



РОЛЯТА НА ПРОЕКТНО-БАЗИРАНОТО ОБУЧЕНИЕ ЗА ФОРМИРАНЕ НА ЗДРАВНА
КУЛТУРА У УЧЕНИЦИТЕ ОТ НАЧАЛНА УЧИЛИЩНА ВЪЗРАСТ

Евдокия Стефанова¹
Мариел Иванов²

THE ROLE OF PROJECT-BASED EDUCATION FOR THE FORMATION OF HEALTH
CULTURE IN PRIMARY-SCHOOL STUDENTS

Evdokiya Stefanova
Mariel Ivanov

***Abstract:** The study aims to reveal the significance of project activities for improving the health culture of primary-school students. To achieve the goal, a survey was conducted with teachers and students engaged in the field of primary-school education.*

***Keywords:** project-based education, health culture, primary-school age*

Въведение

Съвременното образование трябва да е ориентирано не само към формиране на ключови компетентности, но и към създаване на благоприятна и здравословна образователна среда. От друга страна ключовите компетентности са в различни сфери на познанието, включително и здравословния начин на живот. Здравната компетентност се определя като девета ключова компетентност и интегрира съвкупност от знания, умения и нагласи, които индивидът притежава относно собственото си здраве и благополучие и това на околните.

В условията на нарастващи здравни предизвикателства като затлъстяване, диабет, сърдечно-съдови заболявания и други, формирането на здрава култура у младите хора става все по-важно. Училището като образователна институция, играе ключова роля в този процес, предоставяйки необходимите знания и умения на учениците, за да могат те да бъдат информирани и да правят

¹ **Евдокия Стефанова** – доцент, д-р по педагогика на обучението по ... (Методика на обучението по човек и общество и човек и природа), катедра „Начална училищна педагогика“, Педагогически факултет, Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методий“

² **Мариел Иванов** – възпитаник на ВТУ „Св. св. Кирил и методи“. Завършил образователна програма „Предучилищна и начална училищна педагогика“.

здравословни избори. „Грижете за детското здраве следователно трябва да бъдат мислени като инвестиция в бъдещи здрави поколения. Именно през детството се поставят основите на човешкото здраве с тенденция за осигуряване по-висок здравен статус на човешкия капитал“ (Ангелова 2020: 400).

Приложението на проектно-базираното обучение се определя като ефективен интерактивен метод за интегриране на различни сфери на познания включително и здравни. Учениците могат да се включват в изследвания за здравословното хранене, организиране на спортни събития, създаване на информационни кампании за превенция на заболявания и много други. Чрез участие в такива дейности те не само усвояват теоретични знания, но и придобиват практически умения, които могат да прилагат в реалния живот и така се научат да поддържат добро здраве през целия си живот. То осигурява интерактивност, сътрудничество и вяра в собствените потенциали за решаване на реални проблеми в рамките на взаимодействието „човек – общество – природа“ (Ангелова 2015: 47).

Въпреки множеството предимства на проектно-базираното обучение, неговото внедряване в учебния процес не е без предизвикателства. Учителите трябва да бъдат добре подготвени, за да могат ефективно да планират и ръководят проектите. Необходими са също така подходящи учебни ресурси и материали, както и подкрепа от страна на училищната администрация и родителите.

Методология

В настоящата студия **цели** да се представят резултати от проведено проучване и осъществен анализ на влиянието на проектно-базираното обучение за интегриране на здравното образование в учебно-възпитателния процес, реализиран в начална училищна възраст. В изложението се привеждат доказателства в подкрепа на неговото положително въздействие за осъществяването на този процес.

Съобразно така формулираната цел се поставят следните по-важни задачи за реализиране на емпиричното изследване:

1. Да се разработят анкетни карти за учители и ученици с цел установяване мнението на респондентите за ролята на проектно-базираното обучение при формиране на здравна култура у учениците от начална училищна възраст.

2. Да се реализира анкетното проучване сред субектите на учебно-възпитателния процес – учители и ученици.

3. Да се обобщят и анализират резултатите от емпиричното изследване.

За постигането на така поставената цели и реализирането на задачите са използвани следните методи:

• Анкетно проучване

Анкетното проучване е осъществено чрез изготвена **анкетна карта**, предназначена за попълване от начални учители и ученици предимно от четвърти клас, тъй като те имат повече възможности за реализиране на проектна дейност. Включени са общо 50 педагози от цялата страна и 25 ученици от два класа.

В някои от въпросите е осигурена възможност за свободен отговор с цел придобиване на по-ясна представа за мнението на анкетираните по разглежданата проблематика. Поради спецификата на проучваното тематично поле е дадена възможност на респондентите на някои от въпросите да посочат повече от един отговор.

• Математико-статистически методи

Използват се за обработване на набраните количествени и качествени данни от анкетното проучване. Основната величина е средноаритметична величина и % на съответния брой отговорили. На въпросите с възможност за повече от един отговор е изчислена средна стойност, съобразно общия брой анкетираните.

• Графични методи

За нагледното изразяване на получените резултати, тяхното обобщаване и представяне са използвани диаграми.

• *Описателен анализ*

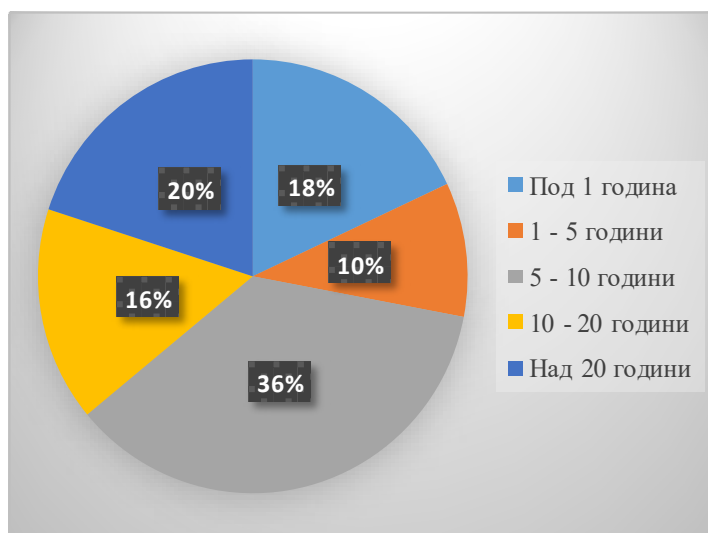
Извърши се описателен анализ на получените данни от анкетното проучване с учители и ученици.

Резултати

1. Анализ на резултатите от анкетно проучване с учители

Настоящият анализ на резултатите от проведеното анкетно проучване с учители е предназначен да осигури цялостно разбиране на въздействието и ефективността на проектно-базираното обучение върху здравната компетентност на учениците от първи до четвърти клас. Обхванати са различни аспекти от педагогическата практика на респондентите включително видовете проекти, които възлагат на учениците, ресурсите и подкрепата, които използват, и техните оценки за ангажираност и успех на тези дейности. Събраните данни предоставят ценна информация за това как обучението, базирано на проекти, може да бъде интегрирано в началното образование, за да отговори на нуждите на учениците и да подобри тяхната здравна култура.

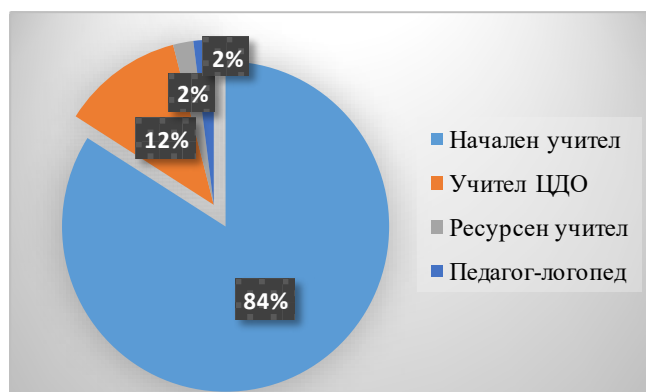
Процентното съотношение на трудовия стаж на учителите, участвали в изследването, е разнообразно. Най-голяма е групата педагози (36%), които имат професионален опит между 5 и 10 години. Едва 20% от респондентите са ангажирани повече от 20 години в сферата на образованието. Почти толкова са и учителите (18%) с по-малко от една година трудов стаж. Учителите с 10 до 20 години стаж представляват 16% от анкетираните, 10% са тези с 1 до 5 години професионален опит. (виж фигура 1)



Фигура 1. Процентно разпределение на анкетираните учители съобразно трудовия им стаж

Най-голямата част от педагозите, взели участие в анкетата (84%), са начални учители. За целите на изследването е необходимо основната част от изследваните данни и мнения да идват от учители, които работят с ученици в началния етап на образованието, тъй като тази група респонденти играе ключова роля в изграждането на основните здравни знания, умения и навици на децата.

Учителите на целодневна организация на обучение (ЦДО) съставляват 12% от респондентите, попълнили анкетната карта, 2% са ресурсни учители и също толкова са логопеди (2%). (виж фигура 2)



Фигура 2. Процентно разпределение на анкетираните учители по заемана длъжност в образователната система

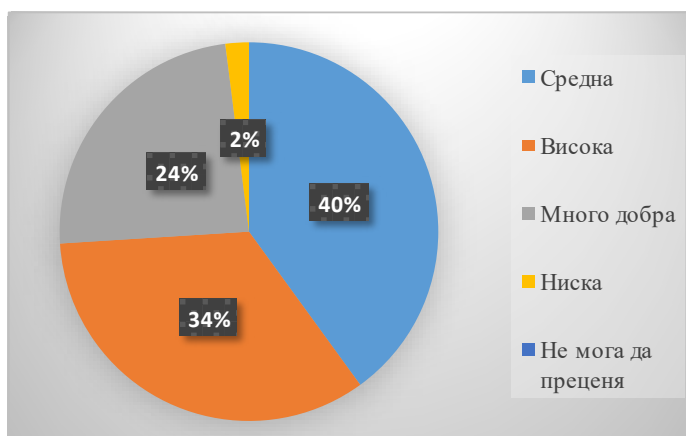
Авторски интерес представлява нагласата на анкетираните са интегриране на здравното образование в учебно-възпитателния процес в начална училищна възраст. Това се анализира и установява още при отговорите на първия въпрос, от който ясно се вижда, че повече от половината респонденти (64%) заявяват, че правят това при всяка възможност. За не малка част – 14% от учителите, здравното образование е важна и неразделна част от педагогическата им практика, тъй като те го включват често в обучението. Това дава основание да се заключи, че макар и не винаги, участниците в анкетното проучване активно се стремят да включат здравни теми в своите уроци. Други 10% от респондентите споделят, че понякога интегрират здравното образование. Това се дължи на факта, че конкретните обстоятелства или темата на урока не винаги позволяват това. Едва 6% от анкетираните посочват, че рядко реализират междупредметна връзка със здравното образование в своята практика и също толкова (6%) заявяват, че правят това, но само ако учебното съдържание го изисква. Тази група от учители се ръководят стриктно от учебните програми и планове. Положителна тенденция е фактът, че никой от педагозите не е посочил, че никога не осъществява интегративни връзки със здравното образование. Това е индикатор, че всички учители, макар и в различна степен, намират място за здравните теми в своята работа. Няма и анкетираните, които да не могат да изкажат мнение по този въпрос. Това дава основание да се заключи, че всички участници в анкетната карта имат ясна представа за разглежданата проблематика и възможностите за интегриране на здравното образование в тяхната педагогическа практика (виж фигура 3).



Фигура 3. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Колко често включвате теми, свързани със здравното образование във Вашата педагогическа практика?“

Оценката на педагозите за здравната култура на техните ученици за повече от половината е отлична (34%) или много добра (24%). Важно е да се отбележи, че голяма група от анкетирани (40%) я оценяват като средна. Това показва, че според мнозинството обучаващите се в начална училищна възраст имат основни познания и навици, свързани със здравето, но те трябва да се развиват и подобряват.

Едва 2% от педагозите са оценили здравната култура на учениците си като ниска. Това е положителен знак и показва, че няма сериозни дефицити в това тематично поле. Също така няма анкетирани, които да са посочили, че не могат да преценят (0%), което дава основание да се констатира, че всички педагози имат ясна представа за здравната култура на своите ученици и могат точно да преценят възможностите им. Това е важно за целенасоченото планиране и подобряване на образователните програми (виж фигура 4).



Фигура 4. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Как оценявате здравната култура на Вашите ученици?“

В следващия въпрос от анкетната карта учителите в свободен отговор изразяват мнението си за причините за дадената от тях оценка за нивото на здравна култура на учениците им. Анализът на мненията на педагозите отчита две основни позиции – посочване на положително влияние на някои фактори и причини за недостатъци. Към първата и втората група основно се определя семейството. Като положително въздействие се конкретизират разговори с детето, водене на здравословен начин на живот от родителите като добър пример за възпитание, висока образованост в областта на здравното образование (някои родители са ангажирани в сферата на здравеопазването и медицината) и други. Впечатление прави, че малка част от педагозите изтъкват като положителни фактори за въздействие върху здравата култура образователните институции и реализирането на здравни програми и добра педагогическа подготовка в рамките на обучението на ученици.

Като недостатъци основно в семейната среда се посочват недостатъчната заинтересованост от страна на родителите, липса на ангажираност по разглежданата проблематика, ниската им образованост и влиянието на родителските приоритети и интереси, забързаното и динамично ежедневие, ниската степен на включването им в здравното образование и взаимодействие с образователните институции, техният социален статус и образованост по темите за здравно образование и други.

Един по-задълбочен и разширен отговор на анкетирания учител обобщава вижданията на респондентите: „Здравната култура на учениците може да се дължи на различни фактори, като например семейното възпитание, образователната среда, медийните влияния, социалните интеракции и други. Затова е важно да се провеждат систематични оценки и мониторинг на здравната култура на учениците, за да се идентифицират проблемни области и да се предприемат подходящи мерки за подобряване на здравното състояние и поведение на учениците.“

Изводът от анализа на мненията на учителите е, че здравната култура на учениците е резултат от множество фактори, сред които ключова роля играят семейното възпитание и ангажира-

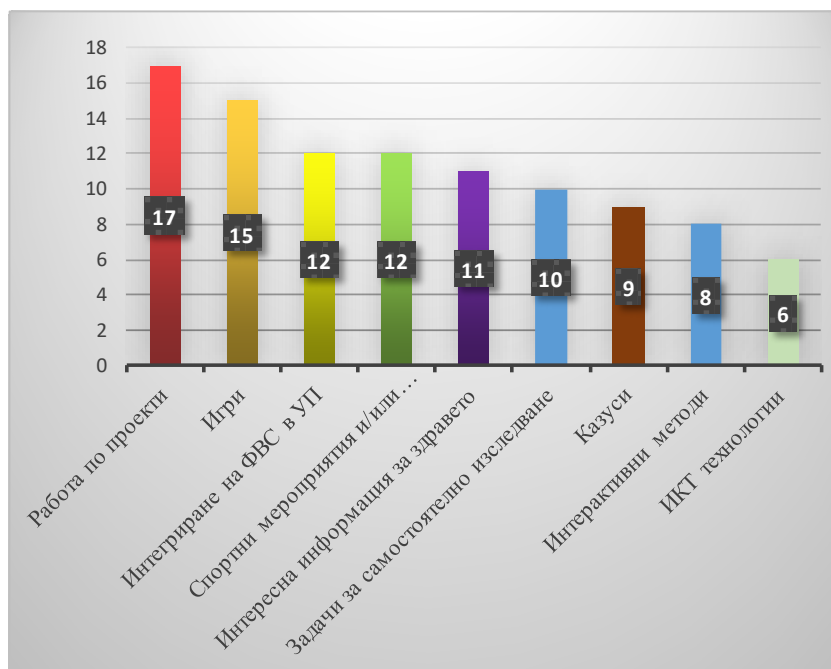
ността на родителите. Прави впечатление, че въпреки високата оценка, която дават за здравната култура на своите възпитаници, педагозите посочват предимно недостатъци и то предимно в семейната среда, което дава основание да се заключи, че тя има нужда да се развива. Като основни приоритети в тази насока трябва да е съвместната работа между образователни институции и семейна среда.

Анкетната карта продължава с още един отворен въпрос, чрез който респондентите имат възможност да изразят своето становище за срещани трудности в тяхната практика при усвояването на здравни знания от учениците им. Като основни такива се открояват: липса на дисциплина и елементарна обща култура, ниска концентрация, трудности с терминологията и претоварване с информация, ниска мотивацията за физическа активност и интерес към спорни дейности и прояви, отрицателно влияние на родителите и външни фактори, недостатъчно учебно време за интегриране на здравно образование и трудности при прилагане на здравните знания в ежедневни ситуации от реалния им живот. Натоварените учебни програми и ориентацията към подготовка за национално външно оценяване (НВО) по български език и литература (БЕЛ) и математика намаляват времето и възможностите за реализиране и интегриране други области на познание, включително и здравно образование.

Следващият въпрос е свързан с провокиране на интереса на учениците към здравни теми и тяхното насърчаване за придобиване на здравни знания. Осигурена е възможност за повече от един отговор, затова резултатите са приравнени към 100%, тъй като респондентите дават разнообразни по брой и вид отговори.

Най-често използваният от анкетираните метод е работата по проекти (17%). Той позволява задълбочени изследвания, свързани със здравето на човека, чрез които се развиват и практически умения, като същевременно с това се осигурява възможност за самостоятелно или екипно планиране на дейностите, усъвършенстване на изследователски способности, комуникативни умения и други. Това го определя като ефективен и популярен начин за ангажиране на обучаваните и стимулиране на тяхното любопитство не само по-отношение на учебно-възпитателния процес, но и в частност към здравните теми.

Игровият метод е вторият най-често използван и предпочитан от 15% от респондентите. На трето място е интегрирането на физическото възпитание и спорт в учебните предмети. То се определя като често приложимо, тъй като 12% от педагозите го използват за провокиране на интерес към здравното образование на своите ученици. Това насърчава здравословния начин на живот и показва как физическата активност може да бъде част от ежедневието им, дори и в контекста на други учебни дисциплини. Организиране на спортни мероприятия или състезания е също толкова предпочитана дейност (12%) от учителите. Техният принос е не само от мотивирането към физическата активност, но и от създаването на възможности за социализация и изграждане на отборен дух сред обучаващите се. Почти равен е броят на анкетираните (11%), които насърчават своите ученици към здравното образование, чрез предоставяне на любопитна, интересна и допълнителна информация и респондентите (10%), които предпочитат предоставянето на задачи за самостоятелно изследване или решаване на казуси (9%). Това стимулира учениците да бъдат активни участници в своето обучение и да търсят информация самостоятелно, като по този начин развиват критично мислене, изследователски умения, прилагат своите знания на практика и развиват умения за решаване на проблеми в реални ситуации. Използване на интерактивни методи е избрано от 8% от респондентите, а 6% прилагат информационни и комуникационни технологии (ИКТ) за провокиране на интереса към здравни теми. Технологиите предоставят разнообразни и интерактивни начини за представяне на информация, което може да бъде много ефективно в цялостния учебно-възпитателен процес и в частност при интегриране на здравно образование (виж фигура 5).



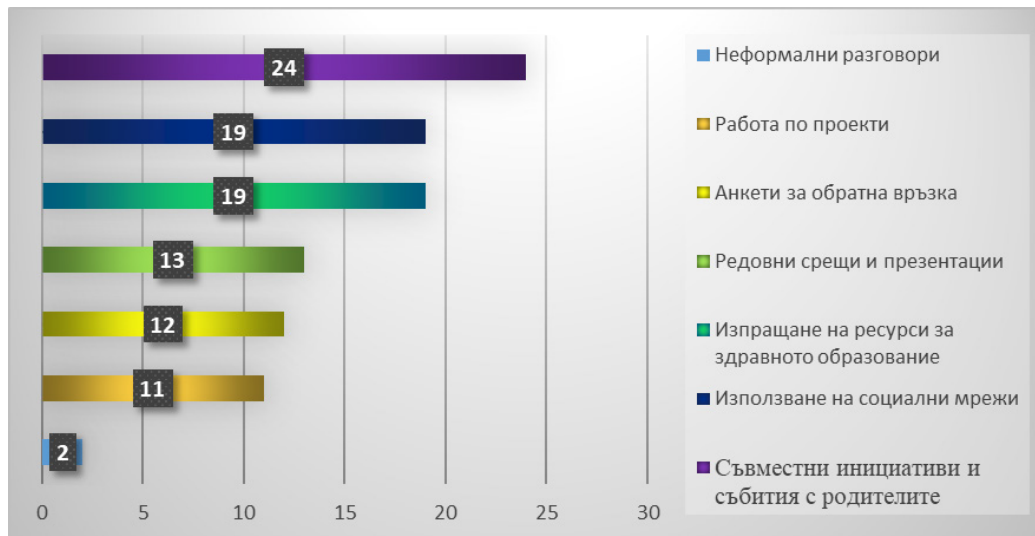
Фигура 5. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Как провокирате интереса на учениците си към здравни теми и ги насърчавате да придобиват знания в тази област?“

Авторски интерес представляват намеренията на респондентите за изграждане на сътрудничество с родителите за формиране на здравна култура на своите ученици и начините, по които се осъществява това. Отново участниците в анкетата имат възможността да изберат повече от един отговор, а резултатите са причислени към 100%.

Изборът на учителите е многоаспектен, като най-голям процент от респондентите посочват съвместните инициативи и събития (24%). Те включват организиране на събития и активности, които ангажират както учениците, така и техните семейства, насърчвайки съвместно участие и обмен на здравни знания. Еднакъв е броят на педагозите, които използват социалните мрежи (19%) и изпращането на ресурси за здравно образование на родителите. Социалните мрежи предоставят лесен и достъпен начин за комуникация, споделяне на информация и ресурси със семейната среда. Това включва разпространение на образователни материали, статии и други материали, чрез които родителите да поддържа добър здравословен начин на живот у дома и така да образоват и възпитават децата си в синхрон с училището.

Редовните срещи и презентации се определят също като ефективни и приложими от 13% от анкетираните. Те дават възможност за директен контакт и обсъждане на важни здравни теми, като същевременно изграждат доверие и сътрудничество между учителите и родителите. Почти толкова от респондентите (12%) посочват анкетите за обратна връзка, защото така имат възможност да събират мнения и предложения от семейната среда, да проучат здравният им статус и така по-ефективно да отговорят на техните нужди и очаквания.

По този въпрос работата по проекти е предпочитан метод едва от 11% от учителите, а 2% от респондентите посочват неформалните разговори, за обсъждане, обмен на информация и идеи по здравни проблеми (виж фигура 6).



Фигура 6. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Кои са Вашите предпочитани начини за изграждане на сътрудничество с родителите в областта на здравното образование?“

Резултатите, представени чрез следващата графика (виж фигура 7), илюстрират мненията на учителите относно значението на проектно-базираното обучение за интегрирането на здравното образование в начална училищна възраст. Според 56% от респондентите проектно-базираното обучение има ключова роля за подобряването на здравната осведоменост на учениците. Тези учители смятат, че чрез проектните дейности обучаваните могат по-задълбочено да изучават здравни теми, което води до по-добра информираност и разбиране. Около 24% от анкетираните посочват, че проектно-базираното обучение допринася за обогатяване на образователната интеракция, но не е основно на здравно образование. Тези учители признават ползите от проектите, но считат, че те трябва да се допълват с други форми и методи на преподаване. Други 12% от анкетираните споделят, че не са наясно с влиянието на проектно-базираното обучение върху здравното образование, а 8% заявяват, че не могат да определят значението му (виж фигура 7).



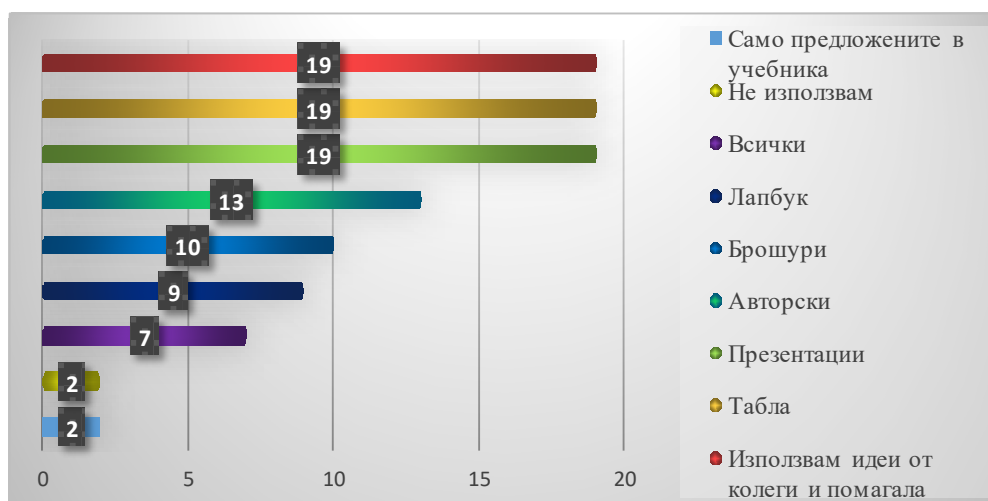
Фигура 7. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Какво е значението на проектно-базираното обучение за интегрирането на здравното образование в НУВ?“

Следващият въпрос от анкетната карта представя мненията на педагозите относно видовете използвани проектни дейности. Отново с цел да няма ограничение е осигурена възможност за посочване на повече от един верен отговор, а резултатите са приравнени към 100%. Анализът

на получените резултати показва, че най-често приложимите са проекти, които са предложени от колеги на анкетираните и помагала (19%), табла (19%) и презентации (19%). Това показва, че учителите често се обръщат към колективния опит и ресурси за вдъхновение и подкрепа. Ясно се вижда и предпочитанието им към електронните средства за визуализиране и презентирание на резултатите от проектната дейност.

Не малка част от респондентите предпочитат да възлагат авторски проекти (13%) на своите ученици, защото това им позволява да проявят креативност и да създават оригинални, творчески продукти.

Брошурите са използвани от 10% от анкетираните, а лапбуките са предпочитани от 9% от учителите. И двата вида проекти изискват от учениците да събират и организират информация по начин, който е лесно достъпен и визуално привлекателен. Интересно е, че само 8% от педагозите използват всички видове проекти, което предполага да се заключи, че техният избор е съобразен с темата, ресурсите, познавателните и индивидуалните възможности и други. Трябва да се отбележи, че макар и малка част (2%), но има учители, които не използват проектни дейности. Също толкова са и тези, които се ръководят в предложените в учебника проекти. Тези резултати показват, че макар и проектно-базираното обучение да е широко разпространено, все още има учители, които предпочитат традиционните методи или строго следват учебните материали (виж фигура 8).



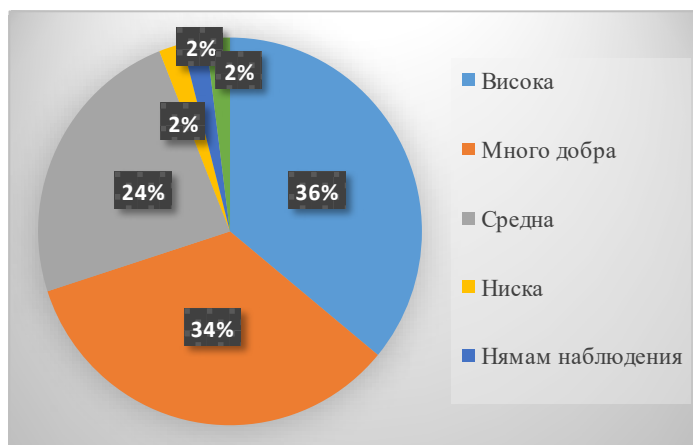
Фигура 8. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Какви проектни дейности възлагате на Вашите ученици?“

Със следващия въпрос е осигурена възможност на анкетираните в свободен отговор да изразят своите идеи и в конкретика да споделят какви проекти на здравни теми са правили техните ученици. Обобщените данни показват огромно разнообразие, което може да се групира на три категории: здравословното хранене („Най-добра плодова салата“; „Храната на моето семейство“; „Седмица на здравословното хранене“; „Здравословно хранене и ползите от него“; „НЕ яж боклуци, яж зеленчуци“ и други), двигателна и физическа активност („Видовете спорт и положителното им влияние върху тялото“; „Спорт и здраве“; „Спортът укрепва здравето“; „Обичам да спортувам“; „За по-активен живот“ и други), лична хигиена и дневен режим („Хигиената и моето здраве“; „Дневен режим и хигиенни навици“; „Видове наранявания и как да се предпазим“; „Здравословен режим“), общо укрепване на здравето („Моето здраве“; „Моето тяло“; „Здравен калейдоскоп“; „Знаете ли, че...“; „Любопитни факти за...“; „Какво работи лекарят и зъболекарят“; „Как да се опазя здрав и силен“; „Защо има аптеки и кой работи в тях“; „Органи на човешкото тяло“ и други).

От дадените теми на проекти, реализирани с учениците на анкетираните учители, става ясно че най-често се реализират проектни дейности, свързани със здравословното хранене.

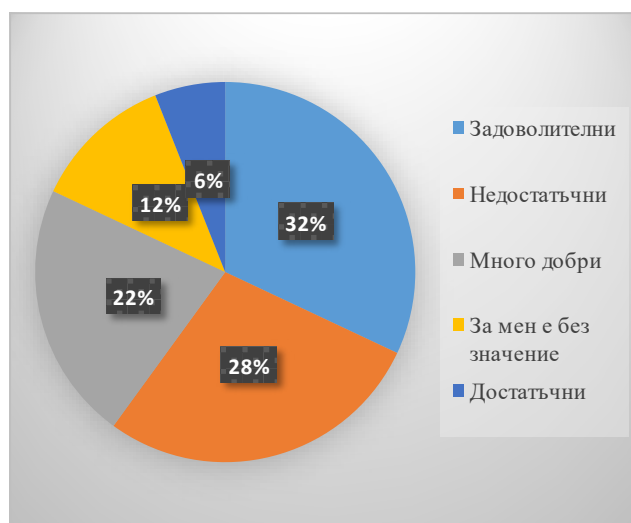
Важен момент от проведеното анкетно проучване е степента на активност от страна на обучаваните при реализирането на тези проекти, което е анализирано, чрез следващия въпрос от анкетната карта. Около една трета (36%) от педагозите оценяват ангажираността на учениците си като висока и приблизително толкова (34%) като много добра. Средна степен на активност в здравни проекти дейности е отчетена от 24% от респондентите. Това дава основание да се предполага, че въпреки включването си в проектно-базирано здравно обучение, учениците е нужно да бъдат стимулирани към по-висока активност и желание за включване.

Еднакъв е процентът (2%) на анкетираните, които определят ангажираността на обучаваните се като ниска или твърдят, че нямат наблюдения и не могат да изкажат мнение по този въпрос (виж фигура 9).



Фигура 9. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Как оценявате степента на ангажираност на учениците си при реализиране на проекти на здравни теми?“

Последният въпрос от анкетната карта показва оценката, която анкетираните учители дават за подкрепата и ресурсите, предоставяни в учебното заведение, в което работят. Според 32% от респондентите тя е задоволителна и имат достатъчно възможности за ефективното провеждане на здравно образование чрез проектно-базирано обучение, а според 22% тя е много добра. Почти толкова от учителите 28% не споделят това мнение и определят наличните ресурси и подкрепата на образователната институция като недостатъчни. За една малка група от респондентите (12 %) този въпрос е без значение (виж фигура 10).



Фигура 10. Процентно представяне на дадените отговори на учителите по въпроса: „Как бихте оценили подкрепата и ресурсите, предоставяни за здравното образование във Вашето учебно заведение?“

За да се конкретизират и анализират по-пълно и точно намеренията на педагозите за развиване на техния професионален опит в сферата на здравно образование, реализирано чрез проектно-базирано обучение, следващият въпрос, посветен на това тематично поле, е със свободен отговор. Най-често срещаните предпочитания на учителите са за повече обучения и курсове, които да подобрят техните знания и умения в тази област. Те изявяват желание за включване в онлайн курсове, семинари, участия в конференции, свързани със здравната култура на техните ученици и работата по проекти.

Практическите ресурси като модели и макети на части от човешкото тяло, табла и материали с практическа насоченост са също сред нужните на анкетираните. Педагозите смятат, че такива ресурси биха помогнали на учениците да разбират по-добре здравните теми чрез визуални и тактилни средства.

Времето е посочено като един от най-ценните ресурси. Учителите искат часове, посветени на здравно образование, както и време за извънучилищни дейности, които да включват здравни проекти и активности.

Съвременните ИКТ и СТЕМ кабинети са също желани от анкетираните респонденти за подобряване на качеството на обучение. Причината да ги предпочитат е, че улесняват достъпа до информация и създаването на по-големи възможности за интеракция в обучението.

Съществена част от учителите подчертават важността на посещения от специалисти и здравни работници. Тези гост-лектори обогатяват учебно-възпитателния процес, като споделят своите знания и опит и същевременно с това мотивират учениците за включване в него.

Педагозите изразяват нужда от повече методическа литература, практически обучения от професионалисти и образователни филми, за подпомагане и разширяване на техните педагогически компетенции и подобряване на преподаването.

Повишаване на хигиената в образователните институции също е посочена като важно условие. Това включва осигуряване на по-добра материална база и възможности за провеждане на здравни уроци.

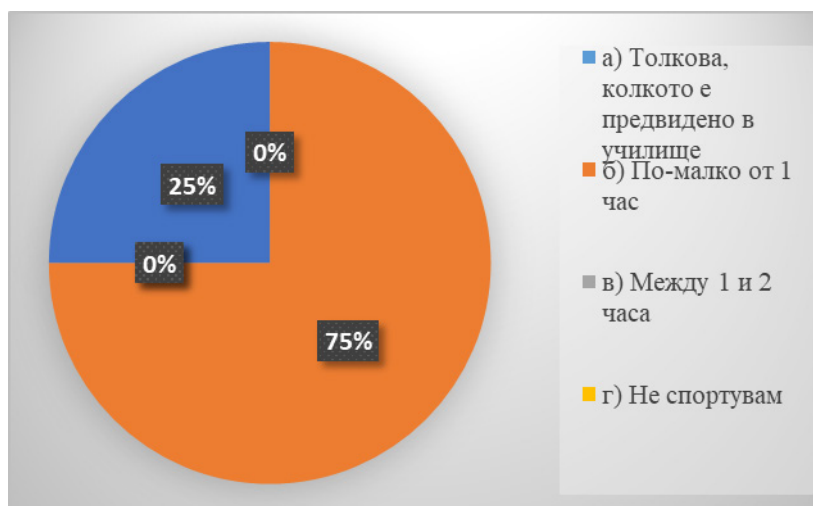
Ресурси за сътрудничество с колеги и партньори от други области и страни за обмен на знания, идеи и добри практики е сред мненията на малка част от анкетираните, но с изключителна значимост. Сътрудничеството на национално и международно ниво е от първостепенна важност за прогреса на учебно-възпитателния процес като цяло и изграждането не само за знаещи и компетентни личности, но и здраво общество.

2. Анализ на резултатите от анкетно проучване с ученици

Целта на настоящото анкетиране е да се съберат данни за мненията на учениците относно проектно-базираното обучение и неговото въздействие върху тяхната здравна култура. Част от въпросите са ориентирани към това какви са предимствата и предизвикателствата, които срещат когато участват в реализирането на този метод, а друга е фокусирана върху здравната им култура.

Първо се анализира нивото на здравни знания, умения и навици за водене на здравословен начин на живот. Както се вижда от диаграмата на фиг. 11, значителна част от учениците (75%) отговарят, че прекарват по-малко от един час дневно във физическа активност като игра на двора, спорт и други. Този резултат подчертава, че много от децата нямат достатъчно физическа активност, което е от съществено значение за тяхното здраве и развитие. Четвърт от анкетираните възпитаници (25%) заявяват, че не могат да преценят колко време спортуват. Това може да показва липса на осведоменост или внимание към времето, което посвещават на физически дейности. Интересно е да се отбележи, че няма ученици, които да посочват, че прекарват толкова време във физическа активност, колкото е предвидено в училище. Също така няма ученици, които да отговарят, че прекарват между 1 и 2 часа дневно във физически дейности или че изобщо не спортуват (виж фигура 21). Изследванията показват, че повече от половината обучаващи се в начална училищна възраст „спортуват редовно извън училище, но процентното съотношение на неспортуващите и тези, които понякога спортуват, е съществено (общо 44% от всички изследвани лица)“, което е тревожна тенденция и може да доведе до различни здравословни проблеми (Беломъжева-Димитрова,

Гергова-Чучкова 2024: 76). Всекидневната двигателна дейност е от изключителна важност при деца и ученици, тъй като „намалява тормозните процеси в кората на главния мозък и подобрява цялостното здравословно състояние на организма. ... Постоянното ограничаване или липсата на двигателна дейност, както и замяната ѝ с друг вид „по-важна“ дейност в дневния режим имат отрицателно въздействие върху физическото развитие на детето и поставянето на диагнози като обездвижване, хиподинамия, наднормено тегло, затлъстяване, гръбначни изкривявания“ (Стефанова 2025: 323 – 324).



Фигура 11. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „Колко време прекарвате във физическа активност?“

Относно въпроса за предпочитани здравни теми в образователната институция, резултатите, представени графично на фиг. 12, показват че повечето ученици (67%) изразяват желание да изучават всички аспекти на здравето. Това показва голям интерес към широк спектър от здравни въпроси и желание за активно включване в комплексно здравно образование. Някои възпитаници (17%) посочват, че за тях няма значение кои здравни теми ще изучават. Това може да се интерпретира като липса на предпочитания или, че са отворени към всяка информация, свързана със здравето. Темите за органите в човешкото тяло и здравословния начин на живот също са избрани от 17% от анкетираните. Това подчертава значимостта на тези теми за учениците, които искат да получат повече знания за анатомията и воденето на здравословен начин на живот. Здравословното хранене е също толкова предпочитана от респондентите (17%), което показва интерес към правилното хранене и неговото влияние върху здравето. Интересно е да се отбележи, че никой от учениците не е избрал темите за зъбите и грижите за тях или че не искат да изучават тази проблематика (виж фигура 12).

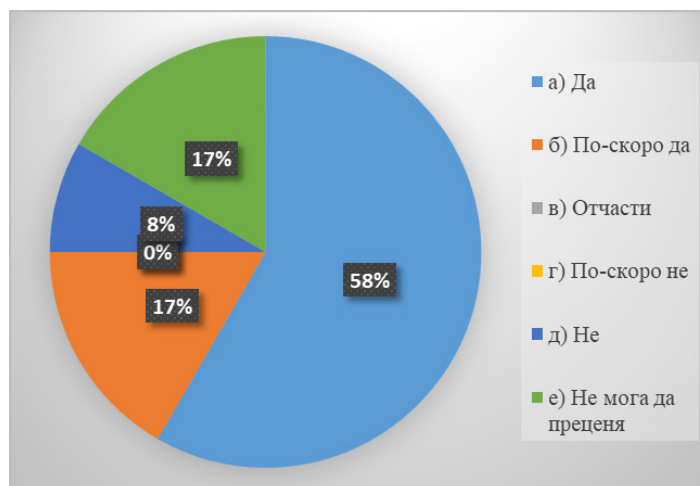


Фигура 12. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „Какви здравни теми предпочитате да учите в училище?“

Анкетата продължава с въпрос, на който учениците имат възможността свободно да изразят своето мнение относно представата им за здравословен начин на живот. Отговорите на четвърто-класниците са кратки и лаконични, като в най-голяма степен са обвързани с правилното хранене, редовно спортуване, редовно посещение при лекаря, достатъчно сън и почивка. Също така учениците засегнаха и темата за вредните навици като тютюнопушенето и прекомерната консумация на алкохол; поддържането на добра лична хигиена като къпане, редовно миене на ръце и зъби. Възпитаниците са запознати с важността от спазването на всички тези хигиенни норми и правила за тяхното развитие.

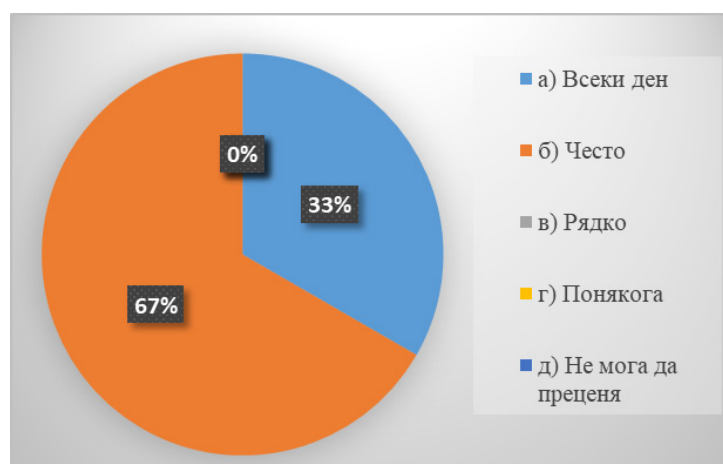
Всеки от тези кратки отговори подчертава различен аспект на здравословния начин на живот. Заедно те формират здравната култура на индивида и умението му да поддържа физическо и психическо благополучие, но фактът, че респондентите ги конкретизират като отделни отговори, показва наличието на сериозни пропуски и това понятие не е усвоено от тях.

Във връзка с въпроса за предоставянето на достатъчно информация от педагозите за здравословен начин на живот, резултатите показват разнообразие в мненията на учениците. По-голямата част от анкетираните (58%) смятат, че учителите им предоставят достатъчно информация по тази тема. Този резултат показва високо ниво на удовлетворение от предоставеното здравно образование в училище. Значителна част от обучаваните (17%) отговарят, че педагозите по-скоро предоставят достатъчно информация. Тази група от анкетираните има известно удовлетворение, но има и място за подобрене в предоставянето на здравна информация. Също толкова са и учениците (17%), които посочват, че не могат да изкажат мнение по този въпрос. Това може да се дължи на липса на внимание към темата или на несигурност относно количеството и качеството на предоставената информация. Малка част от анкетираните (8%) смятат, че учителите по-скоро не предоставят достатъчно информация за воденето на здравословен начин на живот. Този резултат подчертава нуждата от допълнителни усилия в тази насока. Никой от анкетираните не е отговорил, че педагозите не ги осведомяват по здравни теми (виж фигура 13).



Фигура 13. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „Получавате ли достатъчно информация по здравни теми от Вашите учители?“

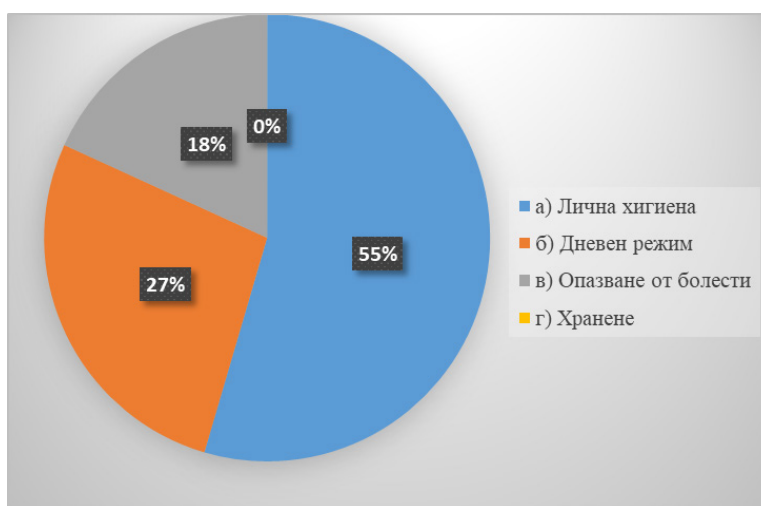
Следващите два въпроса от анкетната карта целят да се проучи как учениците от начална училищна възраст проявяват натрупаните здравни знания в ежедневието си. Анализът на получените данни показва, че повече от половината респонденти (67%) често прилагат придобитите знания по здравното образование, а 33% всеки ден. Това показва високо ниво на тяхната приложимост и подчертава значението им за водене на здравословен начин на живот. Положителна тенденция е фактът, че никой от анкетираните ученици не е отговорил, че рядко или никога не се възползва от знания в ежедневието, което показва, че всеки един от респондентите намира приложимостта им в своя живот. Липсата на отговори в категориите „Рядко“ и „Понякога“ подчертава, че здравното образование е добре възприемано и активно използвано от учениците. Също така никой от тях не е заявил, че не може да прецени, което означава, че всички обучаващи се в начална училищна възраст имат ясна представа за значението и използването на здравните знания (виж фигура 14).



Фигура 14. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „Прилагате ли получените здравни знания от Вашите учители в ежедневието си?“

Използването на знанията на учениците и тяхното внедряване в реалния живот и всекидневието са основен показател за това, че здравната култура е от изключително значение за правилното развитие на децата. Резултатите от анкетата относно аспектите, по които учениците прилагат знанията си по здравното образование в ежедневието, показват, че най-голям процент от

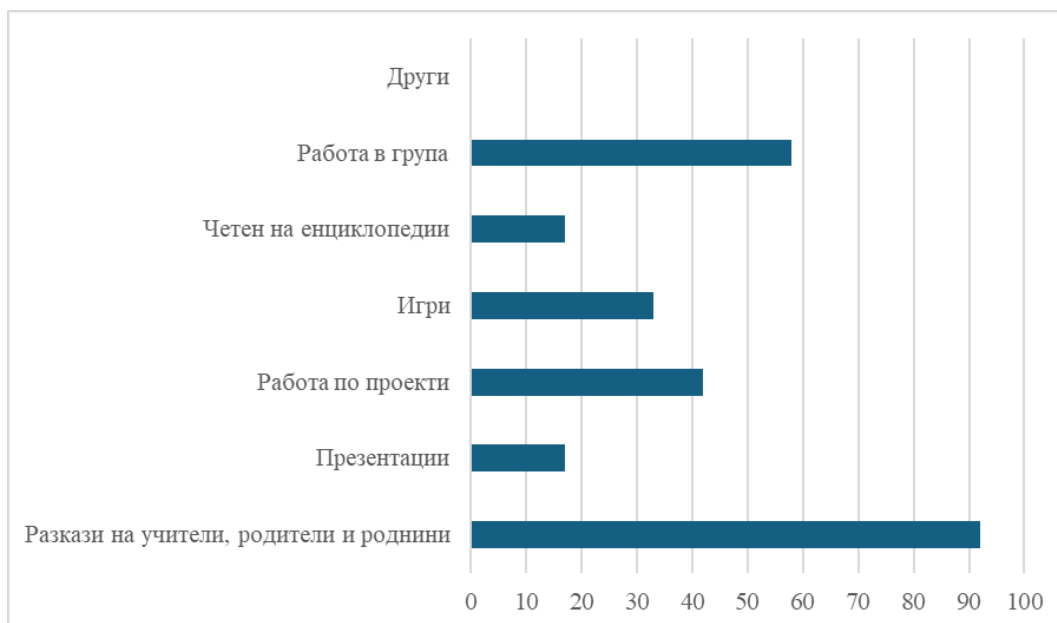
анкетираниите (55%) посочват, че ги използват в контекста на личната си хигиена. Това показва високото значение, което те придават на поддържането на добра хигиена като част от ежедневието си. Значителна част от учениците (27%) използват знанията си за да водят рационален дневен режим. Това включва организиране на ежедневните дейности и управление на времето, което е важно за поддържане на здравословен начин на живот. Малък процент от възпитаниците (18%) посочват, че прилагат знанията си по здравно образование в опазването от болести. Това включва практики за предпазване от заболявания, като например миене на ръце и други хигиенни навици, което е от съществено значение за поддържане на добро здраве. Никой от анкетираниите ученици не посочва, че използва знанията си по здравното образование, свързани с храненето. Това означава, че трябва да се обърне повече внимание на тази тематика в началното училищно образование (виж фигура 15).



Фигура 15. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „В кои аспекти на здравното образование прилагате здравните си знания в ежедневието?“

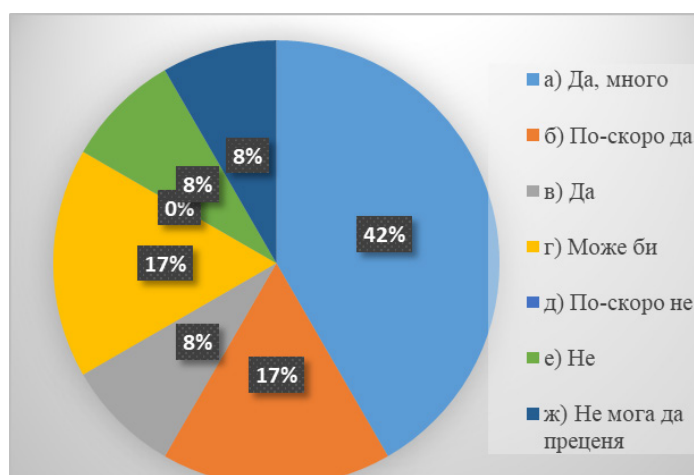
Авторски интерес представлява и въпросът за начините, по които учениците в начална училищна възраст най-лесно възприемат учебната информация по здравно образование. За по-пълно обобщаване на данните е осигурена възможност за посочване на повече от един отговор. Анализът на резултатите от следващия въпрос показва, че 92% от анкетираниите правят това най-лесно чрез разкази от учител, родител или роднини. Това показва, че личният контакт и устната комуникация са много ефективни методи за предаване на здравни знания. Груповата работа се определя като най-ефективна форма на работа (58%). Проектно-базираното обучение се очертава като третото по важност за 42% от респондентите, което показва, че практически ориентирани задачи и активното участие подпомагат запомнянето на информацията. Игрите като метод за усвояване на здравни знания са регистрирани от 33% от учениците, което показва, че забавните и интерактивни методи също играят важна роля в образователния процес. Равен брой от обучаваните използват четенето на енциклопедии и гледането на презентации (17%). Това показва, че традиционните методи също имат своето място в здравното образование, макар и не толкова популярни, колкото другите.

Никой от учениците не е посочил категорията „Други“, което означава, че предложените възможности обхващат основните предпочитания за запомняне на здравна информация (виж фигура 16).



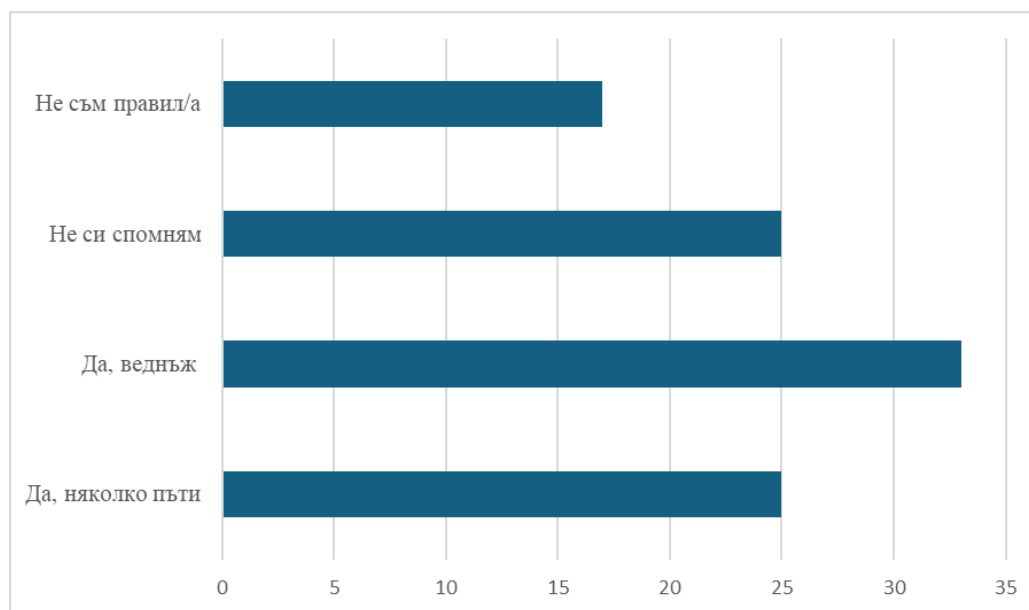
Фигура 16. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „Кои начини за усвояване на информация, свързана със здравословния начин на живот предпочитате?“

Анкетата продължава с въпрос относно това дали учениците харесват уроците, свързани с глобалната тема „Човекът и здравословният начин на живот“, която се усвоява по „Човекът и природата“. Анализът на данните показва, че повече от половината анкетирани (67%) проявяват интерес към здравни теми (От тях 42% отговарят „Да, много“, 17% – „По-скоро да“ и 8% – „Да“). Това показва, че значителен брой ученици намират темите за изключително интересни и полезни. Една значителна част от респондентите (17%) проявяват колебание в своя отговор и посочват „Може би“, което показва известна несигурност или неутралност по този въпрос. За не малка част от учениците (8%) тези уроци не са интересни. Това показва тревожна тенденция и поражда необходимостта усилията в педагогическата практика да бъдат фокусирани върху мотивиране и провокиране на интерес към здравното образование, като интегрална област. Не малка част от анкетираните – 8% не могат да изкажат мнение по въпроса, което може да се дължи на несигурност, липса на информираност, нежелание за изучаването им и други (виж фигура 17).



Фигура 17. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „Кои начини за усвояване на информация свързана със здравословния начин на живот предпочитате?“

Резултатите от графиката на фигура 18 показват, че едва половината от учениците (58%) в начална училищна възраст са правили здравни проекти. От тях едва 25% са имали тази възможност няколко пъти, а останалите 33% само веднъж. Не малка част от анкетираните (25%) посочват, че не си спомнят дали са правили такива проекти, което означава, че работата по тях не е оставила трайни спомени или не са правени такива. Категорични, че не са се включвали в проектно-базирано здравно обучение, са 17% от респондентите. Причините за тези резултати могат да бъдат многобройни и представляват авторски интерес в бъдещи изследвания (виж фигура 18).



Фигура 18. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „Правили ли сте проекти на здравни теми“

Анализът от данните на последния въпрос разкриват, че половината ученици в начална училищна възраст (50%) изразяват желание да участват в здравни проекти, а 17% в екологични. Това показва висока ангажираност и засилен интерес на младото поколение към подобряване на средата, в която живеем с оглед чиста природа и по-добър здравословен начин на живот. Останалите 33% от анкетираните проявяват желание да участват в проекти, свързани с изкуството и културата. Този резултат показва, че те също са важна част от водещите приоритети на обучаващите се в начална училищна възраст. Положителен резултат е и фактът, че никой от респондентите не е посочил отказ от желание за участие в проектна дейност. Това показва нейната ефективност и постигане на висока степен на мотивиране за активно участие в проектно-базирано обучение, включително и на здравни теми (виж фигура 19).



Фигура 19. Процентно представяне на дадените отговори на учениците по въпроса: „В какви проекти предпочитате да се включвате?“

Дискусия

Анализът на данните от проведеното анкетно проучване с учители и ученици дава основание да се заключи, че проектно-базираното обучение е ефективно, а интегрирането на здравното образование с цел изграждане на здравна култура у учениците, обучаващи се в начален училищен етап – крайно необходимо. Съществуват някои дефицити и предизвикателства, които пораждат повод за дискусия и извеждане на препоръки за ефективна работа и справяне с тях.

Анкетното проучване с учители показва, че здравната култура на учениците от начална училищна възраст е добра, но е необходимо нейното развиване и усъвършенстване. Повече от половината от тях интегрират здравното образование в учебно-възпитателния процес при всяка възможност, което показва тяхната висока ангажираност към разглежданата проблематика. Това поражда необходимост от периодична образователна реформа насочена към адаптиране на тези възможности спрямо индивидуалните потребности, познавателните способности на учениците и актуалните здравни предизвикателства, пред които се изправя нацията.

Добра практика в тази насока е ако проектно-базираното обучение е предшествано или се реализира успоредно с провеждането на „осведомителни кампании: с родители, ...; с начални учители; с треньори по вид спорт, за придобиване на компетенции“ за здравословен начин на живот и интегриране на здравно образование в учебно-възпитателния процес (Беломъжева-Димитрова, Гергова-Чучкова 2025: 79). Извънкласните и извънучилищните дейности също могат да бъдат добра възможност, тъй като осигуряват не само повече време, но и провокират у учениците „жажда за знания, желание за открития, за постижения в областта на науката, изкуството или спорта. Така ще се осигури подходяща среда за активна дейност, усъвършенстване и себепознание“ (Тодорова 2022: 60). Това го определя като „силен мотивиращ фактор за стимулиране на познавателната активност на учениците“ (Тодорова-Колева 2021: 244).

Работата по проекти утвърждава „позицията на детето като субект на дейност, поведение и общуване. Това има важно значение в развиващ план“ (Конакчиева 2022: 169), защото „като важна сфера на познавателната дейност, той предпоставя постигане на развиващи ефекти в нравствено-мотивационен план, свързани с възникване на мотивация за опознаване на природосоциалното единство“ (Конакчиева 2013: 29). „Методът на проектите се основава на идеята за фокусиране

на образователната и познавателна дейност на учениците върху резултата, който се получава при решаването на конкретен практически или теоретично значим проблем ... развива мисловните умения на учениците, насърчава ги да създават оригинални неща, и им позволява да работят в сътрудничество. Проектно базираното обучение може да допълва обучението по всички учебни предмети и така то съдейства за развитие на различни умения на учениците, осигурява разнообразни възможности те да опознаят своите силни страни и да повишат мотивацията си“ (Тодорова 2024: 996).

Заклучение

Проектно-базираното обучение се определя като полезно и ефективно за насърчаване интеграцията на здравно образование в учебно-възпитателния процес, според неговите субекти, тъй като подготвя обучаващите се в начална училищна възраст за бъдещи житейски и здравни предизвикателства и ги мотивира да имат отговорно отношение към собственото си здраве и това на околните.

Образователният процес предоставя широк спектър от възможности за интегриране на здравно образование и възпитание, но техният капацитет трябва да е максимално приложим. В същото време динамиката в развитието и прогреса на всички сфери на познанието налагат иновации дори и в съвременните и доказано ефективни методи, форми и средства на преподаване. Нужни са иновативни и адаптирани към промените модели, които да подобряват и развиват този методически инструментариум така както се развива професионалният опит на всеки учител и образованието като цяло.

Така например проектният метод, чийто ефекти са потвърдени във времето, и е с доказана значимост за обучението, макар и утвърден като широко приложим в педагогическата практика, има своята нужда от развиване и усъвършенстване в различни тематични, организационни и приложни аспекти.

ЛИТЕРАТУРА

Ангелова, С. (2020). Модел за изграждане на саморегулативно здравно поведение при деца в предучилищна и начална училищна възраст. *Педагогика*. 92(3), 398–414. // **Angelova, S. (2020).** Model za izgrazhdane na samoregulativno zdravno povedenie pri detsa v preduchilishtna i nachalna uchilishtna vazrast. *Pedagogika*. 92(3), 398–414.

Ангелова, С. (2015). Проект-базираното обучение – контекстът за формиране на мотивация за учене по природни науки. *Списание на Софийския университет за образователни изследвания*. София: СУ „Св. Кл. Охридски“, Университетски център за електронно обучение, с. 27–49. ISSN 1314-8753. // **Angelova, S. (2015).** Proekt-baziranoto obuchenie – kontekstat za formirane na motivatsia za uchene po prirodni nauki. *Spisanie na Sofijskia universitet za obrazovatelni izsledvania*. Sofia: SU „Sv. Kl. Ohridski“, Universitetski tsentar za elektronno obuchenie, s.27-49. ISSN 1314-8753.

Беломъжева-Димитрова, С. М. Гергова-Чучкова. (2024). Относно неправилната работна поза, усещането за болка в гърба и двигателната активност при ученици от начална училищна възраст: анкетно проучване. *Проблеми и перспективи пред физическото възпитание и спорта в условията на глобализация*, Велико Търново: Университетско издателство „Св. св. Кирил и Методий“, том 4, с. 73–80. // **Belomazheva-Dimitrova, S. M. Gergova-Chuchkova. (2024).** Otnosno nepravilnata работна поза, useshtaneto za bolka v garba i dvigatelната активност pri uchenitsi ot nachalna uchilishtna vazrast: anketno prouchvane. *Problemi i perspektivi pred fizicheskoto vazpitание i sporta v usloviyata na globalizatsia*, Veliko Tarnovo: Universitetsko izdatelstvo „Sv. sv. Kiril i Metdoi“, том 4, с. 73–80.

Конакчиева, П. (2022). Традиции и иновации в предучилищното екологично образование. Велико Търново: ИТИ. // **Konakchieva, P. (2022).** Traditsii i inovatsii v preduchilishtnoto ekologichno obrazovanie. Veliko Tarnovo: IТИ.

Конакчиева, П. (2013). Проектната дейност на децата – мост между традиции и новаторство. *Педагогически алманах*, 20(1), 28 – 36. // **Konakchieva, P. (2013).** Proektnata deynost na detsata – most mezhdu traditsii i novatorstvo. *Pedagogicheski almanah*, 20(1), 28–36.

Стефанова, С. (2025). Дневният режим за благополучието на детето. *Предучилищно образование в България: национални приоритети и международно сътрудничество в подкрепа на щастливото детство.* София: СУ „Св. Климент Охридски“, с. 320–326. // **Stefanova, S. (2025).** Dnevniyat rezhim za blagopoluchieto na deteto. *Preduchilishtno obrazovanie v Bulgaria: natsionalni prioriteti i mezhdunarodno satrudnichestvo v podkrepa na shtastlivoto detstvo.* Sofia: SU „Sv. Kliment Ohridski“, s. 320–326.

Тодорова, С. (2022). Възможности на извънкласните и извънучилищните дейности за развитие на потенциала на надарените ученици. В *Сборник от Международна научна конференция „Педагогическото образование – традиции и съвременност“* (Велико Търново, 18 ноември 2022 г.) (с. 55–61). Ай анд Би. // **Todorova, S. (2022).** Vazmozhnosti na izvanklasnite i izvanuchilishtnite deynosti za razvitie na potentsiala na nadarenite uchenitsi. V *Sbornik ot Mezhdunarodna nauchna konferentsia „Pedagogicheskoto obrazovanie – traditsii i savremennost“* (Veliko Tarnovo, 18 noemvri 2022 g.) (s. 55–61). Ay and Bi.

Тодорова, С. (2024). Повишаване на качеството на образованието в начален училищен етап чрез проектно базирано обучение. В *Сборник с доклади от Годишна университетска научна конференция* (3–4 октомври 2024 г.) (с. 994–1002). Издателски комплекс на НВУ „Васил Левски“. // **Todorova, S. (2024).** Povishavane na kachestvoto na obrazovanieto v nachalen uchilishten etap chrez proektno bazirano obuchenie. V *Sbornik s dokladi ot Godishna universitetska nauchna konferentsia* (3–4 oktomvri 2024 g.) (s. 994–1002). Izdatelski kompleks na NVU „Vasil Levski“.

Тодорова-Колева, М. (2021). Интерактивно обучение. Проблемно обучение. Проектно базирано обучение, STEM. В *Преподаване и учене в средното училище* (с. 235–249). УИ на ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“. // **Todorova-Koleva, M. (2021).** Interaktivno obuchenie. Problemno obuchenie. Proektno bazirano obuchenie, STEM. V *Prepodavane i uchene v srednoto uchilishte* (s. 235–249). UI na VTU „Sv. sv. Kiril i Metodiy“.