

ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ БІОЛОГІЇ

Нога Б.

Бібліографічний опис: Нога Б. ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ БІОЛОГІЇ // Якість освіти в умовах змін: наукові пошуки, педагогічна практика та предметні методики : збірник матеріалів І Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції. Кам'янець-Подільський, 2026. С. 224–227.

Видавець: ГО «Педагогічна платформа “Якість освіти”»

Оригінальні сторінки у збірнику: 224–227

УДК 37.016:57]:613

Богдан Нога, здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями), предметної спеціальності А4.05 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)

Науковий керівник: Колодій Валентина Анатоліївна, кандидат біологічних наук, доцент, завідувач кафедри біології та екології, доцент кафедри біології та екології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

У сучасних умовах реформування системи освіти та посилення уваги до збереження здоров'я молодого покоління особливої актуальності набуває проблема формування в учнів навичок здорового способу життя. Це зумовлено зростанням впливу негативних соціальних, екологічних та поведінкових чинників, які призводять до погіршення стану здоров'я дітей і підлітків, зниження їхньої фізичної активності та формування шкідливих звичок.

У цьому контексті важливу роль відіграє біологічна освіта, яка є природничою основою для формування уявлень про будову та функціонування організму людини, закономірності його життєдіяльності, а також фактори, що впливають на стан здоров'я. Саме біологія забезпечує учнів знаннями про значення раціонального харчування, рухової активності, режиму праці та відпочинку, гігієнічних норм, профілактики захворювань і впливу шкідливих звичок на організм людини.

Водночас на практиці спостерігається певна суперечність між наявністю значного виховного та освітнього потенціалу навчального предмета «Біологія» і недостатнім рівнем сформованості в учнів стійких навичок здорового способу життя. Це пояснюється тим, що в освітньому процесі часто переважає теоретична спрямованість навчання, тоді як практичний компонент, пов'язаний із формуванням поведінкових установок і звичок, залишається недостатньо реалізованим [4].

Крім того, традиційні методи навчання не завжди забезпечують належний рівень усвідомлення учнями практичної значущості біологічних знань для

повсякденного життя. У результаті знання про здоровий спосіб життя часто мають фрагментарний характер і не трансформуються у стійкі поведінкові моделі.

У зв'язку з цим постає необхідність пошуку та впровадження ефективних педагогічних підходів у процесі вивчення біології, які б сприяли не лише засвоєнню теоретичних знань, а й формуванню практичних умінь і стійких навичок здорового способу життя. Особливого значення набуває створення таких умов навчання, за яких учні усвідомлюють особисту відповідальність за стан власного здоров'я та мотивовані до його збереження і зміцнення.

Отже, проблема формування навичок здорового способу життя учнів у процесі вивчення біології є актуальною та потребує подальшого теоретичного обґрунтування і практичного вирішення в умовах сучасної освіти.

Мета дослідження – встановити значення навчального предмета «Біологія» для формування навичок здорового способу життя учнів, а також у виявити педагогічні умови, що забезпечують ефективність цього процесу.

Встановлено, що біологія як навчальна дисципліна забезпечує не лише засвоєння теоретичних знань про будову та функціонування організму людини, а й створює умови для усвідомлення учнями закономірностей збереження та зміцнення здоров'я. Зокрема, вивчення тем, пов'язаних із системами органів людини, обміном речовин, впливом факторів довкілля, гігієною та профілактикою захворювань, сприяє формуванню у школярів цілісного уявлення про здоровий спосіб життя та його значення для повноцінного розвитку особистості [1].

Результати узагальнення наукових підходів свідчать, що ефективне формування навичок здорового способу життя передбачає поєднання когнітивного, діяльнісного та ціннісного компонентів навчання. Це означає, що учні повинні не лише володіти знаннями про здоров'я, але й уміти застосовувати їх у повсякденному житті, а також усвідомлювати їхню особистісну значущість [5].

Біологія, як інтегративна наука, забезпечує можливість поєднання теоретичного матеріалу з практично орієнтованими завданнями, що сприяє формуванню стійких поведінкових моделей.

Важливим результатом аналізу є визначення того, що найбільш ефективними є такі форми організації навчання, які мають практичну та життєво орієнтовану спрямованість. Зокрема, використання ситуаційних завдань, аналізу життєвих кейсів, міні-проектів, дискусій, дослідницьких завдань та міжпредметних зв'язків дозволяє підвищити рівень усвідомлення учнями значення здорового способу життя [2, 3]. Такі підходи сприяють активізації пізнавальної діяльності, розвитку критичного мислення та формуванню відповідальної поведінки щодо власного здоров'я.

Встановлено також, що процес формування навичок здорового способу життя є поступовим і залежить від системності педагогічного впливу. Одноразове подання інформації не забезпечує стійкого результату, натомість регулярне включення здоров'язбережувального змісту в різні теми курсу біології сприяє його глибшому засвоєнню та закріпленню у свідомості учнів.

Разом із тим, у ході аналізу виявлено певні труднощі, що ускладнюють ефективну реалізацію цього процесу. Серед них – перевага теоретичного викладу навчального матеріалу над практичною складовою, обмеженість навчального часу, недостатня увага до формування поведінкових навичок, а також різний рівень мотивації учнів до збереження власного здоров'я [5]. Це зумовлює необхідність удосконалення методичних підходів до навчання біології з акцентом на практичну спрямованість та інтерактивні форми роботи.

Отже, результати проведеного аналізу дозволяють стверджувати, що навчальний предмет «Біологія» має значний потенціал для формування навичок здорового способу життя учнів. Його ефективна реалізація можлива за умови системного поєднання теоретичних знань із практичною діяльністю, посилення мотиваційного компонента навчання та створення умов для усвідомленого ставлення учнів до власного здоров'я.

Список використаних джерел

Державний стандарт базової середньої освіти. Постанова Кабінету Міністрів України № 898 від 30.09.2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-п>

Легостаєва Т., Бурхович М. Застосування ігрових методів навчання на уроках біології в закладах середньої освіти. Витоки педагогічної майстерності. 2025. № 36. С. 139-143. <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2025.36.339446>

Новик І.М., Левонюк А.В. Формування позитивної мотивації до навчання у молодших школярів засобами ігрових прийомів. Молодий вчений. 2019. № 5 (69). С. 156-159. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-5-69-34>

Оверко М. В. Ігрові технології навчання як чинник формування предметної компетентності учнів з біології: кваліфікаційна робота. Одеса, 2022. 82 с.

Ріпак М. О., Семенова Н. В. Формування здорового способу життя учнів середнього шкільного віку засобами освітнього середовища. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2025. Вип. 19. <https://phm.cuspu.edu.ua/ojs/index.php/SNYS/article/view/2005/pdf> (дата звернення: 07.04.2026).