

## Основи здоров'я

Предмет «Основи здоров'я» має головною мету – розвивати в учнів здоров'язбережувальну компетентність: набувати знань про здоров'я і безпеку, розвивати навички безпечної поведінки для життя і здоров'я, набувати досвіду здорового і безпечного способу життя, формувати в учнів ціннісне ставлення до власного життя і здоров'я.

Тому при оцінюванні навчальних досягнень учнів необхідно враховувати володіння ними здоров'язбережувальними компетенціями, що виражаються у дієвості знань, умінь і навичок, мотивацій до здорового і безпечного способу життя та його дотримання.

В основу оцінювання навчальних досягнень учнів покладено об'єкти і характеристики навчальних досягнень учнів, які адекватно відображають рівень оволодіння ними здоров'язбережувальними компетенціями. Їх перелік наведено у таблиці.

| Об'єкт оцінювання  | Характеристики навчальних досягнень   |
|--|---|
| 1. Знання  | <b>Називає</b> (елементи, складові, принципи, предмети, явища щодо здоров'я і безпеки, способи здоров'язбережувальної діяльності )  |
|  | <b>Пояснює</b> (деталізує, доводить, аргументує свою відповідь)   |
|  | Аналізує (виділяє істотні ознаки предметів і явищ, основні елементи і складники, встановлює функціональні і причиновонаслідкові зв'язки щодо здоров'я і безпеки)  |
|  | <b>Оцінює</b> (порівнює варіанти фактів, уявлень, понять щодо здоров'я та безпеки; визначає їх переваги і недоліки; обирає відповідні критерії для упорядкування цих варіантів)   |
| 2. Уміння і навички                                      | <b>Відтворює</b> (у стандартних ситуаціях виконує дії, які складають відповідні здоров'язбережувальні уміння і навички)*  |
|  | <b>Застосовує</b> (демонструє здатність застосовувати здоров'язбережувальні уміння і навички у частково змінених ситуаціях; виявляє здатність творчо мислити, аналізувати і оцінювати нові/частково змінені ситуації, адекватно застосувати здоров'язбережувальні уміння і навички в ситуаціях, передбачених програмою і частково змінених) |
|  | <b>Розвиває</b> (характеризує здатність визначити конкретні цілі, встановлювати пріоритети, скласти план дій, налаштуватися на успіх, наполегливо удосконалювати навички, сприятливі для здоров'я і безпеки)  |
| 3. Мотивація   | <b>Позитивні ставлення</b> (демонструє усвідомлення цінності і переваг здорового і безпечного способу життя для себе та оточуючих)  |
|  | <b>Позитивні наміри</b> (демонструє психологічну налаштованість на дотримання правил здорового способу життя і безпечної життєдіяльності)   |
|  | <b>Рішучість</b> (демонструє усвідомлення учнем необхідності докладання особистих зусиль; його послідовність і наполегливість у реалізації позитивних намірів щодо здоров'я та безпечної життєдіяльності)   |
| 4. Реальна поведінка (діяльність у конкретних ситуаціях) | <b>Здоров'язбережувальна</b> (дотримується правил здорового і безпечного способу життя особисто)  |
|  | <b>Адвокаційна</b> (сприяє залученню до здорового і безпечного способу життя інших; характеризує активну і соціально спрямовану життєву позицію учня, його здатність пропагувати, переконувати, підтримувати інших)   |

\* Перелік базових умінь і навичок з основ здоров'я має місце у чинній програмі предмета «Основи здоров'я».

Для визначення конкретного бала, окрім вищенаведених, додатково враховуються такі чинники: зовнішня допомога (повна підтримка вчителя, часткова допомога вчителя, самостійне виконання завдань, творче виконання завдань) і повнота оволодіння учнем навчальним матеріалом (елементи програми, фрагменти програми, програмовий обсяг, діяльність поза межами програмових вимог).

Усі види оцінювання навчальних досягнень учнів здійснюються за характеристиками, наведеними в таблиці.

| Рівні навчальних досягнень та їх узагальнені ознаки   | Бали | Характеристики навчальних досягнень   |
|---|------|---|
| <b>Початковий</b><br>✓<br><b>Знання:</b><br>Називає<br>Відтворює<br>✓<br><b>Уміння:</b><br>Відтворює<br>елементи  | 1    | Учень (учениця) за допомогою вчителя називає окремі факти і уявлення програмового матеріалу; потребує постійної активізації та контролю   |
|   | 2    | Учень (учениця) за допомогою вчителя та з використанням підручника, наочності називає окремі факти, характеризує окремі уявлення програмового матеріалу; за керівництвом і повною допомогою вчителя відтворює окремі дії здоров'язберезувальних навичок, копіює їх; потребує активізації та контролю  |
|   | 3    | Учень (учениця) користуючись підручником, наочністю називає окремі факти, уявлення, відтворює їх зміст, але не розкриває їх сутності; за безпосередньою допомогою вчителя відтворює окремі дії здоров'язберезувальних навичок; потребує активізації та контролю   |
| <b>Середній</b><br>✓<br><b>Знання:</b><br>Називає<br>Відтворює<br>Пояснює<br>✓<br><b>Уміння:</b><br>Відтворює<br>Частково застосовує<br>✓<br><b>Мотивація:</b><br>Позитивні ставлення<br>✓<br><b>Реальна поведінка:</b><br>Частково здоров'язберезувальна | 4    | Учень (учениця) з використанням підручника і наочності фрагментарно називає і відтворює уявлення та елементарні поняття; за незначної допомоги вчителя відтворює за зразком окремі дії здоров'язберезувальних навичок; виявляє ознаки позитивного ставлення до здоров'я і безпеки в окремих ситуаціях; епізодично виконує окремі правила здорового способу життя; потребує стимулювання вчителя                                   |
|   | 5    | Учень (учениця) з використанням підручника і наочності відтворює уявлення та елементарні поняття; за допомогою вчителя частково пояснює свою відповідь; за зразком самостійно відтворює окремі дії здоров'язберезувальних навичок; виявляє позитивне ставлення до здоров'я і безпеки; дотримується окремих правил здорового способу життя; потребує стимулювання вчителя  |
|   | 6    | Учень (учениця) самостійно відтворює уявлення і поняття, за незначної допомоги вчителя розкриває їх сутність; за підтримки вчителя називає правила поведінки у стандартних ситуаціях; за допомогою вчителя у стандартних ситуаціях відтворює здоров'язберезувальні навички; виявляє позитивне ставлення до здоров'я і безпеки; несистематично дотримується основних правил здорового способу життя; потребує стимулювання вчителя |

|  |                            |   |
|--|----------------------------|---|
| <p><b>Достатній</b><br/>✓<br/><b>Знання:</b><br/>Називає<br/>Пояснює<br/>Аналізує<br/>✓<br/><b>Уміння:</b><br/>Відтворює<br/>є<br/>Застосовує<br/>є<br/>✓<br/><b>Мотивація:</b><br/>Позитивні ставлення<br/>Позитивні наміри<br/>✓<br/><b>Реальна поведінка:</b><br/>Здоров'язбережувальна</p> | <p>7</p> <p>8</p> <p>9</p> | <p>Учень (учениця) за незначної допомоги вчителя відтворює знання □в програмовому обсязі, пояснює сутність уявлень і понять; за допомогою вчителя аналізує ситуації, передбачені програмою; за допомогою вчителя застосовує здоров'язбережувальні уміння і навички за аналогією у стандартній ситуації; за спонукую вчителя висловлює оцінні судження про стан власного здоров'я і власну поведінку в ситуаціях, передбачених програмою; дотримується основних правил здорового способу життя</p> <p>Учень (учениця) самостійно відтворює програмовий зміст матеріалу, пояснює відповіді прикладами з підручника; за допомогою вчителя аналізує ситуації, передбачені програмою, встановлює причиннонаслідкові зв'язки між складовими здоров'я та природними і соціальними чинниками; за незначної допомоги вчителя застосовує здоров'язбережувальні уміння і навички у стандартних ситуаціях; висловлює оцінні судження про стан власного здоров'я і власну поведінку в ситуаціях, передбачених програмою; дотримується основних правил здорового способу життя</p> <p>Учень (учениця) самостійно відтворює програмовий матеріал, аргументовано пояснює його на прикладах з підручника та власного досвіду; аналізує причиннонаслідкові зв'язки на програмовому змісті матеріалу; самостійно застосовує здоров'язбережувальні уміння і навички у стандартних ситуаціях; виявляє позитивні наміри щодо власного здоров'я і власної поведінки в ситуаціях, передбачених програмою; дотримується правил здорового способу життя</p> |
| <p><b>Високий</b><br/>✓<br/><b>Знання:</b><br/>Називає<br/>Пояснює<br/>Аналізує<br/>Оцінює<br/>✓<br/><b>Уміння:</b><br/>Відтворює<br/>є<br/>Застосовує<br/>є<br/>Розвиває<br/>✓</p>  | <p>10</p> <p>11</p>        | <p>Учень (учениця) самостійно відтворює зміст навчального матеріалу, аргументовано пояснює свої відповіді на прикладах із життя; за незначної допомоги вчителя аналізує нестандартні ситуації, встановлює причиннонаслідкові зв'язки, робить висновки; за підтримки вчителя оцінює різну інформацію щодо здоров'я і безпеки, несистематично користується додатковими джерелами інформації за окремими темами; за незначної допомоги вчителя застосовує здоров'язбережувальні уміння і навички в нестандартних ситуаціях; виявляє позитивні наміри щодо власного здоров'я і власної поведінки в нестандартних ситуаціях; дотримується правил здорового способу життя</p> <p>Учень (учениця) оперує програмовим матеріалом, пояснює, аналізує й оцінює значимість набутих знань для власного здоров'я; аналізує нестандартні ситуації, встановлює причиннонаслідкові зв'язки, робить висновки, пропонує варіанти обґрунтованих рішень; оцінює різну інформацію щодо здоров'я і безпеки, користується додатковими джерелами інформації; самостійно застосовує здоров'язбережувальні уміння і навички в нестандартних ситуаціях; виявляє наполегливість і рішучість щодо власного здоров'я і власної поведінки в нестандартних ситуаціях; дотримується правил здорового способу життя, переконує інших вести здоровий спосіб життя</p>  |

|   |           |  |
|---|-----------|--|
| <p><b>Мотивація:</b><br/>Позитивні ставлення<br/>Позитивні наміри<br/>Рішучість</p> <p>✓<br/><b>Реальна поведінка:</b><br/>Здоров'яз бере жувальна<br/>Адвокацій на</p> | <p>12</p> | <p>Учень (учениця) оперує програмовим матеріалом, пояснює, аналізує й оцінює значимість набутих знань для власного здоров'я і для здоров'я інших; аналізує нестандартні ситуації, встановлює причиннонаслідкові зв'язки між складовими здоров'я та його чинниками, робить висновки, узагальнення, самостійно приймає обгрунтовані рішення; оцінює різну інформацію щодо здоров'я і безпеки, поширює інформацію, отриману з додаткових джерел; застосовує здоров'язбережувальні уміння і навички в нестандартних ситуаціях з елементами творчості; виявляє наполегливість і рішучість щодо власного здоров'я та здоров'я інших, власної поведінки та поведінки інших у нестандартних ситуаціях; дотримується правил здорового способу життя, залучає інших до здорового способу життя</p> |
|---|-----------|--|

Оцінка з основ здоров'я має бути інструментом підтримки і заохочення на досягнення позитивних змін у знаннях, уміннях, мотиваціях і реальній поведінці (учителю потрібно пам'ятати, що в початковій школі навчальні досягнення учнів з основ здоров'я не підлягають оцінюванню). Тому необхідно позитивно оцінювати кожний крок учня (учениці), спрямований на:

- 1) підвищення рівня знань про здоров'я і безпеку життєдіяльності, здоровий спосіб життя, уміння використовувати здобуті знання для зміцнення здоров'я;
- 2) набуття умінь і навичок, що сприяють підвищенню рівня фізичної, соціальної, духовної та психічної складових здоров'я;
- 3) позитивне ставлення до здоров'я і дотримання правил здорового і безпечного способу життя.