни «Основи здоров'я» в 9 класі, була висунута гіпотеза, ціль – перевірити ефективність застосування методики «проблемного навчання» на формування знань, навичок та вмінь учнів 9 класу (дивись главу 1.3). Також додатково було висунуто припущення, що проблемне викладання підвищує інтерес учнів до навчання. Тобто досліджується два параметри: ефективність навчання та зацікавленість учнів в навчальному процесі.

В) Під час реалізації педагогічного експерименту планувалося використати такі методики, як проблемні ситуації (дивись главу 2.3), Тест оцінки рівня зацікавленості учнів у предметі та самостійні завдання, розроблені на основі підручника «Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. закладів / Т.Є. Бойченко, І.П. Василяшко, О.К. Гурська та ін. Київ : Генеза, 2017. Самостійна робота з теми «Самореалізація особистості» використовувалася для констатувального експерименту з теми, з метою дослідити, які знання є в учнів ще до початку дослідження. Наступний етап експерименту передбачає, що в 9-А класі (експериментальна група) уроки будуть проводитися за допомогою проблемного навчання, тоді як в 9-Б класі (контрольна група) – навчання здійснюється за допомогою традиційного шляху. На третьому етапі експерименту проводиться перевірка знань за трьома іншими темами розділу «Психічна і духовна складова здоров'я»: «Емоційне благополуччя», «Уміння вчитися» та «Самовиховання характеру» з інтегрованого курсу «Основи здоров'я». Додатково за допомогою методики «Тест оцінки рівня зацікавленості

учнів у предметі» перевірявся рівень зацікавленості учнів до занять – було поставлене питання, де учні зацікавлені більше, при навчання за допомогою проблемного підходу, чи традиційного?

Г-Д) На цьому етапі пророблялися конкретні кроки для кожного етапу проведення експерименту, а саме конкретні проблемні ситуації, питання до учнів, пророблялися конкретні аспекти проблемних ситуацій, які могли виявити учні; здійснювалося планування ходу уроку в експериментальній групі (9-А клас), його цілей та етапів, пророблялася матеріально-технічна сторона експерименту.

Безсумнівно, успіх будь-якого експерименту залежить від обраного дослідником методологічного інструментарію. Та не менш важлива роль відведена, зазвичай, системному підходу. На думку О. Власенко, саме системний підхід дає можливість розглядати й досліджувати систему як єдине ціле й гарантувати узгоджене функціонування всіх елементів [Власенко, 2014, с. 381]. Також вчена зазначила, що уваги заслуговує розробка програми педагогічного експерименту, адже це дозволяє говорити про адекватний регламент усіх етапів експерименту, стадій підготовки, організації самого процесу. За словами Г. Лаврентьєвої і М. Шишкіної, від обраної методики педагогічного дослідження не просто залежить достовірність та точність отриманих при завершенні результатів. Вона дозволяє також знайти шляхи вирішення конкретної проблеми [Лаврентьєва та ін., 2007, с. 44]. Тому було приділено особливу увагу цьому аспекту й підібрано методи дослідження для формування надійного ядра експерименту. Нам імponує думка Н. Ротаньової та О. Дяченко про те, що для проведення педагогічного експерименту потрібно визначитися із його методикою [Ротаньова та ін., 2020, с. 83].

При конструюванні експерименту ми притримувалися наступної схеми дослідників запропонованої педагогами Г. Ніколаї та Т. Кожухової [Ніколаї, 1999. с. 34–37; Кожухова, 2002, с. 54–58].

А) Так, запланований педагогічний експеримент має:

1. доповнити новим педагогічний процес;

2. забезпечувати дотримання умов виявлення залежності результатів та педагогічного впливу;

3. містити повноцінний перелік параметрів процесу, який досліджується;

4. забезпечувати достовірність кінцевих висновків.

Б) Потрібно також враховувати вимоги щодо проведення:

1. Наявність гіпотези для отримання нових даних.

2. Дотримання вимог навчальної програми з дисципліни, яка вивчається.

3. Добросовісна інтерпретація даних.

4. Забезпечення атмосфери творчої діяльності та взаємопідтримки в класі.

Окремого згадування потребує огляд етичних аспектів експериментального дослідження. Причина цього те, що Україна є учасником Єдиного освітнього простору та Болонської системи.

В) Отже, для забезпечення етичних умов реалізації педагогічного експерименту за обраною темою прийнято рішення дотримуватися таких кроків [Статівка, 2021, с. 190]:

1. Визначити інструментарій та необхідні додаткові засоби проведення педагогічного експерименту в 9 класі.

2. Уточнити етичні питання, що безпосередньо стосується експерименту.

3. Здійснити аналіз усіх точок зору з питання, яке буде досліджуватися, з погляду моралі та актуальності для суспільства.

4. Довести доцільність дослідження та оцінити результати проведення кожної фази науково-педагогічної процедури за обраною темою.

5. Підготувати коректний та обґрунтований список дій, які заплановано здійснити під час педагогічного експерименту.

Під час організації експериментального дослідження було визначено 3 ключових принципи – логічність, систематичність, наявність наукової бази.

Г) Презентуємо поетапну структуру запланованого в 9 класі експерименту у вигляді такої схеми: підготовчий, дослідницький, обробка отриманих даних та формулювання висновків.

Підготовчий етап – передбачав огляд стану розвитку досліджуваної методики, виявлення спірних аспектів, постановку проблеми, визначення цілей

та завдань, формування гіпотези, підбір методів для здійснення процесу. Дослідницький етап – включав констатувальний та формувальний етапи. Обробка отриманих даних – базувався на використанні математичного апарату; було використано формули та розрахунки для побудови таблиць показників ефективності застосування методики «проблемної ситуації». Формулювання висновків – полягало в інтерпретації всіх отриманих даних після проведення попередніх етапів, наукове обґрунтування їх, формування кінцевих висновків для спростування або підтвердження гіпотези, висунутої на першому етапі педагогічного експерименту.

Д) Методика експерименту включає використання додаткових освітніх технологій під час проблемного навчання в 9 класі. Це було своєрідною передумовою активізації інтелектуального і творчого багажу учнів.

Тож, під час підготовки до проведення педагогічного експерименту в 9 класі на уроках із навчальної дисципліни «Основи здоров'я» маємо насамперед вибрати головну ідею такого процесу, його концепцію та можливі завдання для того, щоб допомогти учням засвоїти цю концепцію. Обов'язковим є і опрацювання переліку навчальних цілей, яких вони повинні досягти під час роботи над проблемною ситуацією, що буде презентуватися на уроці.

З погляду методичного супроводу використання «проблемного навчання», потрібно враховувати той нюанс, що проблему варто представляти поетапно.

Під час підготовки нашого педагогічного експерименту шукали відповіді на такі допоміжні питання як:

1. Як буде виглядати перший слайд презентації проблемної ситуації?
2. Які відкриті запитання можна поставити учням для активізації зацікавленості темою?
3. Які навчальні проблеми будуть виявлені учнями?
4. Яким чином краще структурувати проблему?
5. Скільки навчальних годин знадобиться для завершення роботи над проблемною ситуацією?
6. Які ресурси знадобляться здобувачам освіти?

Наостанок зауважимо, що важливими аспектами запланованого експерименту вважаємо наявність багаторівневих завдань, командний формат роботи, забезпечення значущості кожного учасника процесу, організацію ефективного спільного інтелект-простору.

Отже, при проведенні педагогічного експерименту була висунута наступна гіпотеза: дослідити вплив методики проблемного навчання на формування знань, вмінь та навичок при вивченні «Основ здоров'я» та дослідити вплив цієї методики на зацікавленість учнів у дослідженні цієї дисципліни. Експеримент було заплановано провести у три етапи: 1) констатувальний, тобто виявити рівень знань учнів до початку експерименту; формувальний – в 9-А класі провести уроки за допомогою проблемного навчання, а в 9-Б класі – традиційним способом; 3) контрольний – перевірити рівень знань в контрольній та експериментальній групах та виявити, чи впливає проблемний підхід до навчання на ефективність засвоєння знань та зацікавленість учнів у предметі.

2.2 Аналіз результатів констатувального етапу експерименту

З 01 квітня 2024 р. по 28 квітня 2024 р. була проведена робота на визначення рівня знань із програми «Основи здоров'я» Розділ 3. «Психічна й духовна складові здоров'я» з першої теми цього розділу: «Самореалізація особистості». Самостійна робота проводилася за питаннями, які були наведені в шкільному підручнику «Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. Закладів» Т. Є. Бойченко, І. П. Василяшко, О.К. Гурська та ін. [Бойченко та ін., 2017].

Самостійна робота проходила на початку наступного уроку та зайняла 10 хвилин в обох класах. Вона була підготовлена відповідно до завдань підручника «Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. закладів», сторінки 57-58. Учням були видані подвійні листочки, на яких вони писали відповіді. Було підготовлено два варіанта.

Завдання для першого варіанту:

1. Назвіть і схарактеризуйте етапи процесу самопізнання й формування особистості.

3. Що таке ідентифікація? Що впливає на її формування?

5. Проаналізуйте схему «Кроки до формування адекватної самооцінки» на с. 57. Схарактеризуйте кожен крок.

8. Установіть взаємозв'язок між самоідентичністю та самопізнанням і самооцінкою.

Завдання для другого варіанту:

2. Проаналізуйте схему «Етапи процесу самопізнання й формування особистості». Чи пов'язані, на вашу думку, наведені в схемі етапи? Чому?

4. Що таке самооцінка? Які чинники впливають на її формування?

6. Чому підліткам важливо формувати адекватну самооцінку? Поясніть на прикладі. Скористайтеся знаннями, набутими в попередніх класах.

7. Проаналізуйте схему «Формування ідентичності» на с. 56. Чи згодні ви з тим, що для самоідентифікації важливі відповіді саме на такі запитання? Чому так думаєте? [Бойченко та ін., 2017, с. 57–58].

Середні оцінки знань учнів представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Рівень знань учнів до експерименту

Рівень знань	Експериментальна група (9-А клас)	Контрольна група (9-Б клас)
Початковий		
Середній	30%	25%
Достатній	60%	65%
Високий	10%	10%

Ці рівні визначалися відповідно до наказу Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України «Про затвердження Критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів (вихованців) у системі загальної середньої освіти», де оцінки 1, 2, 3 приймалися як низький рівень, 4, 5, 6 – середній рівень, 7, 8, 9 – достатній рівень, а 10, 11, 12 – як високий рівень [Про затвердження Критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів (вихованців) у системі загальної середньої освіти, 2011]. Відповідно оцінки учнів розподілялися у три групи, так як жодний учень

не показав початкового рівня знань. В контрольній групі достатній рівень знань показали 65%, а в експериментальній групі – 60%, високий рівень знань показало по 10% в обох групах, водночас середній рівень знань також був майже однаковим – 30% та 25% в контрольній та експериментальній групі.

Результати попереднього тестування рівня знань за темою показав, що загалом учні двох класів однаково знають та розуміють цей розділ програми дисципліни. Одночасно було проведено коротке анонімне анкетування щодо зацікавленості уроками «Основи здоров'я» у звичному форматі. По-перше, за результатами вхідного тесту-зрізу можна зробити висновок, що ступінь обізнаності щодо рис характеру та можливих чинників на розвиток характеру людини в більшості учнів знаходиться на середньому задовільному рівні. По-друге, досить цікавими виявилися відповіді на тест (дивись Додаток 2). Рівень зацікавленості уроками, що проводяться традиційним способом – середній. Серед побажань – доповнити уроки інтерактивом та незвичними завданнями (див. Табл. 2 та Табл. 3).

Таблиця 2

Рівень зацікавленості учнів у предметі «Основи здоров'я»

Рівень	Експериментальна група (9-А клас)	Контрольна група (9-Б клас)
високий (кількість відповідей А)	4	6
середній (кількість відповідей Б)	18	16
низький (кількість відповідей В)	8	6
Всього	30	28

Таблиця 3

Рівень зацікавленості учнів у предметі «Основи здоров'я» у відсотках

Рівень	Експериментальна група (9-А клас)	Контрольна група (9-Б клас)
високий (кількість відповідей А)	13,33%	21,43%
середній (кількість відповідей Б)	60,00%	57,14%
низький (кількість відповідей В)	26,67%	21,43%
Всього	100,00%	100,00%

Загалом результати тестування показали, що учні експериментальної (9-А клас) та контрольної груп (9-Б клас) приблизно однаковий. Більша частина учнів експериментальної групи виявляє середній рівень зацікавленості у предметі (60%), так само, як і учні контрольної групи – 57,14%.

2.3 Методика проведення формувального експерименту

Формувальний етап – це по факту і є основна частина експерименту. Тому саме на цьому етапі буде здійснено апробацію всіх запланованих ідей, методів, прийомів та педагогічних засобів. Маємо зазначити, що цей етап буде найдовшим за часом. Формувальний експеримент здійснено з урахуванням необхідності встановити ефективність «проблемне навчання» уроку під час реалізації навчальної діяльності в 9 класі. За основу педагогічного експерименту загалом було взято підручник для учнів 9 класу загальноосвітніх навчальних закладів за редакцією І. Д.Беха, Т. В.Воронцової, С. В.Пономаренко, С. В. Страшко Тема – «Основи здоров'я: підручник для 9 кл. закл. загальної середньої освіти» [Бех та ін., 2020, с. 123].

Необхідно зупинитися на такому важливому аспекті як розгортання реалізації запланованих кроків та дослідження змін у освітньому процесі і його результатах. Оскільки формувальний експеримент складається із серії експериментальних ланцюжків, маємо розглянути сутність забезпечення їхнього безперервного здійснення. Для цього буде застосовано додаткове фіксування всіх змін і поведінці учнів, їхніх емоційних реакцій, виявлення складнощів та недоліків освітнього процесу за обраним методичних напрямком. Окрім цього, цей етап передбачає систематизацію і узагальнення результатів початкового (констатувального) етапу експерименту, активну діяльність учасників процесу, вплив на об'єкт дослідження. Цей практичний етап вимагає від педагога впровадження інтерактивних завдань паралельно із застосування проблемної ситуації для опрацювання навчальної теми з дисципліни «Основи здоров'я».

Під час підготовки було визначено ключову тему для опрацювання за методикою «проблемного навчання». За основу було взято тему «Психічна й духовна складові здоров'я» з книги «Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. закладів / Т.Є. Бойченко, І.П. Василяшко, О.К. Гурська та ін. Київ : Генеза, 2017. 160 с.» [Бойченко та ін., 2017]. Також експериментатором було визначено завчасно перелік вимог, яких експериментатор має дотримуватися під час безпосереднього експериментального процесу, які пропонували у своїй методичній науковій роботі Г. Лаврентьєва і М. Шишкіна [Лаврентьєва та ін., 2007, с. 34]. Серед них:

- мати під рукою розроблений набір параметрів для оцінки досліджуваного явища;
- враховувати всі фактори впливу;
- грамотно опрацювати отримані результати дослідження.

Наша робота полягала у введенні елементів проблемного навчання до викладання, конкретний методичний прийом передбачав пропонування учням експериментальної групи трьох проблемних ситуацій за цими трьома темами з метою їхнього кращого засвоєння матеріалу. Водночас учні контрольної групи (9-Б клас) вивчали програму дисципліни «Основи здоров'я» традиційним шляхом і без застосування проблемних ситуацій. Ось три проблемні ситуації з дисципліни «Основи здоров'я» на тему «Емоційне благополуччя», які сприяють розвитку навичок аналізу та пошуку рішень у сфері емоційного здоров'я:

Ситуація 1: «Стрес перед екзаменом»

Опис проблеми:

Андрій готується до важливого екзамену. Він відчуває сильний стрес через страх провалу і вважає, що не зможе запам'ятати все необхідне. Через це в нього погіршується сон, з'являється роздратованість, а результати навчання не покращуються.

Запитання для учнів:

- Які методи може використати Андрій, щоб зменшити свій стрес?

- Як правильно планувати час для підготовки, щоб уникнути перевантаження?

- Чому важливо вчасно звертатися по допомогу, якщо стрес стає неконтрольованим?

Ситуація 2: «Конфлікт із друзями»

Опис проблеми:

Оксана посварилася з найкращою подругою через непорозуміння. Вона переживає, що втратила важливу людину, і постійно думає про сварку, що позначається на її настрої та зниженні успішності в школі.

Запитання для учнів:

- Як Оксана може відновити контакт із подругою?
- Чому вміння вибачати і слухати є важливими для збереження стосунків?

- Як можна навчитися контролювати свої емоції під час конфлікту?

Ситуація 3: «Почуття самотності»

Опис проблеми:

Іван нещодавно переїхав до іншого міста й почав навчатися в новій школі. Йому важко знайти спільну мову з однокласниками, через що він відчувається самотнім. Це викликає в нього апатію і знижує бажання брати участь у шкільному житті.

Запитання для учнів:

- Як Іван може знайти нових друзів і налагодити спілкування з однокласниками?

- Які заняття або хобі можуть допомогти Івану почуватися краще?

- Як оточуючі можуть підтримати людину, яка відчувається самотньою?

Ці ситуації допомагають учням обговорити реальні життєві проблеми, розвивати емпатію та шукати ефективні рішення для забезпечення емоційного благополуччя.

Учні також обговорили три проблемних ситуації з теми «Уміння вчитися»

Ось три проблемні ситуації з дисципліни «**Основи здоров'я**» на тему «**Уміння вчитися**», які сприяють розвитку навичок критичного мислення та пошуку ефективних рішень:

Ситуація 1: «Відсутність мотивації до навчання»

Опис проблеми:

Василь помітив, що йому стало важко змушувати себе виконувати домашні завдання. Він вважає, що навчання не має сенсу, адже в майбутньому йому це «не знадобиться». Через це його оцінки погіршилися, а впевненість у собі знизилася.

Запитання для учнів:

- Що може стати причиною втрати мотивації до навчання?
- Як Василю знайти інтерес до предметів і зрозуміти користь від навчання?
- Чому важливо формувати довгострокові цілі і як це допомагає зберігати мотивацію?

Ситуація 2: «Невміння організувати час»

Опис проблеми:

Юлія хоче одночасно добре вчитися, займатися спортом і проводити час із друзями. Проте вона не встигає виконати всі завдання, забуває про важливі дедлайни і відчуває стрес через накопичені обов'язки.

Запитання для учнів:

- Як Юлія може правильно розподілити свій час між навчанням, спортом і відпочинком?
- Які інструменти (планери, мобільні додатки) можуть допомогти в тайм-менеджменті?
- Чому важливо дотримуватися режиму дня для ефективного навчання?

Ситуація 3: «Важкість засвоєння матеріалу»

Опис проблеми:

Іван завжди старанно виконує домашні завдання, але помічає, що на уроках йому важко зрозуміти нові теми, особливо з математики. Через це він починає уникати уроків і сумнівається у своїх здібностях.

Запитання для учнів:

- Як Іван може покращити свої навички засвоєння нового матеріалу?
- Чому важливо звертатися по допомогу до вчителя або однокласників у разі труднощів?
- Як регулярна практика та повторення можуть допомогти в навчанні?

Ці ситуації допомагають учням аналізувати реальні труднощі в навчанні, обговорювати способи їх вирішення і розвивати важливі навички, необхідні для успіху.

Ось три проблемні ситуації, які можна використати для обговорення з учнями на уроці курсу «Основи здоров'я» з теми «Самовиховання характеру»:

Ситуація 1: Прийняття відповідальності за власні вчинки

Учень запізнився на урок через те, що довго сидів у соціальних мережах, але звинувачує батьків, які не розбудили його.

Запитання для обговорення:

- Чи є справедливим перекладати відповідальність на інших за свої вчинки?
- Як правильно організувати свій час, щоб уникнути таких ситуацій?
- Які риси характеру допомагають у плануванні та самодисципліні?

Ситуація 2: Подолання шкідливих звичок

Учениця помітила, що в складних ситуаціях починає хвилюватися і зривається на друзів, хоча шкодує про це після сварки.

Запитання для обговорення:

- Як можна навчитися контролювати свої емоції?
- Які вправи чи методи допомагають зміцнити терпіння та спокій?
- Чому важливо розвивати емоційну стійкість у повсякденному житті?

Ситуація 3: Наполегливість у досягненні мети

Учень вирішив займатися спортом, але через місяць перестав тренуватися, пояснивши це браком часу та сил.

Запитання для обговорення:

- Чому важливо не здаватися, коли стикаєшся з труднощами?
- Які методи допомагають підтримувати мотивацію?
- Як наполегливість формує сильний характер?

Такі ситуації стимулюють учнів аналізувати свої дії, оцінювати їхні наслідки та шукати шляхи для розвитку корисних звичок і рис характеру.

Підсумовуючи все вище сказане можемо зазначити, що під час констатувального етапу експерименту було ретельно, точно сплановано всі кроки щодо його проведення, розглянуто його логічний хід, визначено суть кожного з етапів підготовки, обрано потрібні способи оцінювання та забезпечення достовірності вірогідних результатів. Наприкінці підкреслимо, що під час цього етапу експерименту вдалося здійснити аналіз потреб і можливостей для забезпечення використання методики «проблемних ситуацій» на уроці.

Другим етапом запланованого педагогічного дослідження ефективності методики «проблемних ситуацій» на уроках «Основ здоров'я» став формувальний етап.

Суть цього етапу полягала в проведенні освітнього процесу за двома напрямками: в контрольній групі (9-Б клас) групі – без застосування експериментального інструментарію, у експериментальній групі (9-А клас) – із застосуванням, згідно схеми експерименту. Також було здійснено попередню розробку нового педагогічного бачення стосовно висунутої на попередньому етапі гіпотези. Для експериментальної групи (9-А клас) було застосовано новий змістовий підхід до вивчення нової тем «Психічна і духовна складова здоров'я»: «Емоційне благополуччя», «Уміння вчитися» та «Самовиховання характеру». Він був спрямований на формування навичок логічного осмислення інформації та критичного мислення. Для контрольної групи (навчалася за традиційним підходом) групи застосували звичайний класичний педагогічний підхід, коли вчитель був основним і єдиним джерелом інформації.

Методика проведення формувального експерименту на уроках «Основи здоров'я» під час вивчення теми «Психічна й духовна складові здоров'я» за допомогою проблемних ситуацій

Формувальний експерименту на уроках «Основи здоров'я» спрямований на розвиток у школярів умінь і навичок, пов'язаних із психічним і духовним здоров'ям. Використання проблемних ситуацій у цьому процесі є ефективним підходом, оскільки вони стимулюють мислення, аналіз і ухвалення рішень.

Цілі формувального експерименту

1. Формування уявлень учнів про вплив психічного і духовного здоров'я на загальний стан людини.
2. Розвиток навичок саморефлексії, емпатії та конструктивного вирішення життєвих проблем.
3. Стимулювання розуміння взаємозв'язку між емоційним станом і соціальною поведінкою.

Основні компоненти методики

1. Створення проблемних ситуацій:
 - Педагог створює ситуації, які вимагають аналізу та ухвалення рішень. Наприклад, сценарій конфлікту між однокласниками або дилеми щодо вибору між моральними цінностями та прагненням досягти особистих цілей.
 - Ситуації мають бути реалістичними та відповідати віковим особливостям учнів.
2. Етапи роботи з проблемною ситуацією:
 - Представлення проблеми: Учням пропонують сценарій у вигляді історії, ролика або опису.
 - Обговорення варіантів вирішення: Клас ділиться на групи, кожна з яких аналізує проблему та пропонує можливі рішення.
 - Аналіз наслідків: Учні оцінюють потенційні наслідки обраних рішень для психічного і духовного здоров'я.
3. Використання інтерактивних методів:
 - Рольові ігри: Учні виконують ролі учасників проблемної ситуації, що допомагає глибше зрозуміти переживання інших.
 - Дебати: Дві групи відстоюють різні точки зору на проблему, аргументуючи свої позиції.

- Метод мозкового штурму: Колективне генерування ідей для вирішення проблеми.

4. Рефлексія та підсумок:

- Після обговорення педагог допомагає учням зробити висновки про те, як розв'язання проблеми вплинуло б на психічний і духовний стан.

- Учні заповнюють рефлексивні картки, у яких описують свої емоції та уроки, отримані в процесі роботи.

Очікувані результати

- Підвищення рівня усвідомлення учнями значення психічного і духовного здоров'я.

- Розвиток навичок ефективного спілкування та вирішення конфліктів.

- Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Методика спрямована на інтеграцію теоретичних знань і практичних умінь, що робить уроки цікавими, ефективними та корисними для життя.

2.4 Аналіз результатів формувального експерименту

Завершальним етапом дослідження було проведення контрольного експерименту для виявлення динаміки формування екологічної компетентності старшокласників. Для досягнення визначеної мети було проведено діагностичні вправи та методи, що були задіяні на констатувальному етапі. На завершальному етапі педагогічного експерименту нами було проведено дослідження рівня знань учнів з розділу програми «Психічна й духовна складові здоров'я» за трьома темами: «Емоційне благополуччя», «Уміння вчитися» та «Самовиховання характеру» за допомогою контрольної роботи, яка включала самостійні роботи та відкрите питання в обох класах, в контрольному та експериментальному. Ці питання були складені відповідно до тем підручника «Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. Закладів» [Бойченко та ін., 2017], дивись додаток Б, В та Г.

**Порівняння рівня знань учнів контрольної групи до і після
формуючого етапу експерименту (в абсолютних цифрах)**

Рівень знань	Контрольна група (9-Б клас)	Контрольна група (9-Б клас)
Початковий		0
Середній	7	4
Достатній	17	18
Високий	4	6
Всього	28	28

Таблиця 5

**Порівняння рівня знань учнів контрольної групи до і після формуючого
етапу експерименту(у відсотках)**

Рівень знань	Контрольна група (9-Б клас)	Контрольна група (9-Б клас)
Початковий	0%	0%
Середній	25%	14%
Достатній	61%	64%
Високий	14%	21%

Отже, згідно таблиць 4 та 5 бачимо, що в контрольній групі показники залишилися майже незмінними.

Таблиця 6

**Порівняння рівня знань учнів експериментальної групи до і після
формуючого етапу експерименту (в абсолютних цифрах)**

Рівень знань	Експериментальна група (9-А клас)	Експериментальна група (9-А клас)
Початковий	0	0
Середній	8	6
Достатній	18	10
Високий	4	14
Всього	30	30

**Порівняння рівня знань учнів експериментальної групи до і після
формуючого етапу експерименту (в абсолютних цифрах)**

Рівень знань	Експериментальна група (9- А клас)	Експериментальна група (9- А клас)
Початковий	0%	
Середній	27%	20%
Достатній	60%	33%
Високий	13%	47%

Отже, згідно таблицями 6 та 7 бачимо, що в експериментальній групі відбулися значні зміни. А саме рівень знань з тем «Емоційне благополуччя», «Уміння вчитися» та «Самовиховання характеру» значно виріс. До початку експерименту учнів ,які отримали високі оцінки, було 13%, після експерименту їхня кількість зросла до 47%, на середньому рівні оволоділи матеріалом до проведення формуючого експерименту 27%, після експерименту їхня кількість зменшилася до 20%. Таким чином, порівняння результатів констатуючого експерименту, і результатів, які були отримані після проведення експериментальної роботи, були значно поліпшені. За даними наведених вище таблиць можемо сказати, що реалізований експеримент певним чином довів ефективність застосування «проблемної ситуації» на уроці «Основи здоров'я». Адже якщо порівняти початкові дані обох груп – учасників дослідження, то показники були приблизно однакові. За такої умови кінцеві результати дослідження експериментальної групи доводять, що застосування методики проблемне навчання під час вивчення теми «Психічна й духовна складові здоров'я», позитивно вплинув на рівень знань учнів. Беремо на себе сміливість стверджувати, що такі дані вказують на ефективність застосування на уроці методики «проблемного навчання».

Логічно буде провести паралельне порівняння результатів тестування здобувачів освіти 9 класу. Наводимо таблицю результатів після її вивчення (див. Таблиця 8 й Таблиця 9).

Показники зацікавленості учнів 9 класу після формувального експерименту (в абсолютних цифрах)

Рівень	Експериментальна група (9-А клас)	Контрольна група (9-Б клас)
високий (кількість відповідей А)	2	6
середній (кількість відповідей Б)	13	14
низький (кількість відповідей В)	15	8
Всього	30	28

Таблиця 9

Показники зацікавленості учнів 9 класу після проведення експерименту та після вивчення теми «Характер і цінності»

Рівень	Експериментальна група (9-А клас)	Контрольна група (9-Б клас)
низький (кількість відповідей В)	7%	21%
середній (кількість відповідей Б)	43%	50%
високий (кількість відповідей А)	50%	29%
Всього	100%	100%

Порівнюючи рівень зацікавленості учнів у предметі між експериментальною та контрольною групою, можемо зазначити, що 50% учнів експериментальної групи виявила високий рівень зацікавленості у вивченні предмету після того, як вони вивчили три теми за допомогою проблемних ситуацій, водночас лише 28% учнів контрольної групи виявила високий рівень зацікавленості у предметі.

Висновки до 2 розділу

На констатувальному етапі експерименту нами було проаналізовано перше рівень знань учнів з розділу «Психічна і духовна складова здоров'я» з

першої теми «Самореалізація особистості», яку учні вже вивчили. З учнями була проведена самостійна робота з завданнями, взятими з підручника «Основи здоров'я» з теми, які вони вже вивчили. Результати показали, що обидві групи мають приблизно однаковий рівень знань з теми – 60-65% учнів показали достатній рівень знань, тобто мали оцінки від 7 до 9 балів.

Формувальний експеримент представляв собою застосування методу проблемних ситуацій при вивченні трьох інших тем розділу «Психічна і духовна складова здоров'я»: «Емоційне благополуччя», «Уміння вчитися» та «Самовиховання характеру» в експериментальній групі. Водночас в контрольній групі викладання здійснювалося традиційним методом. Результати самостійних робіт в експериментальній групі показали зниження кількості учнів, які отримали середні оцінки (з 27% до 20%), зниження кількості учнів з достатнім рівнем знань (з 60 до 33%) та підвищення кількості учнів з високим рівнем знань (з 13 до 47%). Водночас у контрольній групі питома вага учнів з середнім, достатнім та високим рівнем знань не змінилася. Здійснення детального аналізу отриманих даних після завершення формувального експерименту в обох групах дає підстави стверджувати, що при використанні на уроках із дисципліни «Основи здоров'я» у експериментальної групи очевидно є підвищення рівня знань за вивченими темами. Тоді як показники засвоєння навчального матеріалу в групі, де відбувалося навчання традиційним способом мають незначні зрушення.

Рівень зацікавленості учнів був середнім, як і показник активності на уроці. В основному працювали учні із високим рівнем знань та кілька із середнім рівнем. Щодо уроку з учнями групи експериментальною групою, де використовувався метод проблемних ситуацій, за цією ж темою та питаннями до вивчення, то можемо зазначити, що здобувачі освіти активно включилися у виконання інтерактивних вправ, із задоволенням до мозкового штурму про риси характеру доєдналися учні з низьким та середнім рівнем знань. Високий рівень зацікавленості у вивченні предмету виявила половина учнів експериментальної групи (50%), водночас лише 29% учнів контрольної групи проявило високий рівень зацікавленості у предметі. І навпаки, лише 7% експериментальної групи

після проведення експерименту виявило низький рівень зацікавленості у предметі, тоді як в контрольній групі – 21%.

Отримані результати та зроблені висновки після експериментального дослідження дають підґрунтя зазначити, що висунута нами гіпотеза (під час підготовки схеми педагогічного експерименту) є адекватною та достовірною. Однак дослідження потребує додаткових перевірок і проведення спостережень для отримання чіткою статистично-математичної вибірки й подальшої її наукової інтерпретації.

ВИСНОВКИ

В ході дослідження ми дійшли до наступних висновків.

У даній роботі здійснено теоретичне обґрунтування використання методу проблемних ситуацій на уроках «Основи здоров'я» в учнів середніх класів засобами. Теоретичний аналіз проблеми та отримані результати дослідницько-експериментальної роботи дозволили зробити наступні висновки.

Проблемне навчання – це метод навчання, який передбачає активну взаємодію учнів зі складними завданнями, що вимагають пошуку нових знань і рішень. Цей підхід орієнтований на розвиток творчого мислення, пізнавальної активності та вміння вирішувати нестандартні задачі. Головна мета проблемного навчання – не тільки передати знання, але й навчити учнів самостійно здобувати їх і застосовувати на практиці. Сутність проблемного навчання полягає в створенні таких умов, за яких учень зіштовхується з проблемою, яку він не може вирішити на основі наявних знань. Це стимулює його до активного пошуку нових шляхів вирішення та засвоєння нових знань. Таким чином, навчання стає не просто пасивним сприйняттям інформації, а активною діяльністю, спрямованою на подолання інтелектуальних труднощів.

Проблемна ситуація – це момент у освітньому процесі, коли учень усвідомлює недостатність своїх знань для вирішення поставленого завдання. Створення таких ситуацій є ключовим для реалізації проблемного навчання.

Види проблемних ситуацій: 1) Пізнавальна невідповідність. Учень стикається з явищем або фактом, що суперечить його попереднім уявленням. Наприклад, нова інформація, яка йде врозріз із засвоєними знаннями, змушує його шукати пояснення. 2) Пошук способу дії. Учень не знає, як виконати завдання, оскільки знайомі способи або методи не підходять. Наприклад, це може бути задача з кількома невідомими, що вимагає нестандартного підходу.

3) Вибір правильного варіанту рішення. Коли є кілька можливих шляхів вирішення, і учень має оцінити їх, щоб вибрати оптимальний. Це розвиває вміння аналізувати та прогнозувати наслідки. 4) Зіставлення та порівняння. Проблемна

ситуація виникає, коли учню пропонується порівняти два явища, факти або теорії, знайти подібності та відмінності й на основі цього зробити висновки.

Проблемні ситуації характеризуються новизною, трудністю, стимулами до пізнання та чітко поставленими завданнями. Новизна: Учень стикається з чимось незнайомим, що викликає інтерес. Трудність: Завдання виходить за межі звичних знань і потребує додаткових зусиль. Стимул до пізнання: Учень мотивований знайти відповідь, оскільки проблема є цікавою чи актуальною. Чітко поставлене завдання: Проблема має бути зрозумілою та формулюватися так, щоб спрямовувати пошук рішення.

Проблемне навчання сприяє всебічному розвитку особистості, оскільки формує уяву, критичне мислення, самостійність у навчанні та вміння працювати в команді.

Основи здоров'я – це інтегрований освітній компонент, спрямований на формування в учнів здорового способу життя, розуміння цінності фізичного, психічного та соціального благополуччя. У сучасній школі курс «Основи здоров'я» має стратегічне значення, адже забезпечує не лише передачу знань, а й виховання звичок, які допомагають уникати ризиків і зберігати здоров'я.

Завдання курсу «Основи здоров'я» охоплюють формування знань про здоров'я, розвиток практичних навичок, виховання здорових звичок, формування відповідальності за здоров'я.

В умовах зростання рівня стресу, впливу сучасних технологій і поширення шкідливих звичок курс «Основи здоров'я» стає критично важливим. Він не лише допомагає запобігати захворюванням, але й сприяє всебічному розвитку учнів як свідомих і відповідальних громадян. Здорові школярі – це основа майбутнього суспільства.

Застосування методики «проблемної ситуації» на уроках «Основи здоров'я» в середній школі дає змогу поступово, але впевнено переходити від «старої» школи пам'яті до «нової» школи мислення. І результати проведеної розвідки за обраною темою дають підстави стверджувати: методика використання проблемної ситуації активізує розумову діяльність учнів, дозволяє формувати

міцний фундамент знань і вмінь через вибір оптимальних рішень проблем, які вивчаються в інтегрованому курсі «Основи здоров'я».

Результатом здійснення педагогічного експерименту діяльності було досягнення головної мети роботи та успішно виконано всі завдання. Водночас було дотримано наукової етики та основних правил академічної доброчесності. Додатково було з'ясовано, що здобувачі освіти середньої школи потребують формування сучасної системи навичок і вмінь, а також використання додаткових дидактичних ідей для активізації бажання до самонавчання і самоосвіти. Під час виконання цієї роботи визначено та охарактеризовано компонентну структуру проблемного навчання, вказано його 9 ключових принципів. Інформація отримана з наукових праць була систематизована, а основні думки щодо особливостей уроків з «Основи здоров'я» в умовах постковідного періоду і викликів війни – висвітлено через окремі ремарки

В другому розділі цієї роботи здійснено дослідження ефективності використання проблемної ситуації та визначено особливості організації і проведення констатувального та формувального етапу педагогічного експерименту. Експеримент проводився у двох класах, 9-А та 9-Б класі на базі Ізмаїльського ліцею №1 з гімназією з поглибленим вивченням англійської з 01 квітня 2024 р. по 28 квітня 2024 р. На констатувальному етапі досліджували їхні навчальні досягнення з теми «Психічна й духовна складові здоров'я». У контрольному класі (9-Б клас) викладання здійснювалося традиційними методами, а в експериментальному (9-А клас) – із використанням методики проблемних ситуацій. Результати засвідчили високу ефективність цієї методики, що проявилось у зростанні оцінок учнів експериментальної групи та підвищенні їхньої навчальної мотивації. Результати самостійних робіт у експериментальній групі свідчать про зменшення частки учнів із середнім рівнем знань (з 27% до 20%) і достатнім рівнем знань (з 60% до 33%), водночас спостерігалось значне збільшення частки учнів із високим рівнем знань (з 13% до 47%). У контрольній групі розподіл учнів за рівнями знань залишився незмінним.

До проведення формувального експерименту рівень зацікавленості учнів у контрольній групі, як і в експериментальній групі, був середнім, як і їхня

активність на уроці. Переважно працювали учні з високим рівнем знань, а також кілька учнів із середнім рівнем. Натомість під час уроку з експериментальною групою, де застосовувався метод проблемних ситуацій, учні активно виконували інтерактивні завдання. До обговорення долучилися навіть учні з низьким і середнім рівнем знань. Після проведення експерименту високий рівень зацікавленості у предметі показали 50% учнів експериментальної групи, тоді як у контрольній групі цей показник становив лише 29%. Водночас низький рівень зацікавленості продемонстрували 7% учнів експериментальної групи проти 21% у контрольній групі.

Вважаємо, що було опрацьовано достатньо теоретичного матеріалу й виконано коректним чином усі математичні розрахунки аби стверджувати, що використання «проблемного навчання» в середній школі може значним чином покращити навчальні досягнення здобувачів освіти загалом.

Представлена кваліфікаційна робота не вичерпує всіх можливих аспектів наукового дослідження за напрямом проблемного навчання. Але зазначені в ній результати можуть стати базисом для подальших поглиблених досліджень науковцями, що цікавляться методикою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрієнко А. В. Педагогічна психологія: навчальний посібник. Вінниця : Видавництво Академія, 2001. 264 с.
2. Апецько А. М., Биченок А. Ю. Особливості викладання предмета «Основи здоров'я» у 6-9 класах в умовах військового стану. *Крок у науку: дослідження у галузі природничо-математичних дисциплін та методик їх навчання: зб. тез.* 2022. С. 99-100.
3. Бербец В. В., Алаяров Р., Мурадов З. Педагогічний експеримент як провідний метод у науково-дослідній діяльності майбутніх викладачів системи професійно-технічної освіти. *Вісник Українсько-туркменського культурно-освітнього центру: міждисциплінарний науковий збірник.* 2018. Вип.2, Ч. I. С. 14–20.
4. Бобовський Р., Шевчук Л. Вплив використання проблемних ситуацій на розвиток логічного мислення учнів під час вивчення алгебри і початків аналізу. *Перспективи та інновації науки.* 2023. Вип. 10 (28). С. 66-76.
5. Бородова О. В. Організація та методологія дослідження ефективності педагогічних умов для розвитку комунікативних навичок у майбутніх пілотів. *Proceedings of the National Aviation University. Series: Pedagogy, Psychology.* 2017. Вип. 13. С. 41–53.
6. Бутенко В. Г. Педагогічні умови створення проблемних ситуацій на уроках «основи здоров'я» в початковій школі. *Актуальні питання природничо-математичної освіти.* 2018. Вип. 2(12). С. 12–19.
7. Василюшина О. В. Застосування проблемних ситуацій у формуванні готовності майбутніх менеджерів до управлінської діяльності. *Соціально-політичні, економічні та гуманітарні виміри європейської інтеграції України: зб. наук. пр. VIII Міжнар. наук.-практ. конф. (Вінниця, 12 жовт. 2020 р.).* Вип. 27. Вінниця, 2020. С. 27–38.
8. Вем'ян В. Г., Солтисюк Ю. Г. Проблемне навчання – особлива структура творчої навчальної діяльності студентів. *Сучасна наука: теорія і практика.* 2014. Вип. 19. С. 39–46.

9. Власенко О. М. Специфіка викладання спецкурсу «Методика педагогічного експерименту». *Професійна педагогічна освіта: становлення і розвиток педагогічного знання: монографія* / за ред. проф. О. А. Дубасенюк. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. С. 380–396.

10. Волосюк М. А. Проблемне навчання як провідний метод розвиваючого навчання в умовах особистісно орієнтованої парадигми освіти. *Управління школою*. 2005. Вип. 33. С. 16–18.

11. Голубєва М.О., Єгорова В.В. Порівняльний аналіз проблемного навчання та методу випадків і ситуацій. *Наукові записки. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота*. 2004. Вип. 33.С. 7–11.

12. Дяченко Н. Ю. Проблемні ситуації на онлайн уроках німецької мови в старших класах. *Проблеми та перспективи розвитку української науки: матеріали ХСІХ Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (Чернівці, 14 жовт. 2022 р.)*. Чернівці, 2022. С. 51–54.

13. Заплатинський В. Аналіз доповнень та змін у програмі предмету «Основи здоров'я» 6-9 класів у зв'язку з війною. *Освітній дискурс*. 2023. Вип. 2(41). С. 57–96.

14. Кожухова Т. В. Основи психолого-педагогічного дослідження : навч. посібник для наук.-пед. працівників, слухачів ф-тів підвищення кваліфікації вищ. мед. і фармацевт. навч. закладів III-IV рівнів акредитації. Х. : Видавництво НФаУ ; Золоті сторінки, 2002. 240 с.

15. Колмогорова М. І. Особливості застосування технології проблемного навчання на уроках англійської мови. *Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія 17. Теорія і практика навчання та виховання*. 2019. Вип. 31. С. 95–98.

16. Колота К. В. Особливості викладання основ здоров'я в умовах воєнного стану. *Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності: збірник матеріалів VI Міжнародної науково-практичної конференції (Тернопіль, 05–06 жовт. 2023 р.)* / Тернопіль, 2023. С. 138-140.

17. Констатувальний експеримент у системі методів лінгводидактичного та методичного досліджень. *Викладання мов у вищ. навч.*

закл. освіти на сучас. етапі. Міжпредмет. зв'язки : наук. дослідж., досвід, пошуки: зб. наук. пр. 2021. Вип. 38. С. 189-204.

18. Кричун Л. и др. Шляхи до євроінтеграції в освіті: розвивальні й проблемні технології як способи реалізації особистісно орієнтованого навчання з української мови та літератури в сучасній школі. *Scientific Collection «InterConf»*. 2022. Вип. 134. С. 101–110.

19. Лаврентьєва Г.П., Шишкіна М.П. Методичні рекомендації з організації та проведення науково-педагогічного експерименту. Київ : ІТЗН, 2007. 72 с.

20. Лук'янець О. Л., Лук'янець Т. Л. Констатувальний експеримент: ознаки, можливості та проблеми проведення. *Наукові здобутки студентів Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти*. 2015. Вип. 2(4). С. 104–109.

21. Микитенко Н., Шиманська В. Модель цільової ситуації формування лексичної компетентності в професійно орієнтованому усному англomовному спілкуванні майбутніх екологів. *Науково-методичний журнал «Іноземні мови»*. 2023. Вип. 3. С. 26–31.

22. Науменко А. В. Формування елементарних математичних уявлень у дітей старшого дошкільного віку засобами проблемних ситуацій. *Майстерність комунікації у мистецькій і професійній освіті*. 2020. С. 81–84.

23. Ніколаї Г. Ю. Методологія та технологія науково-педагогічних досліджень. Суми : СДПУ ім. А. С. Макаренка, 1999. 106 с.

24. Нова українська школа: poradnik для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібік. Київ : Літера ЛТД, 2018. 160 с.

25. Онешко С. В. Сучасні системи управління інноваційним промисловим підприємством: структури, функції, проблемні ситуації. *Інвестиції: практика та досвід*. 2021. Вип. 19. С. 32–39.

26. ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я 6 – 9 класи Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти : Наказ № 698 від 03.08.2022 Міністерства освіти і науки України. URL:

<https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-5-9-klas/2022/08/15/Navch.progr.2022.osnovy.zdorovia-6-9.pdf>

27. Основи здоров'я: підручник для 9 кл. закл. загальної середньої освіти / І. Д. Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. К. : Видавництво «Алагон», 2020. 224 с.
28. Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. закладів / Т.Є. Бойченко, І.П. Василяшко, О.К. Гурська та ін. Київ : Генеза, 2017. 160 с.
29. Павленко В. В. Проблемні ситуації: поняття і типи. *Нові технології навчання: збірник наукових праць*. 2014. Вип. 83. С. 196–202.
30. Павленко В. В. Теоретичні основи застосування проблемних ситуацій в освітньому процесі вищої школи. *Актуальні проблеми управління освітою і навчальними закладами*. 2021. С. 99–106.
31. Петрик О. Проблемна ситуація як фактор мотивації вивчення української мови молодшими школярами. *Початкова школа*. 2016. Вип. 12. С. 44–46.
32. Повідайчик О. С. Проблемне навчання в процесі підготовки студентів до науково-дослідницької роботи. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2016. Вип. 1-2. С. 45–52.
33. Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти: навчальна програма підвищення кваліфікації соціальних педагогів / авт. кол: В. Г. Панок, Т. Б. Гніда, В. М. Горленко, І. І. Ткачук, Р. А. Мороз, Д. Д. Романовська, Н. В. Сосновенко; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : ДІА, 2021. 48 с.
34. Пономаренко Г. В. Роль інтегрованого курсу «Основи здоров'я» в сучасній школі. *Альманах «QN» : збірник наукових праць студентів VI Всеукраїнської студентської науково-практичної інтернет-конференції «Студентський науковий вимір проблем природничо-математичної освіти в контексті інтеграції України до єдиного європейського і світового освітнього простору» (Глухів, 16-17 травня 2024 р.)*. Вип. 14. Глухів, 2024. С. 305–309.
35. Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти : Постанова № 1392 від 23.11.2011 Законодавство України :

інформ.-пошук. система / Верх. Рада України. URL:
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1392-2011-%D0%BF#Text>

36. Про затвердження Критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів (вихованців) у системі загальної середньої освіти : Наказ № 329 від 13.04.2011 від Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України *Законодавство України : інформ.-пошук. система / Верх. Рада України. URL:*
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0566-11#Text>

37. Про затвердження орієнтовних вимог оцінювання навчальних досягнень учнів із базових дисциплін у системі загальної середньої освіти : Наказ № 1222 від 21.08.2013 р. із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства освіти і науки № 1009 від 19.08.2016. *Законодавство України : інформ.-пошук. система / Верх. Рада України. URL:*
<https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1222729-13#Text>

38. Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року : Розпорядження № 988-р від 14 грудня 2016 р. із змінами, внесеними згідно з Розпорядженням КМ № 592-р від 22.08.2018. *Законодавство України : інформ.-пошук. система / Верх. Рада України. URL:*
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/988-2016-%D1%80#Text>

39. Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу. Навчально-методичний посібник. / Андрєєнкова В. Л., Войцях Т. В., Гриців І. П., Мельничук В. О., Сабліна Н. О., Флярковська О. В., Харківська Т. А. Київ : ГО «Ла Страда-Україна» 2023. 149 с.

40. Ротаньова Н. Ю., Дяченко О. Ф. Організація педагогічного експерименту: етапи проведення та математичні методи аналізу результатів. *Фізико-математическое образование*. 2020. Вип. 3-1 (25). С. 80–86.

41. Сафонова О. Використання проблемних ситуацій у початковій школі. *Креативність особистості як фактор інноваційного розвитку суспільства*. 2020. Т. 2. С. 135–140.

42. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. *Загальна психологія*. Навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 296 с.

43. Сисоєва С.О., Кристопчук Т.Є. Педагогічний експеримент у наукових дослідженнях неперервної професійної освіти: навч. – метод. посіб. Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2009. 460 с.

44. Скафа О. І. Організація педагогічного експерименту в галузі методики навчання математики: сутність і основні етапи проведення. *Дидактика математики: проблеми і дослідження : міжнар. зб. наук. робіт.* 2005. Вип. 23. С. 105–108.

45. Скорик Т. В. Методи проблемного навчання як шлях підвищення якості освіти у вищих навчальних закладах. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки.* 2017. Вип. 144. С. 107–109.

46. Статівка А. М. Констатувальний експеримент у системі методів лінгводидактичного та методичного досліджень. *Викладання мов у вищ. навч. закл. освіти на сучас. етапі. Міжпредмет. зв'язки : наук. дослідж., досвід, пошуки: зб. наук. пр.* 2021. Вип. 38. С. 189–204.

47. Тверезовська Н.Т., Сидоренко В.К. Методологія педагогічного дослідження : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 440 с

48. Топузов О. Типи проблемних ситуацій та їх реалізація на уроках географії в загальноосвітніх навчальних закладах. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету. Серія: педагогіка.* 2008. Вип. 4. С. 153–159.

49. Трегуб О. Д. Організація та методика проблемного навчання майбутніх учителів технологій. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5 : Педагогічні науки: реалії та перспективи.* 2015. Вип. 52. С. 247–253.

50. Фурман А. В. Роль і функції проблемної ситуації в навчанні. *Психологія: Респ. наук. метод. зб.* 1996. Вип. 27. С. 191–196.

51. Холодна М.О. Завдання інтелектуального виховання учнів в умовах сучасної школи [Електронний ресурс] / Сайт проекту «Математика, психологія, інтелект». – Режим доступу: http://fp.nsk.fio.ru/works/022/mpi/psihol_2_2.htm

52. Ягупов В.В. Педагогіка: Навч. посібник. Київ : Либідь, 2002. 560 с.

53. Boltivets S., Stepyko M. The Psychological Trauma Caused by Russia's War against Ukraine Continues: More than 15 Million People need Help. *Mental Health & Human Resilience International Journal (MHRIJ)*. 2025. Вип. 8(1). С. 1–4.
54. Costantino T. E. Problem-based learning: A concrete approach to teaching aesthetics. *Studies in art education*. 2002. Т. 43. Вип. 3. С. 219–231.
55. De Graaf E., Kolmos A. Characteristics of problem-based learning. *International journal of engineering education*. 2003. Т. 19, Вип. 5. С. 657–662.
56. Dolmans D. H. J. M. et al. Deep and surface learning in problem-based learning: a review of the literature. *Advances in health sciences education*. 2016. Т. 21. С. 1087–1112.
57. Ghani A. S. A. et al. Effective learning behavior in problem-based learning: a scoping review. *Medical science educator*. 2021. Т. 31, Вип. 3. С. 1199–1211.
58. Ghufron M. A., Ermawati S. The strengths and weaknesses of cooperative learning and problem-based learning in EFL writing class: Teachers' and students' perspectives. *International Journal of Instruction*. 2018. Т. 11, Вип. 4. С. 657–672.
59. Griffiths Y., Ursik K. Using Active Learning to Shift the Habits of Learning in Health Care Education. *The Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice*. 2003. Т. 2, Вип. 2. С. 1–5.
60. Permatasari B. D. et al. The Influence of Problem Based Learning towards Social Science Learning Outcomes Viewed from Learning Interest. *International Journal of Evaluation and Research in Education*. 2019. Т. 8, Вип. 1. С. 39–46.
61. Polishko Y. Проблемне навчання як предмет дослідження зарубіжних та вітчизняних учених. *Українська професійна освіта*. 2021. Вип. 9–10. С. 77–85.
62. Research methods in psychology / J.J. Shaugnessy, E.B. Zechmeister, J.S. Zechmeister. 5th ed. Boston etc. : McGraw-Hill Higher Education, 2000. 560 p.
63. Siracusa Principles on the Limitation and Derogation Provisions in the International Covenant on Civil and Political Rights. U.N. Doc. E/CN.4/1985/4, Annex from 1985 / United Nations, Economic and Social Council, <https://www.refworld.org/legal/resolution/unchr/1984/en/57200>

64. Trullàs J. C. et al. Effectiveness of problem-based learning methodology in undergraduate medical education: a scoping review. *BMC medical education*. 2022. Т. 22, Вип. 1. С. 104–109.
65. Wang C. C. The process of implementing problem-based learning in a teacher education programme: an exploratory case study. *Cogent Education*. 2021. Т. 8, Вип. 1. С. 68–70.
66. Wood D., Bruner J., Ross G. The role of tutoring in problem solving. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 1976. Vol. 17. P. 89–100.
67. Yew E. H. J., Goh K. Problem-based learning: An overview of its process and impact on learning // *Health professions education*. 2016. Т. 2, Вип. 2. С. 75–79.
68. Zakaria M. I. et al. A systematic review of problem based learning in education. *Creative Education*. 2019. Т. 10, Вип. 12. С. 26–71
69. Ziatdinov Y. K., Voronin A. M. Багатофакторна оцінка проблемних ситуацій. *Problems of Informatization and Management*. 2022. Т. 3. Вип. 71. С. 12–16.

ДОДАТКИ

Додаток А

Тест оцінки рівня зацікавленості учнів у предметі

Тест оцінки рівня зацікавленості учнів у шкільній дисципліні. У тесті 15 питань, кожне з яких має три варіанти відповіді. Варіанти відповіді однакові для кожного питання, але учні можуть вибрати найбільш відповідний варіант залежно від своїх почуттів чи досвіду.

Тест для оцінки зацікавленості в навчальному предметі

Інструкція: Оберіть один із трьох варіантів відповідей, який найбільше відповідає вашій думці.

Варіанти відповідей:

- А) Дуже цікаво / Згоден
- Б) Трохи цікаво / Частково згоден
- В) Нецікаво / Не згоден

Запитання:

1. Як часто ви чекаєте уроку з цього предмета з нетерпінням?
2. Чи подобається вам спосіб, яким викладають цей предмет?
3. Наскільки вам цікаво дізнаватися нову інформацію з цього предмета?
4. Чи вважаєте ви цей предмет корисним для свого майбутнього?
5. Як часто ви берете активну участь у дискусіях або завданнях на уроці?
6. Чи подобаються вам практичні завдання або експерименти, пов'язані з цим предметом?
7. Чи шукаєте ви додаткову інформацію або ресурси з цього предмета поза шкільними уроками?
8. Як часто ви виконуєте домашні завдання з цього предмета із задоволенням?
9. Наскільки вам цікаві теми, які розглядаються у програмі цього предмета?
10. Чи обговорюєте ви цей предмет з друзями або сім'єю?

11. Як ви оцінюєте рівень власної мотивації до вивчення цього предмета?

12. Чи хотіли б ви відвідувати додаткові заняття або гуртки з цього предмета?

13. Як ви почуваетесь під час виконання тестів або контрольних робіт з цього предмета?

14. Чи часто ви застосовуєте знання з цього предмета в реальному житті?

15. Чи плануєте ви пов'язати свою майбутню професію з цим предметом?

Інтерпретація результатів:

- **Більшість відповідей «А»:** Високий рівень зацікавленості. Учень щиро захоплений предметом і активно прагне його вивчати.

- **Більшість відповідей «Б»:** Середній рівень зацікавленості. Предмет викликає у вас певний інтерес, але є місце для покращення.

- **Більшість відповідей «В»:** Низький рівень зацікавленості. Можливо, учню складно знайти мотивацію, або предмет здається йому неактуальним.

Цей тест допоможе вчителю зрозуміти рівень інтересу учнів і скорегувати підходи до викладання.

Завдання для самостійної роботи з теми «Емоційне благополуччя»

Варіант 1	Варіант 2
<p>1. Назвіть види емоцій.</p> <p>2. Розгляньте фотоілюстрації. Назвіть емоції, які виявляють діти, зображені на них. Які з емоцій позитивні, а які - негативні?</p> <p>3. Як впливають на здоров'я позитивні емоції?</p> <p>4. Як можуть вплинути на здоров'я негативні емоції?</p> <p>5. Яку людину вважають емоційно зрілою?</p> <p>6. За алгоритмом прийняття зважених рішень розкажіть, як навчитися контролювати емоції.</p>	<p>7. Чи потрібно підліткам, на вашу думку, приділяти увагу емоційній саморегуляції? Чому?</p> <p>8. Поясніть на прикладі значення емоційного благополуччя для здоров'я і професійного успіху.</p> <p>9. Як ви розумієте твердження українського педагога і письменника Василя Сухомлинського: «Добрі почуття, емоційна культура це серцевина людяності?»</p>

Джерело: Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. закладів / Т.Є. Бойченко, І.П. Василяшко, О.К. Гурська та ін. Київ : Генеза, 2017, с. 69.

Завдання для самостійної роботи з теми «Самовиховання характеру»

Варіант 1	Варіант 2
<p>1. Які умови сприяють ефективному навчанню?</p> <p>2. Проаналізуйте схему «Умови ефективного навчання» на с. 70. Як ви вважаєте, чи пов'язані між собою наведені в схемі умови? Чому? Доведіть на прикладі.</p> <p>3. Доповніть перелік. Чому саме ці умови вибрали?</p> <p>4. Проаналізуйте схему «Види навчання» на с. 71. Назвіть ознаки активного й пасивного навчання.</p> <p>5. Чи вважаєте ви, що активне навчання має переваги перед пасивним? Чому? Відповідь обґрунтуйте.</p>	<p>1. Як людина отримує інформацію про навколишнє середовище?</p> <p>2. Проаналізуйте схему «Типи й ознаки сприйняття інформації, стилі навчання на с. 74. Назвіть типи сприйняття інформації.</p> <p>3. Схарактеризуйте візуальний тип сприйняття інформації.</p> <p>4. Які ознаки аудіального типу сприйняття інформації?</p> <p>5. Як краще сприймає інформацію людина, яка має кінестетичний тип сприйняття інформації?</p>

Джерело: Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. закладів / Т.Є. Бойченко, І.П. Василяшко, О.К. Гурська та ін. Київ : Генеза, 2017, с. 70

Завдання для самостійної роботи з теми «Уміння вчитися»

Варіант 1	Варіант 2
<ol style="list-style-type: none"> 1. Що таке характер? 2. Чому важливо знати риси свого характеру, 3. Проаналізуйте схему «Риси характеру, які допоможуть досягти успіху в житті» на с. 86. Назвіть риси характеру, які слід розвивати підліткам. 4. Назвіть основні позитивні риси характеру, які визначають ставлення до інших людей. Доповніть перелік власними визначеннями. 5. Чому потрібно розвивати силу волі? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Що таке цінності? 2. Які чинники впливають на формування системи цінностей людини? 3. Назвіть загальнолюдські цінності. Можете доповнити перелік? Чому так думаєте? 4. Чому формування власної системи цінностей важливо для людини? 5. Проаналізуйте схему «Етапи формування системи цінностей» на с. 90. Схарактеризуйте кожен етап.

Джерело: Основи здоров'я : підруч. для 9-го класу загально-освіт. навч. закладів / Т.Є. Бойченко, І.П. Василяшко, О.К. Гурська та ін. Київ : Генеза, 2017, с. 87, 92.