

Бібліотека журналу «Початкове навчання та виховання»  
Серію засновано в 2004 році

Випуск 5 (77)

**С. Є. Рибальченко**

# **ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ЗАСОБАМИ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

***Модель  
навчального закладу —  
Школа сприяння здоров'ю***

Харків  
Видавнична група «Основа»  
2010

УДК 37.016  
ББК 74.26  
Р49

**Рибальченко С. Є.**

**Р49** Формування культури здоров'я учнів засобами інноваційних технологій. Модель начального закладу — Школа сприяння здоров'ю.— Х. : Вид. група «Основа», 2010.— 143, [1]с. — (Б-ка журн. «Початкове навчання та виховання»; Вип. 5 (77)).

ISBN 978-617-00-0543-4.

У посібнику висвітлено основні аспекти діяльності навчального закладу — Школи сприяння здоров'я, спрямованої на розв'язання актуальної проблеми сьогодення — формування всебічно здорової учнівської особистості.

Автор пропонує детальний опис змісту роботи гімназії щодо впровадження у практику інноваційних, здоров'язберігаючих технологій (науково-дослідницька, експериментальна робота, цільові програми, проекти) та практичні розробки уроків і заходів, спрямовані на збереження й зміцнення фізичного, духовного, соціального здоров'я учнів.

Для вчителів, заступників директорів з НВР, методистів з початкового навчання.

УДК 37.016  
ББК 74.26

## **ЗМІСТ**

|  |     |
|--|-----|
| <b>Зміст</b> .....   | 3   |
| <b>Аспекти діяльності навчального закладу — Школи сприяння здоров'ю</b> .....          | 4   |
| Модель начального закладу — Школа сприяння здоров'ю.....                               | 4   |
| Концепція розвитку гімназії.....   | 7   |
| <b>Ясенівська Січ. Зміст роботи</b> .....  | 11  |
| Науково-дослідницька та експериментальна робота .....                                  | 11  |
| Моніторинг стану здоров'я дітей .....  | 20  |
| Банк інформаційних технологій.....   | 23  |
| Цільові проекти і програми .....   | 35  |
| <b>Практичні розробки (з досвіду роботи Школи сприяння здоров'ю)</b> .....             | 45  |
| Здоров'я — найцінніший скарб .....   | 45  |
| Оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори в системі фізичного виховання дітей ..... | 56  |
| Цикл уроків із курсу «Основи здоров'я» в 3 класі .....                                 | 63  |
| Прийом у ясенята .....   | 90  |
| Випускне свято .....   | 95  |
| <b>Висновки</b> .....  | 111 |
| <b>Додатки</b> .....   | 112 |
| <b>Література</b> .....  | 142 |

## АСПЕКТИ ДІЯЛЬНОСТІ НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ — ШКОЛИ СПРИЯННЯ ЗДОРОВ'Ю

### МОДЕЛЬ НАЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ — ШКОЛА СПРИЯННЯ ЗДОРОВ'Ю

*Valetudo bonum optimum!*  
Здоров'я — найвище благо!  
Латинське прислів'я

#### Вступ

Формування культури здоров'я особистості — нагальна проблема сучасної психолого-педагогічної науки і практики. Здоров'я — основна цінність людини, без якої вона не може бути щасливою (*див. додаток 1*). Саме здоров'я — основа благополуччя, розквіту нації, джерело щасливого життя. Здоров'я завжди було, є і буде головним чинником безпеки нації.

Найважливіша цінність суспільства — життя і здоров'я людини. Оновлення суспільства, а тим більше його сучасна радикальна зміна — суперечливий, складний і тривалий процес, пов'язаний із пошуком нових шляхів, засобів здійснення перетворень в усіх сферах життя людей. Усе це зумовлює необхідність творчої участі у цьому процесі всіх членів суспільства, тому що недостатня творча активність, відсутність ефективних стимулів її розвитку та реалізації — основні фактори, що впливають на рівень утілення нових ідей. Країною сьогодні повинні керувати натхненні, творчі люди. А для цього вони мають бути в першу чергу здоровими.

Діти — майбутнє кожної держави, перспектива її економічного, соціального та духовного розвитку. Проблема збереження здоров'я дітей в усьому світі стає дедалі актуальнішою, а в нас в Україні і поготів. Захворюваність населення постійно зростає, абсолютно здорових дітей майже не народжується. З початку сторіччя кількість

нервово-психічних розладів збільшилася у 6 разів, неврозів — у 65 разів, а такого генетично зумовленого відхилення, як олігофренія, — у 30 разів. Уражають темпи поширення наркоманії та СНІДу серед підлітків та молоді.

Під час обстеження 500 школярів нашої гімназії у 1999 році тільки 47 % виявились умовно здоровими (не мали вираженої патології), а за рік навчання кількість хронічних захворювань збільшилась майже вдвічі. Кожен із учителів нашого закладу спостерігав, що більшість дітей погано засвоює інформацію, нервові, збуджені, у них погіршуються пам'ять, мислення, а висловлення власної думки для них є завданням найвищої складності. Аналізуючи ці факти, ми дійшли висновку: гімназія приділяє недостатньо уваги формуванню творчої, духовної й морально розвинутої особистості. За основу в роботі ми взяли золоте правило: дітей необхідно вчити бути здоровими і душею, і тілом; розкривати їм цінність здоров'я як найбільшого людського надбання.

Ось чому ми вирішили впроваджувати в життя гімназії модель формування здорового способу життя — «Козацької республіки».

#### Модель гімназії — «Козацька республіка»

*Головне завдання нової моделі гімназії* — збереження здоров'я дітей; формування культури здоров'я; виховання справжнього громадянина зі своїми моральними цінностями, особистісним світом, власною життєвою позицією, переконаннями.

*Головна мета* — формування здорового способу життя; підвищення соціальної активності; зміцнення здоров'я дітей; виховання учнівської молоді на традиціях українського народу.

#### Мета і завдання гімназії:

1. Сформувати особистість, готову до самовизначення свого місця в творчому перетворенні навколишнього світу, саморозвитку, самооцінювання та самовдосконалення.
2. Забезпечити реалізацію прав кожного учня на отримання освіти відповідно до його потреб і можливостей.
3. Сформувати в учнів гімназії стійкі пізнавальні інтереси на основі збільшення рухової активності школярів.
4. Виховати в учнів відповідальне ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої цінності суспільства.
5. Підвищити якість навчання школярів за рахунок опанування технологій, що забезпечують успішність самостійної роботи кожного учня з урахуванням оцінювання фізичного здоров'я кожного школяра та освоєння програм щодо його поліпшення.

6. Створити максимально сприятливі умови для інтелектуального, духовного, морально-етичного, естетичного, фізичного розвитку учнів.

#### Очікувані результати програми розвитку гімназії

*Учні повинні знати:*

1. Основи загальнокультурної поведінки та валеологічних знань:
  - народ України як етнос;
  - історичну спадщину українського народу щодо збереження здоров'я;
  - основні віхи історичного, фізичного та культурного розвитку України;
  - державну мову відповідно до чинного законодавства про мови в Україні;
  - основи соціальної філософії;
  - історію релігії;
  - політичну владу України;
  - основи комп'ютерної грамотності.
2. Законодавчо-нормативне забезпечення:
  - Загальна декларація прав людини;
  - Декларація прав дитини;
  - Конвенція прав дитини;
  - Конституція України;
  - Закон України «Про освіту»;
  - Державна національна програма «Освіта»;
  - Положення про середній загальноосвітній навчальний заклад та вчз України;
  - Закон України «Про загальну середню освіту»;
  - Указ президента України «Про Національну доктрину розвитку освіти»;
  - Концепція неперервної валеологічної освіти в Україні»;
  - Цільова комплексна програма «Фізичне виховання — здоров'я нації».

*Учні повинні вміти:*

  - визначати і контролювати рівень особистого фізичного розвитку та здоров'я;
  - відповідально ставитися до свого здоров'я і здоров'я оточуючих;
  - аналізувати літературу та інші інформаційні джерела;
  - аналізувати результати своєї роботи та робити діагностико-прогностичні висновки щодо їх удосконалення;
  - планувати та організовувати свій вільний час;
  - вести здоровий спосіб життя;

- самостійно розвивати внутрішній потенціал особистості;
- виховувати в собі ініціативу, творчість, організаторські здібності;
- запобігати конфліктним ситуаціям та вдало їх розв'язувати;
- культурно поводитись у громадських місцях;
- підтримувати дружні стосунки з дорослими людьми та однолітками;
- розуміти, що кожний несе відповідальність за себе, своє майбутнє, майбутнє своєї держави.

## КОНЦЕПЦІЯ РОЗВИТКУ ГІМНАЗІЇ

*Наше покликання, наша мрія —  
Дитячі душі зробити перлинами.  
Лише тоді зійде те, що сіяв,  
Якщо збережеш здоров'я дитини.*

Одним із пріоритетів стратегічного розвитку України визнано інтеграцію нашої держави в Європейське товариство.

Сучасна школа має сприяти розвитку демократичної культури, формуванню необхідних для проживання в європейському співтоваристві компетентностей, політико-правових і соціально-економічних знань. Пріоритети загальноєвропейської освіти полягають у наданні молодому поколінню знань про спільну європейську спадщину та практичних умінь адаптуватися до життя й навчання в різних країнах Європи, бути мобільними, соціально здібними, здатними до комунікації та захисту своїх прав.

Саме на таку модель випускника гімназії зорієнтована в перспективі навчально-виховна діяльність Ясенівської гімназії № 2 (див. додаток 2).

В основу створеної нами концепції розвитку гімназії покладена думка, що саме виховання, а не навчання формує людину. Нині державну систему виховання майже зруйновано. Попри всі виховні зусилля, докладені в кожній гімназії, безпосередньою загрозою для ставлення дитини є виховний вакуум. Тож ми дійшли висновку, що створення в гімназії Козацької республіки — реальне підґрунтя для створення концепції розвитку нашого навчального закладу як школи збереження здоров'я дітей. Саме в Козацькій республіці, на нашу думку, формуються всі загальнолюдські риси. І саме в Козацькій республіці можна виховати справжнього, психологічно, фізично й соціально здорового громадянина України, який зберігає й шанує

традиції рідного краю, береже його минуле, докладає багато власних зусиль, щоб створити прекрасне майбутнє.

Єдина система дитячого самоврядування, яку ми розробили (*див. додаток З*), зможе сприяти становленню дитини, формуванню її життєвої позиції, зробити процес виховання гуманістичним та особистісно зорієнтованим.

В основу концепції створення Козацької республіки в гімназії покладено ідею особистісно-соціального виховання, головними механізмами якої є, по-перше, персоналізовані (особистісні) і, по-друге, соціально зорієнтовані взаємини, що характеризують колектив як гуманне організоване співтовариство. Ефективне виховання здійснюється в особливому співтоваристві — колективі — Козацькій республіці, зі своїми традиціями, атрибутами, вимогами, метою і шляхами її досягнення. Колектив — Козацька республіка є «полем» для розвитку у вихованців досвіду «бути особистістю», створює сприятливі умови як для індивідуального розвитку кожного члена республіки, так і для його соціалізації.

Пріоритетним завданням Ясенівської гімназії № 2 є турбота про здоров'я кожного члена колективу, про розвиток його творчого потенціалу.

«Від творчого вчителя — до творчого учня!» — це цільове кредо нашої гімназії.

Стержнева проблема гімназії: розвиток ініціативи та самостійності учнів на основі ідей педагогіки життєтворчості.

Цієї мети можна досягти лише за умови, якщо вчитель — самостійна, творча, натхненна особистість. Саме від саморозвитку кожного члена колективу, від майстерності та досконалості кожного вчителя нашої гімназії залежить успіх учнів. «Навчаючи інших, навчаєшся сам», — стверджує А. Дістерверг. Тому прагнення навчати, творити, берегти й примножувати своє здоров'я передається від учителя кожному учневі, саме це сприяє успішності нашого закладу.

Досягнення наших випускників та вчителів доводять ефективність впровадження в життя моделі функціонування гімназії.

Так, наприклад, у 2000 р. у гімназії створена дитяча організація *Ясенівська Січ*, що неодноразово була нагороджена грамотами управління освіти Ровеньківської міськради за збереження традицій та історії українського народу. У 2006 р. гімназія стала лауреатом Всеукраїнського конкурсу «100 кращих шкіл України» в номінації «Школа громадянського становлення». У 2007 р. ми отримали диплом за активну участь у Всеукраїнському конкурсі на кращий стан фізичного виховання в навчальному закладі. Творчий колектив учителів початкових класів у 2008 р. був відзначений дипломом

обласного управління освіти за активну участь і перемогу в обласному конкурсі «Початкова школа ХХІ сторіччя» щодо створення авторських технологій збереження здоров'я «Паросток» і розвитку творчих здібностей дітей «Бумеранг». Учні та вчителі нашої гімназії щорічно беруть участь у конкурсах, змаганнях та стають переможцями, адже успіх приходить до тих, хто його дійсно прагне.

Педагогічний колектив гімназії — 36 учителів, серед них:

вищої категорії — 7,  
першої категорії — 19,  
другої категорії — 3,  
спеціалістів — 7.

Нагороджено вчителів:

Відмінник освіти України — 1;  
Грамотою Обласного Управління освіти — 10;  
Грамотою міського Управління освіти — 17.

У поточному навчальному році в гімназії навчається 327 учнів.

Серед них 12 % мають високий рівень знань, 67 % — достатній рівень, 17 % — середній рівень, 4 % — початковий.

Відкрито 20 навчальних класів, серед яких 7 класів — з українською мовою навчання.

Значна увага в гімназії приділяється здоров'ю дітей, учителів та їхніх батьків. Традицією стало проведення днів здоров'я і спорту, спортивних змагань, козацьких розваг, туристичних походів, військово-спортивних змагань, фізкультхвилинок на кожному уроці та активних перерв, сімейних змагань «Тато, мама, я — спортивна сім'я», родинних походів, а також святкування річниці Ясенівської Січі. Щорічно працює літній оздоровчий табір, систематично проводяться обстеження рівня здоров'я дітей та розробляються програми щодо відновлення втрачених ресурсів організму.

За результатами медичного обстеження учнів було складено порівняльний аналіз стану здоров'я учнів гімназії.

#### Порівняльний аналіз стану здоров'я учнів

| № з/п | Групи захворювань     | 2005–2006 | 2006–2007 | 2007–2008 | 2008–2009 |
|-------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1     | Ортопедична патологія | 34        | 25        | 20        | 19        |
| 2     | Зорова патологія      | 21        | 18        | 15        | 11        |
| 3     | ЛОР-захворювання      | 19        | 17        | 17        | 13        |

| № з/п | Групи захворювань            | 2005–2006 | 2006–2007 | 2007–2008 | 2008–2009 |
|-------|------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 4     | Неврологічна патологія       | 20        | 20        | 13        | 14        |
| 5     | Серцево-судинні захворювання | 20        | 20        | 19        | 16        |
| 6     | Ендокринні захворювання      | 11        | 10        | 9         | 7         |
| 7     | Захворювання нирок           | 14        | 13        | 8         | 7         |

За даними досліджень можна зрозуміти, що за останні чотири роки показники певної групи захворювань не збільшились. Але, на жаль, деякі показники захворюваності більшості груп викликають занепокоєння.

У педагогічній діяльності Козацької республіки Ясенівської гімназії № 2 проблему збереження здоров'я допомагає розв'язати створена нами модель формування культури здоров'я (див. додаток 4). Про здоров'я дітей піклуються не тільки батьки, але й педагоги, шкільний психолог, медична сестра, працівники їдальні, технічний персонал, науковці (див. додаток 5).

Система цієї роботи допомагає об'єднати зусилля педагогічного та батьківського колективів із проблеми збереження здоров'я наших дітей. Адже тільки здорова людина спроможна творчо мислити, самореалізовуватися, досягати успіхів, сприяти розвитку нашого суспільства, прогресивно рухатися вперед.

## ЯСЕНІВСЬКА СІЧ. ЗМІСТ РОБОТИ

### НАУКОВО-ДОСЛІДНИЦЬКА ТА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА

*Метою дослідження* нашого навчального закладу є створення моделі формування культури здоров'я в умовах інтенсивного використання інноваційних педагогічних технологій навчання; підвищення рівня фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я (див. додаток 4).

Педагогічний колектив поставив перед собою *завдання*: формування соціально-культурного та оздоровчого простору учнів засобами навчальних дисциплін, позаурочною, предметною та оздоровчою роботою; розвиток висококультурної, інтелектуально розвиненої, здорової особистості.

Концепція експериментальної навчальної діяльності навчального закладу базується на створеній нами моделі здоров'я, у якій наголошується на системній організації всієї шкільної справи, за якою кожен учень перебуватиме під пильною увагою. Основою цієї моделі є молода людина, яка є цілісною особистістю в умовах динамічного оточення.

Значна увага під час утілення цієї програми експериментальної роботи надається безперервному моніторингу стану соматичного, фізичного, психічного й духовного здоров'я учнів, що проводиться протягом усіх етапів експерименту.

На підготовчому етапі передбачено розробку «Паспорта здоров'я» (див. додаток 6) та програми «Основи діагностики функціонального стану та здоров'я».

Програма експериментальної роботи визначає шляхи й засоби забезпечення безперервної валеологічної освіти, що вводяться до базового змісту освіти профільних дисциплін. Передбачено впровадження спецкурсів: «Нетрадиційні методи й системи оздоровлення», «Організація оздоровчої фізичної культури»; програм: «Використання прийомів масажу та самомасажу для відновлення фізичної

та духовної сили учнів», «Основи діагностики функціонального стану та здоров'я».

Програма «Уроки добрих знань» містить курс уроків-бесід про різні якості характеру учнів початкової та основної школи. Для учнів 1–2-х класів пропонується корекційно-розвивальна програма формування емоційної стабільності та позитивної самооцінки (1-а частина «Давайте жити дружно», 2-а частина «Я вчуся володіти собою»); для учнів 3–6-х класів розроблено «Уроки добрих знань», мета яких: поринути собі в душу, замислитися над своїм життям, своїми стосунками з навколишнім світом. У кожній бесіді використовуються приклади з літератури й життя, а також творчі завдання, що допоможуть стати мудрішими й щасливішими в житті.

Програма «Подолання гіперактивності учнів засобами оздоровчих ігор» для вихованців ГПД містить у собі розкриття виховної роботи з гіперактивними учнями у позаурочний час.

Для забезпечення комплексного впровадження засобів і методів соціальної та психологічної реабілітації учнів, формування в них потреби й значущих мотивів ведення здорового способу життя розроблено чітку систему підрозділів: навчально-виховної ланки, педагога-організатора, психолога, медичної сестри, учнівської ради самоврядування, науково-експериментальної лабораторії, обслуговуючого персоналу школи.

У навчальному закладі простежується єдність загальнолюдського й національного, що дає змогу сформувати духовну культуру людини, гуманістичне мислення категоріями «вічних» цінностей, що завоюються крізь призму національного. Єдність загальнолюдського й національного у навчанні та вихованні допомагає виявляти й розвивати в наших учнях творчі здібності.

Фізичне виховання в школі ґрунтується на принципах індивідуального та особистісного підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення, безперервності цього процесу.

Організована робота експериментальної лабораторії «Адаптивне фізичне та психологічне виховання». Колектив цієї лабораторії вивчає рівень фізичної та психологічної підготовленості учнів (значна увага звертається на 1-і та 5-і класи); проводиться моніторинг із вивчення рівня тривожності колективу, психологічного клімату, розвитку фізичних якостей; застосовуються методики розвитку особистості («Паросток» — автор С. Є. Рибальченко, учитель Ясенівської гімназії № 2); проводиться аналіз результатів; робляться висновки та подаються пропозиції щодо формування культури здоров'я учнів,

підвищення рівня їх адаптації до навчально-виховного процесу, зниження рівня тривожності тощо.

Доцільно відзначити ще один напрям роботи практичного психолога О. С. Кузьменко — експериментальна програма «Пізнай себе», метою якої є виховання в учнів свідомого ставлення до власного здоров'я. Зміст програми дає змогу добирати матеріали з урахуванням вікових особливостей учнів, досвіду спілкування з ровесниками, удома з батьками, іншими людьми. Ця експериментальна програма пропонує такі розділи: «Особистість», «Темперамент», «Характер», «Емоції та почуття», «Самооцінка та її формування», «Колектив, його структура та розвиток», «Я і родина», «Культура поведінки», «Мистецтво одягатися», «Професійний вибір» і розрахована на учнів 11-х класів.

Уже декілька років у гімназії працює *Учнівська Рада Самоврядування* — добровільне об'єднання учнів, метою якого є формування почуття господаря школи, класу, уміння співпрацювати на принципах партнерства, демократизму, співтворчості, є центром виховання духовності учнів, їх загальнолюдської моралі.

Родинне виховання є складовою частиною цілісної системи валеологічної освіти учнів. Крім того, особливого значення набуває формування валеологічної грамотності батьків, що здійснюється за допомогою внутрішніх та позашкільних лекторіїв, семінарів, консультацій.

Педагогічний та учнівський колективи творчо працюють щодо впровадження здоров'язберігаючих, здоров'яформуючих, здоров'язміцнюючих технологій навчання. Усі учасники навчально-виховного процесу поставили завдання: перетворити свій навчальний заклад на гімназію, що входила б до Європейського соціокультурного простору та формувала людину з новою ментальністю, яка сама себе усвідомлює, пізнає своє етнічне коріння, є високодуховною, уміє самостверджуватися, реалізовуватися в полікультурному просторі.

### **Комплексний підхід до проблеми здоров'я в Ясенівській гімназії № 2**

#### *Стратегії успіху:*

- духовна й фізична досконалість;
- любов до справи і професіоналізм;
- розвиток індивідуальності кожної дитини;
- вагомий внесок у розвиток суспільства;
- позитивний емоційний настрій.



*Завдання на 2009–2010 н. р.:*

- розвиток і зміцнення фізичного і психічного здоров'я дітей, створення необхідних передумов для їх духовного і соціального здоров'я.
- зберігання і зміцнення фізичного й психічного здоров'я дітей, підвищення фізичної й розумової працездатності;
- розвиток кожної дитини за індивідуальною програмою оздоровлення дитячого організму;
- виховання у дітей зацікавленості до різних видів руху, розвиток схильностей та формування фізичних здібностей у дітей початкових класів;
- корекція відхилень у стані опорно-рухового апарату;
- упровадження різних типів й форм проведення уроків фізичної культури з урахуванням вимог дітей щодо рухової активності;
- формування системи валеологічних знань щодо усвідомленого ставлення до свого здоров'я.



**Напрямки формування культури здоров'я**



Виховання у дітей потреби у здоровому способі життя здійснюється на уроках, в іграх, у повсякденному житті за такими напрямками:


- прищеплення стійких культурно-гігієнічних навичок;
- формування у дитини свідомого ставлення до свого здоров'я, уміння визначити свій стан та самопочуття;
- навчання догляду за своїм тілом, навичкам надання елементарної допомоги;
- формування свідомих уявлень про довкілля;
- формування звички щоденних фізкультурних вправ;
- розвиток уявлень про будову власного тіла, призначення органів:
  - «Будова та функції шкіри»;
  - «Дбайливе ставлення до шкіри»;
  - «Значення шкіри для здоров'я людини»;
  - «Значення вітамінів для організму людини»;
  - «Мандрівка Катрусі та Бруднулькіна до країни Невмиванії»;
  - «Безцінна рідина — кров»;
- формування уявлень про те, що корисно та шкідливо для організму:
  - «Будь завжди акуратний і чистий»;
  - «У гостях у Королеви Зубної Щітки» (розвага);
  - «Як Капітошка захворів»;
  - «Уроки Мийдодіра» (розвага) тощо.

| № з/п    |   | Зміст роботи   | Особливості організації   |
|----------|---|--|---|
| 1<br>1.1 |    | Валеологічна корекція<br>Спеціальні фізичні вправи<br>Уроки з фізкультури  | Тричі на тиждень підгрупами, дібраними згідно з рівнем РА (рухової активності) дітей.<br>Тривалість: 40 хв                              |
| 1.2      |   | Музично-ритмічні вправи  | Проводяться на уроках та в індивідуальній роботі  |
| 1.3      |   | Вправи та завдання з розвитку дрібних м'язів руки, обличчя та інших різних груп м'язів (спини, ніг, ступні, плечового пояса) | Використовується в межах рухово-оздоровчих моментів на уроках та в індивідуальній роботі з дітьми                                       |
| 1.4      |   | Хореографія  | За бажанням батьків двічі-тричі на тиждень.<br>Тривалість: 20–40 хв   |
| 1.5      |   | Художня гімнастика   | За бажанням батьків двічі-тричі на тиждень.<br>Тривалість: 40–45 хв   |
| 1.6      |   | Рухливі ігри   | На уроках, прогулянках, у самостійній діяльності  |
| 1.7      |   | Ранкова гімнастика   | Щоденно   |
| 1.8      |   | Дні здоров'я<br>Спортивні свята<br><br>Фізкультурні дозвілля   | 1 раз на квартал.<br>Двічі на рік.<br>Тривалість: 1 год — 1 год 20 хв<br>Двічі на місяць.<br>Тривалість: 30–40 хв                       |
| 1.9      |   | Оздоровчий біг   | Щоденно, на ранковій гімнастиці, удома. Тривалість: 3–4 хв  |
| 2<br>2.1 |  | Фізичні вправи впродовж дня<br>«Оздоровчі хвилини»   | За необхідності на початку та наприкінці заняття, залежно від типу та змісту уроку (вправи для хребта, язика, рухових м'язів очей тощо) |
| 2.2      |   | Фізкультхвилинки   | Рухові паузи на уроках із використанням віршів, пісень, потішок   |



| № з/п |   | Зміст роботи  | Особливості організації   |
|-------|---|---|---|
| 2.3   |   | Вправи для формування та корекції постави, профілактики плоскостопості  | У комплексі під час проведення спеціальних фізичних вправ, в індивідуальній роботі  |
| 3     |  | Імунна гімнастика   | Щоденно, уранці вдома   |
| 4     |  | Спеціальні гартувальні процедури  |   |
| 4.1   |   | Полегшений одяг в приміщенні  |   |
| 4.2   |   | Одяг відповідно до пори року  |   |
| 4.3   |   | Дотримання температурного режиму  |   |
| 4.4   |   | Повітряні процедури   |   |
| 4.5   |   | Ходіння босоніж   |   |
| 4.6   |   | Корекційна гімнастика   | Щоденно, у поєднанні з повітряними процедурами.<br>Тривалість: 3–5 хв   |
| 4.7   |   | Оздоровчі вправи для носа та горла  | Індивідуально, підгрупами впродовж дня  |
| 4.8   |   | Дихальні та звукові вправи  | На фізкультурних заняттях, в індивідуальній роботі з дітьми, на уроках  |
| 4.9   |   | Загартовування за допомогою: <ul style="list-style-type: none"> <li>морської солі;</li> <li>сольових доріжок або тупцювання в тазику з солоною водою;</li> <li>обливання ступні водою контрастної температури;</li> <li>пульсуючого мікроклімату</li> </ul> | Щоденно<br>Щоденно вдома<br>Щоденно, у вихідні дні вдома з батьками.<br><br>Температура в теплому приміщенні 23–26 °С, у холодному — на 3–5 °С нижче.<br>Різниця температур збільшується впродовж 2-х місяців |

| № з/п    |   | Зміст роботи                      | Особливості організації   |
|----------|---|-----------------------------------|---|
| 5<br>5.1 |  | Масаж<br>Дотиковий                | Двічі-тричі на день упродовж місяця в осінньо-зимовий період, при перших ознаках ГРВІ та профілактично під час епідемії грипу                           |
| 5.2      |   | Ступні ніг                        | Двічі-тричі на заняттях із фізкультури, ЛФК, вільний час, використовуючи «доріжки здоров'я»   |
| 5.3      |   | Біомасаж за допомогою щіток       | На уроках ФК  |
| 5.4      |   | «Гімнастика маленьких чарівників» | Самомасаж шиї, вушних раковин, голови, обличчя, хребців шиї, живота, рук, ніг проводиться вдома і в школі як у комплексі, так і для окремих частин тіла |
| 6<br>6.1 |  | Психокорекція<br>Казкотерапія     | За вибором учителя  |
| 6.2      |   | Сміхотерапія                      |   |
| 6.3      |   | Музична терапія                   | За бажанням дітей упродовж дня; під час уроку виховної години, удома  |
| 6.4      |   | Кольорова терапія                 | На заняттях в індивідуальній роботі   |
| 6.5      |   | Цілющі мудри                      | Щоденно, під час перерви між заняттями, перед сном у поєднанні з кольоровою терапією.<br>Тривалість: 1–5 хв   |
| 6.6      |   | Психогімнастика                   | Як частина занять, під час ігор   |
| 6.7      |   | «Етюди душі»                      | Уранці, упродовж дня в деяких ситуаціях   |

| № з/п |   | Зміст роботи   | Особливості організації  |
|-------|---|--|--|
| 6.8   |   | Індивідуальна робота з дітьми з урахуванням програми психоемоційного відновлення здоров'я                      | Упродовж дня з урахуванням об'єднання дітей у підгрупи щодо відновлення психологічного балансу: <ul style="list-style-type: none"> <li>• за рахунок рухової активності;</li> <li>• за рахунок емоцій;</li> <li>• за рахунок інтелектуального навантаження</li> </ul> |
| 6.9   |   | «Екран настрою»  | Дитина обирає кольорову символіку відповідно до емоційного стану вранці та ввечері   |
| 7     |  | Санація носа та горла<br>Полоскання рота   | Проводиться вдома<br>Щоденно, після кожного прийому їжі  |
| 7.1   |   |  |  |
| 7.2   |   | Полоскання горла, змінюючи компоненти (настій трав): ромашка, шавлія, нагідки, мати-й-мачуха, березові бруньки | Після сніданку, сну та вечері в осінньо-весняний період. Змінюючи через 10 днів. 2 ч. л. на 0,75 л кип'яченої води   |
| 8     |   | Мудри  | За призначенням лікаря   |
| 9     |   | Психокорекція<br><br>«Дзеркало здоров'я»   | Систематично упродовж дня, згідно з діагностикою, учителем.<br>Щоденне оцінювання валеологічної роботи з дітьми вчителем в початкових класах та самооцінювання молодшими школярами   |
| 10    |   | Організація спільної валеологічної роботи з батьками   |  |
| 10.1  |   | Школа свідомого батьківства  | Відбувається один раз або двічі на місяць для батьків дітей  |

| № з/п |  | Зміст роботи   | Особливості організації  |
|-------|--|--|--|
| 10.2  |  | Батьківські збори, конференції, вечори питань та відповідей, посиденьки  | Згідно з річним планом, бажанням батьків, працівників, школи                 |
| 10.3  |  | Лекції, бесіди, консультації спеціалістів, клуб спілкування  | Згідно з планом роботи   |
| 10.4  |  | Відкриті заняття: <ul style="list-style-type: none"> <li>• дні відчинених дверей;</li> <li>• дні здоров'я;</li> <li>• спортивні свята та розваги;</li> <li>• дні добрих справ</li> </ul> | За планом.<br>Двічі на рік.<br><br>За планом.<br>За планом.<br><br>За планом |
| 10.5  |  | Консультації, анкетування, спрямовані на обстеження родини та усунення осередків хронічних інфекцій  | Вересень   |
| 10.6  |  | Оформлення виставок, ширми «Ваша дитина не повинна хворіти», тек-пересувок, валеологічних куточків   | Щомісяця   |

*Мудри ми робити вміємо,  
Це корисно — розуміємо.  
Вони сили зберігають,  
Від хвороби захищають.*

*Щоб хвороба не зламала,  
Щоб морози не злякали,  
День з гімнастики почнемо,  
Що імунною зовемо.*

## МОНІТОРИНГ СТАНУ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ

### Науково-аналітична діяльність

Здійснюється у навчальному процесі, у позаурочній роботі і під час комп'ютерного обстеження. Містить такі заходи (*див. додатки 7–11*):

1. Система визначення індивідуального рівня адапційних можливостей дитини до навчання:
  - система оцінювання адаптації до навчання першокласників;
  - оцінювання психофізіологічного стану дитини та вчителя;
  - оцінювання психічного стану учнів упродовж робочого дня, тижня, місяця;
  - визначення індексу тривожності.
2. Система визначення індивідуального рівня адапційних можливостей дитини до навчання:
  - система оцінювання адаптації до навчання;
  - оцінювання психофізіологічного стану дитини та вчителя.
3. Упровадження «Щоденника зміцнення здоров'я».
4. Взаємозв'язок пізнавальної та рухової діяльності під час навчання (фізкультхвилинки, динамічні перерви, вправи для заспокоєння).
5. Уроки фізкультури.
6. Робота школи Здоров'я.

Обстеження учнів за цією програмою довело, що 56 % школярів мають нижчий ніж середній рівень фізичного здоров'я, 34 % — середній і менше ніж 10 % — вищий ніж середній та високий рівень фізичного здоров'я.

Це підтверджено також даними діагностичного обстеження учнів нашої гімназії.

Рівень адаптації дитини до умов шкільного життя суб'єктивно оцінюється батьками першокласників за п'ятибальною системою (*див. додаток 12*). Критеріями оцінювання є психоемоційний настрій дитини, бажання навчатися, апетит, сон, оцінювання пульсу дійсного і відносного спокою.

Результати дослідження доводять, що завдяки збільшенню рухового режиму, регулярним додатковим заняттям фізкультурою рівень адаптації наприкінці навчального року залишався на середньому та високому рівнях (*див. додаток 13*).

За анкетними даними батьків, у дітей посилюється бажання навчатися, що обумовлено успіхами дитини в навчанні й відчуттям комфортності школяра в умовах навчального середовища, прагненням спілкуватися з однолітками в класі та школі. У дітей поліпшили-

ся апетит та сон. Психоемоційний настрій дитини в середньому батьки оцінили в 4,4 балів, а він є барометром стану здоров'я організму.

Психолог школи систематично діагностує самопочуття учнів за методикою, що розрахована для дітей молодшого шкільного віку. Діагностування проводиться двічі на семестр, упродовж місяця (щопонеділка, щосереди, щоп'ятниці о 08.30, 10.30, 12.10), для виявлення загального клімату в класі (настрою, самопочуття, працездатності та їх коливання впродовж дня, тижня, місяця).

Неабияке значення для збереження психічного здоров'я дитини мають успіхи в навчанні. На основі експериментальних досліджень доведено, що чим тісніший зв'язок між загальним психофізіологічним станом учнів класу та психофізіологічним станом їхнього вчителя-класовода, тим вищими є показники успішності. Такі дослідження можна проводити, починаючи з 3–4 класу.

Здоровою можна вважати людину, яка відзначається гармонійним фізичним і розумовим розвитком і добре адаптована до навколишнього фізичного та соціального середовища.

Основна мета сучасної освіти — формування всебічно розвиненої особистості, яка має не тільки високий рівень знань і умінь, а й високий потенціал творчого, морального, фізичного, психологічного розвитку та здоров'я. Тому для загального комплексного оцінювання системи формування й розвитку особистості кожного школяра й класу загалом розроблено моніторинг (*див. додаток 14*).

*Моніторинг* — це комплекс діагностичних досліджень, що проводяться впродовж деякого проміжку часу і дають змогу визначити динаміку (тенденцію) змін «кількості та якості здоров'я людини» і відповідність індивідуального рівня здоров'я до вікової норми.

Збільшення, збереження або зменшення рівня здоров'я свідчать про відповідність або невідповідність способу життя, навчального або тренувального навантаження до індивідуальних особливостей людини, а також дають змогу прогнозувати ймовірність і час розвитку захворювань, якщо людина продовжуватиме такий спосіб життя.

Розуміння чинників, що впливають на формування здоров'я людини (*див. додаток 15*), дає змогу погіршувати (*див. додаток 16*) або підвищувати його рівень (*див. додаток 17*) за допомогою оздоровчих систем чи дотримання здорового способу життя. Виявлення та своєчасне усунення причин, що шкідливо впливають на організм, дають змогу кожній людині вчасно застосовувати певні методи зміцнення й відновлення здоров'я.

Необхідність створення системи моніторингу дітей в умовах нашого навчального закладу зумовлена сучасними вимогами до гімназії: виконання значного навчального навантаження, забезпечення

оптимальної соціальнопсихологічної адаптації учнів та збереження високого рівня їх здоров'я.

Оцінювання здоров'я учнів за допомогою моніторингу ґрунтується на принципах комплексності та системності. Це дає змогу прогнозувати стан здоров'я дитини, здійснювати поточний контроль динаміки змін рівня здоров'я (упродовж навчального року або кількох років) і вчасно використовувати відповідні методи й засоби корекції та реабілітації.

Як і кожне складне явище, здоров'я складається з певних компонентів, хоча на перший погляд воно є цілним й нерозривним. Коли розглядається поняття «здоров'я», то увага звертається на співвідношення цілого та його частин.

Здоров'я можна «розкласти» на компоненти (див. додаток 18): фізична складова, психічна, соціальна та духовна. Кожна складова здоров'я багатогранна, непроста. Але лише завдяки органічному поєднанню цих компонентів може формуватися й розвиватися здоров'я людини. Оцінювати рівень розвитку особистості на певному етапі навчання пропонується за допомогою кваліметричного методу, тобто оцінювати параметри особистості учнів. Таких критеріїв п'ять (див. додаток 12):

- рівень знань, умінь та навичок (середній бал із основних предметів);
- рівень творчого розвитку (за такими параметрами: загальна оцінка з образотворчого мистецтва, музики, творча активність, зокрема участь у виставках, художній самодіяльності, творче мислення, комунікативно-творчі здібності);
- рівень морального розвитку (відповідальність і надійність, самосвідомість, культура спілкування, доброта, правдивість);
- рівень індивідуально-психічного розвитку (спостережливість, уважність, працелюбність, самостійність, швидкість мислення);
- рівень розвитку фізичної культури дитини (загальне оцінювання фізичної культури, відвідування уроків фізкультури, активність на уроці, участь у змаганнях, ступінь відповідальності за тестами рухового віку до паспортного, робота зі «Щоденником здоров'я»).

Оцінювання здійснюється за п'ятибальною системою. На практиці вчитель, психолог, батьки суб'єктивно оцінюють і фіксують рівень розвитку кожної дитини, класу загалом за п'ятьма критеріями. За аналізом результатів, обчислюється коефіцієнт усебічного розвитку особистості дитини.

Динаміка показників рівня розвитку дитини, тобто їх зростання або зниження, є об'єктивним оцінюванням роботи окремого вчителя та навчального закладу загалом.

Слід зазначити, що найвищі показники — коефіцієнт рівня розвитку фізичної культури. Це пояснюється тим, що в гімназії практично реалізується авторська програма «Паросток» С. Рибальченко, метою якої є збереження здоров'я дітей і формування культури здоров'я.

Починаючи від прийому дітей до 1-го класу (квітень-травень), комісія у складі вчителів початкових класів, психолога школи, лікаря, учителів фізкультури визначає рівень розвитку дитини. За допомогою тестувань фізичних та рухових рис учителі фізкультури з'ясовують відмінність між паспортним та біологічним руховим віком дитини. За даними тестування вони складають таблиці й графіки, дають рекомендації батькам щодо корекції рухової підготовки кожної дитини.

Це діагностування здійснюється щорічно протягом усього навчання дитини в школі. Учителі фізкультури складають індивідуальний профіль рухової підготовленості кожної дитини. Ці дані подаються графічно, що дає змогу порівнювати коефіцієнт рівня фізичної підготовленості протягом певного часу.

На батьківських зборах підбиваються підсумки роботи, проводиться діагностика, даються рекомендації щодо здорового способу життя, рухового режиму школярів. Учні мають власні «Щоденники зміцнення здоров'я» — своєрідний «діалог учителів і батьків», за допомогою якого вчителі фізкультури навчають дітей і батьків вправ для розвитку всіх фізичних рис, усіх органів і систем, ознайомлюють із руховим режимом, дають домашні завдання.

## БАНК ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

### Психолого-педагогічні характеристики інноваційних навчально-виховних технологій щодо формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя

До діяльності нашого навчального закладу поступово вводяться такі педагогічні інновації:

- технологія розвивального навчання за Б. Ельконіним-Давидовим;
- інтерактивні методики за О. Пометун і Л. Піроженко (робота в групах, метод проектів, «мозковий штурм», «ажурна пилка», «акваріум», рольові та ділові ігри, бесіда з Сократом та ін.);
- концепція дослідницького навчання О. Савенкова;
- методика шести розумних капелюхів Е. Боно;
- технологія розв'язання винахідницьких задач Г. Альтшуллера;
- технологія проблемного навчання Д. Фрімена;
- блочний метод викладання навчального матеріалу тощо.

Ми використовуємо *здоров'язберігаючі технології*:

- технологія фізичного виховання дітей М. Єфименка («Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей», заснована на ігровій методиці для учнів початкових класів);
- технологія «Портфоліо» («тека з документами»), зокрема рефлексивне портфоліо, що розкриває динаміку особистісного розвитку учня, допомагаючи відстежити результативність його навчальної, творчої, спортивної діяльності та проаналізувати результати медичних та психологічних досягнень.

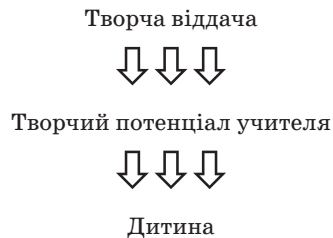
Поруч із відомими інноваційними технологіями з розвитку особистості ми вводимо власні передові технології навчання та виховання, що спрямовані на розвиток кожного учасника навчально-виховного процесу.

### Технологія «Бумеранг»

*Автори:* Людмила Олексіївна Беляєва, Світлана Євгенівна Рибальченко, Марина Володимирівна Козир (учителі Ясенівської гімназії № 2).

Бумеранг — вигнута дерев'яна метальна палиця (австралійська), найчастіше серповидної форми, що застосовувалася як бойова та мисливська зброя в австралійських племенах. Описавши замкнуту криву, вона повертається до того, хто її метнув.

Тому, на нашу думку, творчий потенціал учителя, спрямований умілою рукою на особистість дитини, наче бумеранг, повернеться у суспільство з новою творчою віддачею.



**Мета технології:** сформувати соціально здорову особистість дитини через розвиток її здібностей; довести, що всі діти наділені здібностями, їх лише необхідно розвивати і виховувати; запропонувати шлях розвитку творчого мислення дітей як основного напрямку роботи з учнями;

#### Наші завдання:

1. Висвітлити проблему обдарованості на сучасному етапі.
2. Розкрити поняття творчого мислення і стадій його розвитку.

3. Визначити основні етапи роботи з обдарованими дітьми та ознайомити з технологією розвитку творчого мислення дітей.
4. Довести, що соціально здорова людина повинна бути здібною, приносити користь іншим людям своїми успіхами.

5. Поділитися власним досвідом роботи.

*Визначні питання нашої технології:*

- що таке здібності;
- чи всі діти обдаровані;
- як навчати творчості;
- виховання соціально здорової особистості;
- технологія розвитку творчого мислення тощо.

#### Класифікаційна характеристика технології

- *За рівнем застосування:* загальнопедагогічна.
- *За орієнтацією на особистісні структури:* евристична (розвиток творчих здібностей).
- *За характером змісту:* навчально-виховна.
- *За типом керування пізнавальною діяльністю:* колективна + групова + індивідуальна.
- *За підходом до дитини:* особистісноорієнтована.
- *За перевагою методу:* творча.
- *За напрямом модернізації:* альтернативна.
- *За категорією тих, хто навчається:* масова + індивідуальна.

#### Стисла характеристика технології «Бумеранг»

В основі розвитку соціальної складової здоров'я — творчі здібності дітей (*див. додаток 19*). Відомо, що проблема розвитку творчих здібностей дітей не тільки актуальна, але й дискусійна. До цього питання звертається багато видатних педагогів. Б. С. Кобзар у роботі «Обдаровані діти» стверджує, що в кожній школі слід створювати умови для випробування учнями своїх сил у різних видах самостійної та творчої діяльності.

І. П. Волков у статті «Вчимо творчості» розглядає питання обдарованості дітей, проектує уроки творчості, дає поняття про побудову процесу навчання творчості.

О. В. Сухомлинський у збірнику «Вибрані твори» розробляє систему уроків розвитку мислення дітей серед природи.

Джанні Родарі в книзі «Граматики. Фантазії» переслідує практичну мету: навчити дорослих грати з дітьми, не повчати, а грати і фантазувати, творити казки, вірші, загадки, придумувати історії.

Г. С. Альтшуллер розробив технологію розв'язання винахідницьких завдань.

І. П. Іванов — автор методики КТС.

Отже, вивчаючи досвід передових педагогів із цієї проблеми, можна зробити висновок, вундеркіндів від природи — занадто мало, це рідкісне явище. Але, на нашу думку, усі діти мають різноманітні здібності. Якими б феноменальними від природи не були здібності, самі собою, поза навчанням, поза діяльністю вони розвиватися не можуть. А дитина, у якій дорослі побачили та дали змогу розкритися здібностям (неважливо яким: організаторським, музичним, начальним), стає соціально здоровою людиною. Тому завдання школи: виявити і розвинути їх у доступній і цікавій дітям творчій діяльності.

В основі розвитку різних спеціальних здібностей — якості розуму. Тому завдання вчителя — виявлення і розвиток розумових здібностей дітей, розвиток їх творчого мислення (див. додаток 20).

У дітей здібності до творчості, на нашу думку, складаються поступово, проходять три стадії розвитку творчого мислення: образно-дійове, евристичне, причинне (див. додаток 21).

*Образно-дійове мислення* народжується від дії. До 5–6 років діти навчаються створювати дії подумки. Об'єктами маніпулювання є не предмети, а образи, уявлення. Найчастіше діти уявляють наочний зоровий образ предмета, а це дозволяє їм поєднати деталі різних образів, вигадати нові, фантастичні об'єкти або уявлення. Так, дитина може уявити тварину, яка поєднує в собі частини багатьох тварин, і тому має такі властивості, яких не має жодна тварина в світі. У психології таку здібність називають *фантазією*.

*Причинне мислення* — це вміння дитини зрозуміти причинно-наслідкові зв'язки та закони появи різних подій. Дослідницька активність дітей на цьому етапі характеризується двома якостями: збільшення самостійності розумової діяльності та критичності мислення. Завдяки самостійності дитина навчається управляти своїм мисленням. Критичність мислення виявляється в тому, що діти починають оцінювати свою і чужу діяльність з точки зору закономірностей.

На етапі розвитку *евристичного мислення* (з 13–14 років) діти дорослішають і мають справу із низкою ситуацій, коли неможливо виокремити одну причину події. Виникає необхідність у попередньому оцінюванні ситуації, обиранні серед безлічі варіантів і факторів таких, що суттєво впливають на розвиток подій.

Евристичне мислення виникає за необхідності вибору серед безлічі варіантів такого, що суттєво впливає на розвиток подій.

Найбільша психологічна небезпека евристичного мислення — це швидке приймання варіанту розв'язання, що здається оптимальним. Подолати цю небезпеку можна, якщо намагатися знайти декілька варіантів розв'язання і порівняти їх для обирання найкращого.

## Програма розвитку творчих здібностей дітей

У своїй роботі ми використовуємо програму розвитку творчих здібностей, що складається з трьох розділів, відповідно до етапів розвитку творчого мислення. У цій програмі наведено безліч цікавих творчих завдань.

### Розвиток образно-дійового мислення

1. Ви хочете їсти. На столі лежить хліб. Що може бути легшим, ніж підійти і взяти. Але додаткова умова — біля столу сидить голодний лев. Він також хоче їсти і чекає, коли за хлібом прийде ви. Як бути?

*Можливі варіанти:*

- Спробувати прокинутися, можливо, це — сон.
- Пустити до лева якусь поживу: мишку, зайця, курочку (живу чи іграшкову). Поки він ганятиметься — забрати зі столу хліб.
- Замилити левові очі, припудрити носа, увімкнути на мобільному мелодію «Клич джунглів», використати газовий балончик, полити зі шланга водою, запалити вогняний факел, зробити муляж левиці й відволікти лева.

### Розвиток причинного мислення

1. Учимося уявляти наслідки подій.

Уяви, що ти можеш мати зріст 3 метри. Яким би у тебе було найулюбленіше заняття? Що тобі не сподобалось б?

2. Учимося вигадувати казки.

Жив собі лікар, який не мав собаки. Він завжди турбувався за своє майно. Якось він вирішив залишати охороняти хату чорнильницю. І саме в цей час до хати вирішив залізти злодій... Продовж казку.

3. Склади якомога більше питань, поєднуючи два предмети.

*Наприклад:* газета — верблюд.

Скільки верблюдів можна загорнути в одну газету?

Що написано в газеті про верблюда?

### Розвиток евристичного мислення

1. Знаходимо можливі варіанти виходу із нестандартного положення.

Мишка з'їла чарівну пігулку і стала невидимою. Як зробити, щоб кіт побачив мишку?

*Можливі варіанти:*

- Кіт може обсипати підлогу кімнати борошном. У цьому випадку на борошні залишатимуться сліди, а сама мишка невдовзі вимажеться і стане видимою.
- Кіт може згодувати мишці приманку з твердими компонентами (кісточками, вітамінами, кульками тощо).
- Кіт може розпилювати крейду. Крейда забруднить мишку.

Кожен учитель може брати до уваги запропоновану технологію розвитку творчих здібностей дітей і збагатити її власним матеріалом, згідно з поетапністю у навчанні, стадіями розвитку творчого мислення школярів.

Розвивати здібності потрібно не тільки на уроках, але й у позаурочний час. Саме для цього ми створили новітні програми виховної роботи. Вони дозволяють охопити всі сфери життя дитини і вплинути на них, сприятимуть розвитку здібностей дитини.

### Програма виховної роботи «Сім маленьких див»

Пропоную розглянути виховну програму «Сім маленьких див» (див. додаток 22).

*Завдання виховної програми* — формування системи моральних і естетичних цінностей людини; усебічний розвиток індивідуальності; створення внутрішньої потреби в самовдосконаленні. Програма реалізується через спецкурси, спецсемінари, низку позакласних заходів, благодійну діяльність, створення традицій тощо.

#### Зміст та структура програми «Сім маленьких див»

По-перше, чому програма має таку дещо не зовсім звичайну назву? Тому, що на нашу думку, саме дивування дитини викликає у неї бажання пізнати, що воно таке — оце диво, й охоче зробити кроки на шляху до його пізнання. А чому їх саме сім? Відверто кажучи, не знаємо. Мабуть, тому що, саме сім див у світі визначено стародавньою історією, можливо, тому що у тижні сім днів, сім нот у музиці, сім кольорів має веселка. А швидше за все тому, що сім — щасливе число, ми дуже хотіли б, щоб програма «Сім маленьких див» мала щасливу вдачу, як програма, пов'язана з вихованням тих, хто починають робити свої перші шкільні кроки. Які ж саме маленькі дива обрати, щоб покласти їх в основу планування виховної роботи? Ось ці Дива!

- Диворід
- Дивоцвіт
- Дивосвіт
- Диводром
- Дивоколо
- Дивоказ
- Дивограй

*Диворід* — диво роду нашого. Це ознайомлення дітей зі сторінками історії України, з кращими її синами та доньками. Це пошук за допомогою батьків корінців, стовбура та гілочок свого родового дерева, на якому вони — діточки — ще зовсім зелені паростки. Це екскурсії; проведення свят «Фольклорна веселка»; випуск малень-

ких усних журналів «Місяцелік»; безліч конкурсів та багато інших форм роботи з українського народознавства; створення книжок-саморобок: «Місто (район), де ми живемо», «Моя родина»; змагання знавців українських звичаїв, обрядів, народних свят, народних прикмет, прислів'їв, приказок, скоромовок. Це гомінливі українські ярмарки, посиденьки, веселі змагання, календарні та родинні свята.

*Диводром* — диво самого тебе, твого здоров'я, сили, твоєї загартованості. Стежина валеології та фізичної культури ведуть дітей до опанувань культури догляду за своїм здоров'ям: малі Олімпійські ігри; Веселі старту; Козацькі забави; одноденні походи разом із батьками; змагання «101», «102», «103»; гра «Полікуй мене, калинонько!»; «Свято криниці»; «Зимові забавлянки»; вікторини «Про себе самого від А до Я»; усні журнали «Чисте повітря, чиста вода, чиста земля — твоя надія»; робота клубу «Доброго вам настрою»; диспути: «Ти і твій характер», «Про добрих і поганих мікроби»; виставка творчих робіт, кишенькових словників «Аптека здоров'я» тощо.

*Дивосвіт*. Завдання роботи на цьому напрямку — виховання екологічної культури дитини та зміцнення її громадянської позиції щодо захисту природи. У педагогічному арсеналі, перш за все, — уроки милування природою в будь-яку пору року, екскурсії з вернісажами, виставками творчих робіт із природного матеріалу, конкурси знавців прикмет, слідопитів, юних натуралістів. Це походи маршрутами одного дня «Сторінками Червоної книги», збирання лікарських рослин, конкурси на кращу легенду, казку, вірші.

*Дивоколо*. Озирнись довкола, друже! Скільки див, маленьких та великих, нетерпляче чекають своєї черги, коли ти звернеш на них увагу. Коли захочеш дізнатися, чому листячко жовтіє та відлітає, хто живе у томагочі, звідки картопля потрапила на ваш город, хто дарує назву зіркам. Основне завдання роботи у цьому напрямку — сприяти розвитку інтелектуального потенціалу дитини. Тому серед форм, що можна використовувати кожному вчителю, — проведення творчих інтелектуальних ігор: «Подорож у Зовсім Поруч», «У країні Веселої Граматики», «Острів таємничої Математики», КВК, «Розумники-розумниці», брейн-ринг, «Чекаємо на вас у позакласний час» тощо.

*Дивоцвіт*. Чи не підказала вам назва зміст цього напрямку виховної роботи? Це — цвіт талантів дітей наших. Це — святий обов'язок учителя роздивитись у своєму вихованці приатаманні лише йому таланти і допомогти їм розкритися. Окрім індивідуальної психолого-педагогічної роботи, у пригоді стануть вернісажі, фотовиставки, виставки творчих робіт, захист читацьких формулярів, мистецькі конкурси юних витівників, авіамоделістів, «Місіс зачіска», «Моди від Марини», літературна та музична години.

*Дивоказ* — диво мови нашої. І, звісно, головне завдання вчителя: допомогти дитині опанувати цей скарб, організовуючи ранки «Мова наша калинова», змагання у літературних іграх, свята книги, робота Школи красномовства, подорож до країни Фразеології, конкурс знавців рідної мови, інсценізації казок, байок, пісень, конкурси «Влучне слово», «Швиденький язичок», «Зазирни у чисте джерельце мови», «Про що імення вам моє розкаже» тощо.

*Дивограй* — диво гри. Для дитини — це справжнє диво, тому що саме в грі вона почувається найприродніше і найкомфортніше. Саме в грі дитина може реалізувати свої психофізичні ресурси та отримати від цього насолоду. Перелічувати всі ігри, що можуть стати в пригоді будь-якому вчителю, зайве, адже літератури з описом ігор чимало. Це спортивні, рухливі, інтелектуальні, сюжетно-рольові ігри, корекційні (психологічні ігри-вправи), творчі, спеціальні, комплексні тощо. Особливе місце серед них посідають народні ігри: ігри-подорожі за станціями «До країни Чудосії», «На казковому зорельоті»: свято гри «Дивограй»; свято народних ігор «Козацькі забави — дівочі візерунки»; карнавали; аукціони; засідання клубів джентльменів та шляхетних дівчаток; змагання: «Зелений вогник», «З вогнем не можна жартувати», «Свято повітряних кульок», «Казкова вертуга», «Іграшки наших бабусь і дідусів», «Ігри нашого двору», «Веселі забавлянки» та багато інших, вигадати які можуть учитель і його вихованці.

Ось такі вони — «сім маленьких див», кожне з яких, за бажанням учителя, може змінюватись, як і кількість самих див.

Розвиток особистості дитини неможливий без систематичної цілеспрямованої роботи щодо збереження здоров'я дітей. Наступна наша авторська здоров'язберігаюча інноваційна технологія — «Паросток».

### **Здоров'язберігаюча технологія «Паросток»**

**Автор технології:** Світлана Євгенівна Рибальченко (учитель Ясенівської гімназії № 2).

**Мета технології:** збереження здоров'я дітей; формування культури здоров'я.

#### **Завдання технології:**

- упровадження нового змісту освіти та апробація прогресивних технологій навчання і виховання;
- створення максимально сприятливих умов для інтелектуального, духовного, морально-етичного, естетичного, фізичного розвитку учнів;
- формування здорового, фізично розвинутого, психологічно зрілого, духовно спроможного громадянина України.

### **Класифікаційна характеристика технології:**

- *За рівнем застосування:* загальнопедагогічна.
- *За орієнтацією на особистісні структури:* здоров'язберігаюча.
- *За характером змісту:* навчально-виховна.
- *За типом керування пізнавальною діяльністю:* колективна + групова + індивідуальна.
- *За підходом до дитини:* особистісно-орієнтована.
- *За перевагою методу:* творча.
- *За напрямом модернізації:* альтернативна.
- *За категорією тих, хто навчається:* масова + індивідуальна.

Запропонована технологія надає можливість кожному учневі пізнати себе, формує здоров'язберігаючу компетентність як основу розвитку особистості, дозволяє кожному учневі самореалізуватися у дорослому самостійному житті.

**Головне завдання технології** — спрямованість на дитину, на її всебічний розвиток.

### **Стисла характеристика авторської технології «Паросток»**

Культура здоров'я, на мою думку, — в основі розвитку всіх життєво необхідних компетентностей особистості. Формування культури здоров'я слід починати з самого першого дня перебування дитини в школі. А модель випускника — наш кінцевий результат, адже без мети, без бачення результатів навчально-виховної діяльності, розвиток освіти неможливий, як і неможливе збереження здоров'я кожної дитини.

У книзі «Школа XXI століття. Пріоритети реформування освіти» американський педагог Філіп С. Шлехті, посилаючись на опитування багатьох бізнесменів-працедавців, шкільних функціонерів, підкреслює, що на запитання «Що ви хочете від школи?» — отримував, як правило, одну й ту саму відповідь: «Нам потрібні люди, які вмють учитися самостійно». Учень, який знає, як учитися, здатний досягти мети, якщо він уміє працювати з книжкою, отримувати знання від учителя, шукати і знаходити необхідну інформацію, щоб розв'язати певні проблеми, використовувати найрізноманітніші джерела інформації для розв'язання цих проблем. Тоді йому буде легше підвищити свій професійний рівень, перекваліфікуватися отримати будь-які додаткові знання, — а саме це, на мою думку, і потрібно в житті. На думку одного із провідних економістів світу Ластера Ту-роу, знання стає єдиним джерелом довготривалої стійкої конкурентної переваги, оскільки все інше випадає із рівняння конкуренції, але знання може бути використане тільки через кваліфікацію індивідів.



А розумна думка, здатність до навчання взагалі, на мою думку, — половина здоров'я.

Формування готовності до безперервної освіти в Ясенівській гімназії № 2 здійснюється за допомогою таких форм роботи: класна, позакласна та позашкільна діяльність; використовуються традиційні та інтерактивні методи навчання та виховання. У гімназії створена цілісна система навчально-виховної роботи (див. додаток 23).

Наша мета: підготувати такого випускника, який на ринку праці зможе самостійно мислити і зуміє розв'язати різноманітні проблеми; володіє критичним і творчим мисленням, багатим словниковим запасом, що ґрунтується на глибокому розумінні гуманітарних знань.

«Сила будь-якого трудового колективу вимірюється розвитком індивідуальних можливостей кожного окремого Трудівника», — визначив К. Ушинський.

Професійно-трудова компетентність учня гартується під час набуття навичок самообслуговування (збереження шкільного майна, догляд за рослинами, прибирання класної кімнати, чергування по школі, робота в столярних та швейних майстернях — заохочування відбувається на конкурсній основі); під час екскурсій на виробництво, цікавих зустрічей, роботи волонтерських загонів, участі у виставках декоративно-ужиткового мистецтва, ярмарок, аукціонів, роботи над проектами, дебатів. У гімназії працюють гуртки: «Правознавець», «Ерудит», «Умілі ручки», «ЮІД», «ДЮН», «Юний журналіст», «Еколог», «Сандружини». Проводяться дні самоврядування (див. додаток 24). Саме в таких соціальних групах відбувається соціалізація людини, вона обирає соціальні ролі, які вона зможе успішно та із задоволенням виконувати впродовж свого життя. У цих соціальних групах людина стає такою, якою хоче стати, поводить з людьми так, як хоче, щоб поводитися з нею. Саме тут формуються чинники соціальної складової здоров'я.

Свої перші кроки дитина починає робити в родині. У сім'ї закладаються всі основи для розвитку особистості. З дитячих років необхідно виховувати справжню людину, яка зможе закласти міцний фундамент щасливої сім'ї, продовжити та зберегти родинні традиції, звичаї.

Формуванню сімейно-побутової сфери компетентності сприяє тісна співпраця педагогічного, гімназійного та батьківського колективів. Усі важливі питання розв'язуються на загальногімназійних конференціях. У гімназії працює батьківський консультативний пункт, що допомагає встановленню взаємозв'язку між батьками та учнями, розв'язанню конфліктних ситуацій. Стали традиційними батьківські посиденьки, спортивні змагання «Супертато — суперсин», «Найкраща подруга», сімейні зустрічі, вечо-

ри запитань та відповідей, консультації спеціалістів, походи. Ще А. С. Макаренко писав, що батьки — це велика сила (див. додаток 25). І я з цим погоджуюся.

У підлітковому віці для дитини стають важливими соціальні потреби: спілкування з однолітками, дорослими, неформальними об'єднаннями тощо. Саме тому необхідно навчити учня раціонально та корисно використовувати свій вільний час.

Культурно-дозвільна компетентність охоплює вміння учнів раціонально та корисно використовувати свій вільний час. У гімназії працює 14 гуртків, 7 спортивних секцій, 2 музичних студії, клуби за інтересами. Виховний план роботи на навчальний рік охоплює різні інтереси всіх учнів. Психолог Б. С. Кобзар у роботі «Обдаровані діти» стверджує, що в кожній школі потрібно створювати умови для випробування учнями своїх сил у різних видах самостійної й творчої діяльності (див. додаток 26).

На мою думку, навчальний заклад повинен давати не лише ґрунтовні знання для опанування майбутньої професії, але й гартувати волю учня, виховувати майбутнього громадянина, високі моральні якості, прагнення до самоосвіти й пошуку, глибокі ідейні переконання.

«Школа мусить шанувати у своїх учнях їх різноманітне ество, з якого утворюється особа, мусить давати різноманітні можливості для самовираження», — писала Софія Русова.

Особистісно-етичні риси виховуються в нашій гімназії під час піклування про інших:

- робота волонтерського загону «Сузір'я добродіїв»;
- діяльність пошукових загонів;
- акції: «Чисте повітря», «Зростимо сад», «Збережемо ліс»; «Зустрічаймо птахів»;
- проведення уроків етики та естетики.

Від того, як людина поводитиметься в оточенні з іншими людьми, який шлях становлення вона собі обере, залежатиме її самопочуття та поведінка оточуючих. Невміння володіти почуттями та емоціями впливає на психіку людини, тобто психічну складову здоров'я.

Психічна складова здоров'я є дуже важливою. Вона визначає розвиток людини як особистості, забезпечує її пристосування в соціальному середовищі та душевне благополуччя. Умовою психічного здоров'я є розвиток різноманітних емоцій та почуттів, уміння контролювати та управляти ними. Психічне здоров'я дає можливість людині оптимально пристосуватися до змін соціального середовища, пізнати себе, реалізувати власні потреби й здатності в процесі самоствердження.

Добре здоров'я, гарний настрій — запорука успішності, само-реалізації, самовиховання. Здорові діти — здорова нація.

Ось тому психолого-фізіологічна компетентність розвивається в заняттях спортом, фізичною культурою, правильному харчуванні, у профілактиці вірусних та інфекційних захворювань, веденні здорового способу життя, проведенні психологічних тренінгів, анкетуванні, аутотренінгів, релаксації, казкотерапії та кольоротерапії, музикотерапії, роботі психолога гімназії з дітьми, які потребують особливої уваги (*див. додаток 27*). На цьому напрямі роботи увага приділяється всім складовим здоров'я, у першу чергу — фізичному та психічному.

Визначенню суспільно-правової сфери допомагають дотримання норм і правил людського гуртожитку в гімназії та поза нею, вивчення нормативно-правової бази. У гімназії створено *Дитячий кодекс*, до якого ввійшли статті з 23 правових джерел; розроблені правила поведінки для гімназистів різних вікових категорій (*див. додаток 28*).

Саме ця сфера допомагає вплинути на розвиток духовного здоров'я, адже без нього людина не може прожити. Це розумна думка, весела вдача, доброта, мудре слово, щире серце. Це вміння бачити прекрасне у довкіллі та в собі, вміння приймати рішення. Це норма поведінки, вчинки, обирання життєвого шляху, розуміння сутності навколишнього світу, місця людини в природі й суспільстві, це віра людини в свої сили, вміння ставити мету і докладати зусилля для її досягнення. Завдяки духовності людина стає особистістю.

Таким чином, формування особистості, відповідно до запропонованої моделі випускника, повинно бути спрямовано на раціональну демократизацію процесу навчання. Обраний мною підхід до оновлення системи освіти через формування культури здоров'я дає змогу зробити участь педагогічного, учнівського, батьківського колективів не формальною, а діловою та гнучкою. Сучасна школа, на мою думку, повинна створювати, у першу чергу, умови для саморозвитку, самоствердження, самореалізації особистості — умови, за яких дитина може проявити не лише інтелектуальну компетентність, але й компетентність соціальну. А це означає, що освіта сьогодні покликана займатись особливим духовним творенням — готувати нову людину — громадянина України, якому притаманні такі риси, як: національна самоповага і патріотизм, гуманність і добропорядність, компетентність і волелюбність. Ця людина високо цінує ідеали демократії, свободи, справедливості, зростає здоровою людиною, яка сміливо крокує у майбутнє.

## ЦІЛЬОВІ ПРОЕКТИ І ПРОГРАМИ

### Гімназійний благодійний проект «З любов'ю в серці»

#### Мета:

- формувати шанобливе ставлення до людей, які потребують допомоги;
- розвивати почуття милосердя, співчуття, відповідальності за долі інших;
- виховувати потребу творити добро, піклуватися про здоров'я і добробут інших людей.

**Тематичний напрямок проекту:** соціальний.

#### Етапи реалізації

##### 1. Підготовчий:

- а) визначення теми проекту;
- б) пошук і аналіз проблеми (під час підготовки списків ветеранів Великої Вітчизняної війни, людей похилого віку, самотніх людей, які мешкають у мікрорайоні гімназії, відвідування міського будинку похилих людей, школи інтернату та притулку);
- в) постановка мети проекту;
- г) визначення критеріїв оцінювання проекту;
- д) ознайомлення всіх учасників проекту з темою і завданням.

##### 2. Основний період роботи над проектом:

- а) аналіз наявної інформації;
- б) розподіл обов'язків;
- в) систематизація та оформлення проведених акцій;
- г) підготовка виступу агітбригади;
- д) практична допомога;
- ж) висвітлення роботи за проектом у шкільній пресі.

##### 3. Очікувані результати

- Реальна допомога людям похилого віку, ветеранам Великої Вітчизняної війни, дітям міської школи-інтернату, притулку, людям, які мешкають у міському будинку для людей похилого віку.
- Розвиток дитячої особистості через участь у благодійності.
- Виховання чуйності, доброти, поваги до усіх людей, піклування про їх здоров'я.
- Залучення широких мас молоді до участі в проекті на добровільних засадах.
- Відродження благодійних традицій.
- Поширення досвіду роботи через засоби масової інформації, участі в проекті «З любов'ю в серці» та участі в благодійній програмі «Добро починається з тебе».
- Реалізація найкращих рис характеру учнів.

4. Реалізація проекту забезпечує:

- а) розуміння значення милосердя;
- б) обґрунтування значення соціальних служб;
- в) узагальнення досвіду роботи волонтерського загону та агітбригади (створення теки).

#### Зміст соціального благодійного проекту

Благодійна програма «З любов'ю в серці» запланована як така, що постійно діє, довготривала програма Ясенівської гімназії № 2. Програма була започаткована у 2002–2003 н. р. Учасниками проекту стали волонтерський загін «Сузір'я добродіїв», агітаційна бригада «Прометей» і всі учні, які виявили бажання. Протягом функціонування програми постійно реалізуються благодійні дитячі акції: «Збери портфель другові», «Не залишайся байдужим», «Від серця до серця», «Милосердя», «Дзвони Чорнобиля», «Трикутник»; виступи агітбригад «За здоровий спосіб життя»; робота пошукових загонів; акції: «Голуб миру», «Ми поруч»; зустрічі з ветеранами та воїнами-афганцями; написання творів на благодійну тему; конкурси малюнків та плакатів; свята: «Мої рідні дідусь та бабуся», «Бабусяна колисанка», «Мій дідусь воював»; виставки: «З історії моєї родини», «Мій родовід»; класні години тощо.

Зустрічі з воїнами-афганцями та ветеранами ВВВ відбуваються у січні. Кожен клас відвідує ветеранів, самотніх літніх людей та надає їм посильну допомогу. Воїни-афганці беруть участь у конкурсі пісень про Афганістан. Учні доглядають могили загиблих офіцерів та ветеранів, розташованих на території селища.

«Мій дідусь воював» — свято, присвячене Дню захисника Вітчизни (23 лютого). Відбувається «воєнний» парад паланок і джерелець, конкурс строю та пісні серед 9–11 класів. Члени журі — ветерани Великої Вітчизняної війни та офіцери Радянської армії, Збройних Сил України. Після завершення свята учні вручають ветеранам та офіцерам привітання зі святом та запрошують на благодійний обід до музею гімназії.

«Бабусяна колисанка» — свято вдів загиблих афганців, офіцерів, шахтарів, що відзначається в березні. Привітання жінок — учасниць бойових дій та працівниць тилу з жіночим святом.

Виступи агітбригади «Прометей» «За здоровий спосіб життя» — 04.03.09 р. в актовому залі гімназії та на агітаційних майданчиках с. Рафайлівка та Чапаївка.

«Дзвони Чорнобиля» — Всеукраїнська акція, що відбулася в ПК ім. Горького м. Ровеньок 26.04.08 р. Учні гімназії перера-

хували 217 гривень у фонд допомоги дітям-чорнобильцям, в тому числі і дітям рідної гімназії.

«Трикутник» — акція, що відбувалася 22.02.09. Діти відвідали ветеранів Великої Вітчизняної війни, вручили їм привітання у вигляді воєнного трикутника із запрошенням на зустріч та святковий концерт на їх честь. Діти гімназії подарували ветеранам пісні, танцювальні композиції, вірші. Наприкінці зустрічі волонтери «Сузір'я добродіїв» вручили ветеранам маніфест-звернення дітей-миротворців із зобов'язанням продовжити діло пращів та зберегти мир у всьому світі.

«Милосердя» — це акція, що відбувається в гімназії протягом року і є допомогою людям похилого віку. Волонтери «Сузір'я добродіїв» залучили до співпраці всіх учнів гімназії. Пошукові загони кожного класу відвідали ветеранів та зібрали їх біографічні дані. Були оформлені та передані до шкільного музею теки-звіти.

Щороку пошукові загони оформлюють звіти про всі бойові дії, що відбувалися на території селища, про воєнний госпіталь; збирають матеріали про воїнів, які воювали на території селища; доглядають могили воїнів, які загинули на території селища. Також учні ведуть розкопки на території селища та поповнюють експонатами музей гімназії.

Акція «Голуб миру» щорічно відбувається на Меморіалі слави в м. Ровеньки в травні. Учні нашої гімназії беруть участь у конкурсі плакатів та пісень про мир. Діти звертаються до міської влади з проханнями передати маніфест дітей міста із закликом зберегти мир в усьому світі та захистити дітей від насильства.

Щорічно наприкінці травня проводиться конкурс учнівських творів «Поклик серця», присвячений благодійними справам. Діти відображають результати своєї роботи у творах, висловлюючи свої думки, та надають пропозиції щодо поліпшення благодійної роботи.

За ініціативою командира волонтерського загону організуються та проводяться класні години, позашкільні заходи, відкриті уроки, присвячені збереженню традицій та звичаїв родин учнів (*наприклад*: «Мої рідні дідусь та бабуся», «Бабусяна колисанка», «З історії моєї родини», «Мій родовід», «Жити, щоб пам'ятали»). У межах акції «Збери портфель другу» 6.09.07 р. учні гімназії зібрали та відправили до дитячого притулку та школи-інтернату м. Ровеньок канцелярські товари та дитячі речі (взуття, одяг, іграшки). Придбання та доставку подарунків забезпечили батьки учнів гімназії, а також надана допомога п'ятьом дітям пільгової категорії Ясенівської гімназії № 2 (А. Ларіонов (9-Б кл.), О. Мельников (7-Б кл.), О. Сатаров (8-А кл.), М. Журавська (7-А кл.), А. Андріченко (10-А кл.)).

«Не залишайся байдужим» — ініціативна акція «Сузір'я добродіїв». 04.12.08 р. волонтерський загін звернувся до начальника ЖКГ із пропозицією влаштувати суботник «Чисте повітря».

1. Розклеїти оголошення із закликом до мешканців рідного селища вийти на суботник та прибрати навколишню територію.
2. Надати транспорт для вивезення сміття.

У свою чергу учні прибрали прилеглу територію, парк поблизу селищної ради, 2 зупинки. Підбиттям результатів суботника стала лінійка, на якій міський та селищний голови оголосили подяку учням гімназії за старанність і проявлену ініціативу.

Під час програми здійснюється моніторинг її виконання та підбиття підсумків (сценарії, фотоматеріали, кращі роботи учнів, відгуки учнів та педагогів).

«Від серця до серця» — міська акція, запропонована соціальною службою, у якій 11.01.09 р. ясенівські волонтери взяли активну участь. Вони відвідали дітей-інвалідів (Є. Білоусов (8-Б кл.), М. Журавська (7-А кл.), Т. Суркова (10-А кл.), О. Шкуренко (11-А кл.), Є. Ковальов (2-Б кл.), Н. Підоненко (4-А кл.)) із солодкими подарунками. Весело і швидко минув час у спілкуванні. Підсумки цієї акції були підбиті на міському зльоті волонтерських загонів, де волонтери міста обмінювались досвідом роботи.

У межах цієї акції учні 4 класу взяли участь у конкурсі творів «Мій рідний дідусь та бабуся», що проводився Ровеньківським фондом «Благовест». Усі учні були нагороджені дипломом та цінними подарунками.

«Ми поруч» — благодійна акція, присвячена Дню людей похилого віку. 04.12.08 р. в актовому залі гімназії відбувся концерт для дідусів та бабусь учнів гімназії та селища. Діти декламували вірші, співали пісні, дарували хореографічні композиції. У цей день учні навідалися до людей похилого віку в міський притулок і принесли їм теплі речі, взуття, консервацію, зібрані учнями, учителями, технічними працівниками та батьками гімназії. Спонсорами цієї справи були директор гімназії М. Г. Гетьман та батько командира волонтерського загону І. Токарев. Літні люди раділи подарункам, цілували дітей та фотографувалися з ними. Вони раділи, дуже дякували і сподівалися на нову зустріч. Результати цієї акції були передані до міського та обласного благодійних фондів.

У підсумку реалізації проекту до справи були залучені не тільки волонтерський загін «Сузір'я добродіїв», але й учнівський та педагогічний колектив гімназії, батьки учнів та інші не байдужі мешканці селища.

### Терміни та етапи реалізації проекту протягом навчального року

1.12.2008 — 14.01.2009 (I етап).

14.01.2009 — 9.03.2009 року (II етап).

#### План роботи волонтерського загону «Сузір'я добродіїв»

| № з/п | Зміст роботи  | Дата          | Відповідальний  |
|-------|---|---------------|---|
| 1     | Зустрічі з воїнами афганцями та ветеранами ВВВ                  | Січень        | В. Андарак  |
| 2     | «Мій дідусь воював» — огляд козацьких паланок                   | 23 лютого     | І. Третяк   |
| 3     | «Бабусина колісанка» — свято солдатських вдів                   | Березень      | Е. Коробко  |
| 4     | «Серед друзів» — свято за участю дітей-інвалідів                | 03.12.09 р.   | Ю. Токарева   |
| 5     | Виступи агітбригади «Прометей» «За здоровий спосіб життя»       | 04.03.10 р.   | М. В. Козир, педагог-організатор  |
| 6     | Міська акція «Трикутник»  | 22.02.10 р.   | О. Козир  |
| 7     | «Милосердя»   | Упродовж року | Ю. Шляхтянко  |
| 8     | Акція «День Святого Миколая»                                    | 19.12.09 р.   | Х. Артемова   |
| 9     | Конкурс учнівських творів «Поклик серця»                        | Січень        | Т. І. Крамаренко — учитель української мови та літератури               |
| 10    | Класні години, поза-шкільні заходи, відкриті уроки              | Упродовж року | М. В. Козир, класні керівники   |
| 11    | «Не залишайся байдужим» — ініціативна акція «Сузір'я добродіїв» | 04.12.10 р.   | Ю. Токарева, командир волонтерського загону                             |
| 12    | Міська акція «Від серця до серця»                               | 11.01.10 р.   | Л. В. Басакіна, методист будинку творчості                              |
| 13    | Конкурс творів «Мій рідний дідусь (бабуся)»                     | 01.03.10 р.   | С. Є. Рибальченко, заступник директора з науково-методичної роботи      |
| 14    | Благодійна акція «Ми поруч»                                     | 04.12.09 р.   | Т. Печенюк, кошовий отаман дитячо-юнацької організації «Ясенівська Січ» |

### Цільовий проект «Ми — діти козацького роду»

**Мета:** зберігати здоров'я дітей на основі ідей педагогіки життєтворчості; вивчати історичне минуле українського народу.

2007–2008 н. р.

#### I. Концептуально-організаційний етап

**Мета:** провести обстеження стану здоров'я педагогічного та учнівського колективів; вивчити стратегічні завдання розвитку навчального закладу й тенденції розвитку педагогічного процесу; розробити комплексно-цільові програми: «Ми діти козацького роду», «Формування успішної особистості».

#### Форми роботи:

1. Психолого-медичне діагностичне обстеження вчителів та учнів.
2. Анкетування батьків та вчителів за темами: «Адаптація дітей до школи», «Рівень розвитку особистості».
3. Засідання педагогічної ради «Здоров'я дітей — наше майбутнє».
4. Психолого-педагогічний семінар на тему «Формування здорової особистості — шлях до гуманізації навчально-виховного процесу».
5. Круглий стіл на тему «Козацькими тропами».
6. Спортивні змагання «Козацькі забави».

#### Позитивні результати:

1. Планування роботи закладу на основі комплексно-цільових програм.
2. Позитивне ставлення працівників закладу до змін в організації навчально-виховного процесу.
3. Виявлення рівня захворюваності учнівського та педагогічного колективу навчального закладу.

2008–2009 н. р.

#### II. Практичний розвиток системи

**Мета:** реалізувати механізм інтеграції зусиль учасників освітнього процесу на основі ідей педагогіки життєтворчості; організувати взаємодію навчально-виховного комплексу з громадськими організаціями та вищими навчальними закладами.

#### Форми роботи:

1. Заняття творчої групи на тему «Критерії результативності роботи над єдиною здоров'язберігаючою проблемою».

2. Засідання педагогічної ради «Педагогічна майстерність учителя — запорука створення умов ефективної співпраці».
3. Засідання науково-методично ради на тему «Шляхи модернізації навчально-виховного процесу гімназії».
4. Лекція для батьків та учнів «Здоров'я — найцінніший скарб».
5. Підсумки експериментальної діяльності навчального закладу.

#### Позитивні результати:

1. Організація індивідуальної інноваційної діяльності педагогів.
2. Розробка комплексно-цільових програм за темами: «Ні — наркотикам!», «Комплексний підхід щодо проблеми здоров'я», «Управління особистісним зростанням учителя».
3. Корекційна робота щодо збереження здоров'я.

2009–2010 н. р.

#### III. Оперативний розвиток системи

**Мета:** створити ефективний механізм реалізації комплексно-цільових програм; упроваджувати в навчально-виховний процес інноваційні технології продуктивного навчання.

#### Форми роботи:

1. Засідання науково-методичної ради на тему «Освітня співпраця гімназії з вищими навчальними закладами».
2. Аукціон творчого вчителя.
3. Ярмарок ідей «Інноваційні технології продуктивного навчання».
4. Засідання педагогічної ради на тему «Реалізація концепції та програми розвитку навчально-виховного комплексу шляхом підвищення ефективності науково-методичної структури».
5. Семінар на тему «Упровадження системи локальної професійної взаємодії, спрямованої на реалізацію місії закладу».
6. Конкурс авторських програм факультативів, спецкурсів, книжкових видань та публікацій у пресі.
7. Презентація досвіду «Якість освіти як результат інноваційної діяльності».

#### Позитивні результати:

1. Корекція програми «Комплексний підхід щодо проблеми збереження здоров'я».
2. Практичне використання педагогами досягнень науки, передового педагогічного досвіду, здоров'язберігаючих методик.
3. Підвищення якості освітнього процесу.
4. Збереження та зміцнення здоров'я педагогічного, учнівського та батьківського колективів.

**2010–2011 н. р.**

**Мета:** здійснювати педагогічний моніторинг виконання комплексно-цілевих програм; упроваджувати проектні технології в роботу з кадрами; підвищити роль методичного кабінету.

**Форми роботи:**

1. Творчо-експертні групи вчителів (фокус-групи) з актуальних проблем організації навчально-виховного процесу.
2. Засідання науково-методичної ради «Модель випускника гімназії».
3. Видання методичного бюлетеня на тему «Я в житті моєї гімназії».
4. Міська науково-практична конференція для вчителів і керівників загальноосвітніх закладів на тему «Відкрита академія педагогічної майстерності».
5. Засідання педагогічної ради на тему «Формуємо здорову особистість».

**Позитивні результати:**

1. Підвищення ефективності самоосвітньої діяльності педагогів.
2. Легалізація співпраці колективів гімназії та інших навчальних закладів.

**2011–2012 н. р.****IV. Результативно-узагальнювальний етап**

**Мета:** вивчити результативність реалізації науково-методичної проблеми; поширювати передовий педагогічний досвід учителів; діагностувати готовність педагогів щодо переходу на нову науково-методичну проблему.

**Форми роботи:**

1. Гімназійні педагогічні читання за основними напрямками діяльності.
2. Заняття творчої групи на тему «Досвід в організації дитячого оздоровлення».
3. Засідання педагогічної ради на тему «Самоатестація навчального закладу за заявленою проблемою».
4. Засідання науково-методично ради «Управління розвитком професійної компетентності вчителя шляхом організації роботи над єдиною науково-методичною проблемою».

**Позитивні результати:**

1. Наукові та педагогічні публікації членів колективу.
2. Підвищення іміджу навчального закладу.
3. Залучення педагогів до самоконтролю.

Таким чином, охоплюються всі напрямки діяльності закладу. Заступник директора з науково-методичної роботи в цій роботі є організатором, координатором, аналітиком тощо.

Координація та організація всіх підрозділів здійснюється через організаційну структуру управління, що уточнюється щороку. Науково-методична рада координує навчально-виховну, наукову та методичну роботу гімназії.

**Цільовий проект «Я — громадянин України»**

**Мета:** виховувати справжнього громадянина, зі своїми моральними цінностями, особистісним світом, власною життєвою позицією, який має свої погляди, переконання, духовну єдність із членами родини, шанобливо ставиться до традицій рідного краю, історичної спадщини українського народу, має власні думки і вміє їх утілити у життя.

| № з/п | Програма дій   | Дата          | Клас       | Відповідальний   |
|-------|--|---------------|------------|------------------|
| 1     | Реалізація цільової програми «Я — громадянин України»<br><i>Програмні тези:</i><br>Конституція України про права й обов'язки громадянина. Культура й духовність. Знаю й розумію історію свого народу. Духовна єдність із членами родини. Вірні сини України. Майбутнє України в наших руках. Закони і символи держави. Українці за кордоном.<br><i>Форми реалізації:</i><br>Заочні експедиції, ярмарок народних промислів, дискусії, дебати, відкриті мікрофони, рольові ігри, зустрічі з депутатами, соціологами, політологами, екскурсії й походи історичними місцями, реферати, діалоги-роздуми | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |
| 2     | Реалізація цільової програми «Я — ровенчанин»<br><i>Програмні тези:</i><br>Моє рідно місто. Ровеньки люди прикрашають. Культурна спадщина міста. Спортивні досягнення ровенчан. Забуті імена. Життя в сучасному місті. Економіка, демографія, екологія, влада.   | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |

| № з/п | Програма дій   | Дата          | Клас       | Відповідальний   |
|-------|--|---------------|------------|------------------|
|       | <i>Форми реалізації:</i><br>Конкурси, вікторини, зустрічі, екскурсії, захист проєктів, родинні свята, робота щодо озеленення й благоустрою міста   |               |            |                  |
| 3     | Цикл класних годин   | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |
| 4     | Брейн-ринг на тему «Розділами Конституції України»   | Листопад      | 8–9 класи  | І. Є. Педан      |
| 5     | Ділові ігри на тему «Декларація прав дитини»   | Листопад      | 5–7 класи  | О. М. Григорова  |
| 6     | Сюжетно-рольові ігри на тему «Я і мої права»   | Листопад      | 1–4 класи  | Н. П. Кулаєва    |
| 7     | Дискусії   | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |
| 8     | Рольові ігри на тему «Парламентські вибори»  | Березень      | 9–11 класи | М. Г. Гетьман    |
| 9     | Уроки громадянського виховання за темами:<br>• «Любіть Україну всім серцем своїм і всіма своїми ділами»;<br>• «Україна — диво калинове»;<br>• «Символи Батьківщини моєї»;<br>• «Правопорядок — основа демократії»;<br>• «Політичні права і свободи громадян» | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |
| 10    | Конкурси   | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |
| 11    | Екскурсії до краєзнавчого музею м. Ровеньок  | Упродовж року | 5–11 класи | Класні керівники |
| 12    | Благодійні акції в мікрорайоні гімназії  | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |
| 13    | Уроки пам'яті  | Травень       | 1–11 класи | Класні керівники |
| 14    | Зустрічі з ветеранами Великої Вітчизняної війни  | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |
| 15    | Козацькі розваги   | Упродовж року | 1–11 класи | Класні керівники |

## ПРАКТИЧНІ РОЗРОБКИ (З ДОСВІДУ РОБОТИ ШКОЛИ СПРИЯННЯ ЗДОРОВ'Ю)

### ЗДОРОВ'Я — НАЙЦІННІШИЙ СКАРБ

#### Семінар-тренінг для учнів початкових класів та їх батьків

**Мета:** розширювати уявлення про сім'ю як основний чинник здоров'я; ознайомити дітей з історичними та духовними надбаннями українського народу; формувати вміння піклування про молодих членів сім'ї, про немічних членів родини; виховувати бажання підтримувати традиції доброчинності щодо здорового способу життя в сім'ї.

#### ХІД ЗАХОДУ

##### I. Організаційний момент

##### 1. Привітання

Д і т и (*по черзі*)

— Доброго здоров'я, доброго вам дня!  
— Хай вам тепле сонце світить у вікно щодня!  
— Хай сміється мирне небо і дивує світ!  
— А Земля нехай дарує всім здоров'я цвіт!  
У с і. Бажаємо здоров'я всім присутнім у залі!

У ч и т е л ь

Бо здоров'я, любі діти, — в світі головне,  
А здоровий і веселий пастя не мине!  
Станьте рівно, не крутіться,  
Один одному всміхніться.  
Ласкавинки посилаємо,  
Працювати починаємо,  
Всім гостям добра бажаємо!

##### II. Введення в тему

##### 1. Релаксація «На морі»

— А давайте, діти, уявимо, що ми не в класі, а на березі моря. Заплющте очі та грішки пофантазуйте.

Я на морі... Світить яскраве сонечко.

Дивлюсь на безмежні водні простори. Вони виблискують різними кольорами: синім, фіолетовим, смарагдовим. Дихаю вільно, спокійно. Хвильки набігають одна на одну й тихесенько вдаряються о берег. Здається, що море шепоче, лоскоче та лагідно розмовляє з тобою. Як же прекрасно навкруги! Я почуваюся найщасливішою людиною на Землі...

Розплющте очі.

## 2. Метод «Мікрофон»

— На вашу думку, що таке щастя?

Діти відповідають, передаючи одне одному уявний «мікрофон».

— Коли люди поважають і розуміють тебе.

— Коли твої мрії збуваються.

— Коли в тебе все виходить.

— Щастя — це тоді, коли людина весела.

— Коли у людини день народження.

— Коли вчитель поставив «12» балів.

— Коли в тебе є сім'я.

— Щастя є тоді, коли в твоєму серці живе любов.

— Коли збуваються всі бажання.

— Коли людина працьовита, а не лінива.

— Щастя — якщо людина не зла, любить природу.

— Здійсниться моя мрія стати водолазом.

— Щастя — мати багато друзів.

— Вирости, мати дітей — щастя.

— Здобути улюблену професію — щастя.

— Бути розумним і здоровим — щастя.

— Щастя — це коли твої рідні здорові.

— Отже, людині потрібне здоров'я для того, щоб навчатися, рости, міцніти, долати труднощі життя і досягати успіху. Недарма в народі кажуть: «Було б здоров'я, а все інше наживемо!»

## 3. Ознайомлення з девізом

Щоб щасливими нам стати,  
Здоров'я слід оберігати!

## 4. Повідомлення завдань виховного заходу

У ч и т е л ь

Щоб здоров'я гарне мати,  
Навчимося його зберігати.  
З спортом будемо дружити,  
Щоб ніколи не хворіти.  
Сьогодні у нас дивне свято.  
Нам треба справ зробити забагато.  
Кораблик Мрій усіх чекає,  
Сміливих, дружніх в подорож скликає.

## III. Робота над темою

### 1. Народна мудрість — про здоров'я

У ч и т е л ь

Щоб на корабель сідати,  
Слід багаж з собою взяти.  
Ви прислів'я промовляйте  
І квиточок получите.

Діти по черзі розповідають прислів'я про здоров'я та отримують квиток — вітамінчик життя.

- Тримай ноги в теплі, голову в холоді, живіт у голоді — не хворітимеш, довго житимеш.
- Здоровому все здорово.
- Старому та слабому годи, як малому.
- Найбільше багатство — здоров'я.
- На похиле дерево і кози скачуть.
- Подивись на вид та й не питай про здоров'я.

### 2. Психологічний настрій (під музику)

Отримали квитки усі? Тепер в дорогу залюбки.  
На кораблик наш сідаємо, тихенько ми взуття знімаємо.  
Ось море хвилюється, плеще, вдаряється в борт корабля,  
У кожного серце тріпоче, яка ж то чарівна земля!  
Вдихаємо чисте повітря, милуємось всім навкруги  
І сонце, і море, і вітер нам будуть друзями в путі.

У ч и т е л ь. Наша перша зупинка — «Мультяндія».

Діти, ми потрапили в казку. Нас запросили у гості кіт Матроскін і собака Шарик із Простоквашино. Завітаємо до них?

Діти роззуваються, стають на килим, по якому розсипане насіння квасолі. Кіт Матроскін і Шарик сплять.

### 3. Ходьба під музику по насінню босоніж. Масаж ручок, обличчя, ніжок (сидячи на килимку)

Ми долоньки розітремо. З них ми свій масаж почнемо.  
Оцей пальчик — мій дідусь, оцей пальчик — баба,  
Оцей пальчик — мій татусь, а цей пальчик — мама.  
А цей пальчик — хлопчик наш і зовуть його Івась.  
Горосю-бобосю, тище-митище, фур за полотнище.  
Тосі-тосі ладки, поїдем до бабки.  
Бабка дасть пиріжки, ще й сметанки трішки.  
Летіла бджола кола чола — бумць — улетіла.  
Летіла оса кола носа — бумць — улетіла.  
Летіла мушка кола вушка — бумць — улетіла.  
В руки щіточки взяли, масаж ніжок почали.  
Точки здоров'я пошукайте, завжди гарний настрій майте.

### 4. Дихальна гімнастика. Тренінг

— Діти, сядьте рівненько на підлогу. П'ятки разом, коліна розведені в сторону, руки на коліна, очі заплющені.



Ранок. Усі сплять. Я — сонечко. Я — велике тепле сонечко. Я прокидаюсь, потягуюсь, посилаю всім свої промінчики. Я дарую своє тепло і серце усьому живому. Я з усіма привітаюся. Я радію. Я не сурадість. Я впевнене у своїх силах. Я дарую усім добро, ласку, надію. Я пробуджую всіх, прокидайтесь!

Ш а р и к. Ой, як я добре проспав. Доброго ранку, Матроскін! Я на полювання піду, а ти піч натопи, в хаті прибери, води наноси, квасолінки ці збери.

М а т р о с к і н. Няв! Не хочу, хай потім, ще б полежати, поспати, біля печі пораювати.

Ш а р и к. Ти що забув? Ми ж гостей запросили, ось вони вже на тебе дивляться.

Добрий день, діти! Вітаю вас у Простоквашино. Тільки kota не можу підняти, від подушки відірвати.

Матроскін, дай-но сюди подушку!

На ній ти, друже, не лежи,  
А краще швидко дожени.

#### 5. Рухлива гра «Дожени подушку»

Під веселу музику діти передають одне одному подушечку з ялівцем, а Матроскін намагається її наздогнати.

У ч и т е л ь. Годі тобі, Матроскін, спати! День надворі, а ти ще гімнастику не робив, в хаті не прибрав.

М а т р о с к і н. О! Фізкультуру я люблю, з радістю позаймаюся разом із вами, а от прибирати не можу — лапка зламана.

— Що ж трапилось?

— Та в футбол грав, з суперником штовхнувся, і ось травма.

— Ми тобі співчуваємо, і, звісно, допоможемо. Правда, діти?

А ти, може, посидиш, подивишся?

М а т р о с к і н. Ні, я спорт дуже полюбив, особливо футбол. А справжні футболісти не підводять команду. Ви ж самі бачили, як трапляється в грі: і з перев'язаною рукою бігають, і з ногою. І, навіть, із головою. Для футболіста головне — ноги. А за гру руками мене можуть навіть із гри вивести. Отже, я разом із вами виховуватиму силу волі й не підведу свою команду.

У ч и т е л ь. Це дуже добре! Ставай із Шариком. Вийти з вашого будиночка ми можемо босоніж по цих дровах. Ми всі допоможемо тобі прибратися.

Діти під музику збирають квасоліни і виходять із будиночка по дровах.

#### 6. Перехід по дровах босоніж

У ч и т е л ь. Бачиш, котику, — в гурті наша сила! Любий Матроскін, ти ще спати хочеш? Послухай дитячі поради!

1) Всім відомо — це чудово,  
Коли кожен з нас здоровий.  
Треба тільки знати,  
Як здоровим стати!

2) Кожного ранку по розпорядку  
Маєш ти робить зарядку.

3) Спорт любити слід —  
Проживеш сто літ.

М а т р о с к і н. Дякую, малята! Навчіть мене своєї фіззарядки, і я її робитиму щоранку.

#### 7. Комплекс загальноорозвивальних вправ «З життя птахів»

Зарядка проводиться на колючих килимках босоніж під музичний супровід.

1) «Птахи в'ють гнізда».

В. П. — О. С.

1 — праву руку вгору.

2 — ліву руку вгору.

3 — підвестись навшпиньки, руки вгору, в сторони, потягнутись.

4 — В. П.

2) «Птахи їдять маленьких черв'ячків».

В. П. — ноги на ширині пліч, руки перед грудьми, долоні ступені докупи.

1–7 — хвилеподібні рухи праворуч-ліворуч руками, нахили тулуба праворуч-ліворуч — «повзе гусинь, черв'ячок».

8 — В. П.

3) «Птахи дзьобають зерно».

В. П. — ноги на ширині пліч, руки в замок позаду тулуба.

1 — нахил уперед, руки підняті.

2 — В. П.

4) «Найбільше птахи бояться котів».

В. П. — колінно-ліктьовий натиск.

1–3 — повзання вперед.

4 — колінно-ліктьовий натиск.

5 — вигнути спину.

6 — прогнути спину.

7–8 — теж саме.

8–16 — у зворотному напрямку.

5) «Птахи можуть стрибати з гілки на гілку».

В. П. — руки до плечей.

1–2 — 2 стрибки на правій нозі.

3–4 — 2 стрибки на лівій нозі.

5–8 — 4 стрибки на обох ногах.

б) «Птахи п'ють воду з калюжі».

В. П. — руки на поясі.

1 — підняти підборіддя, вдих.

2 — опустити підборіддя на груди, видих.

Група А повторює комплекс під музику, група Б виконує останню вправу на постановку дихання.

**У ч и т е л ь.** Сподобалась вам наша фіззарядка? Робіть її щодня, зміцнюйте своє здоров'я.

**М а т р о с к і н.** А я і не знав, що у пташок таке цікаве життя, не замислювався, що вони мене бояться. Даю слово, більше я їх не ображатиму! А за таке цікаве заняття я вас теж чогось навчу.

**У ч и т е л ь.** Для того щоб завжди залишатися у спортивній формі, необхідно розвивати силу волі, вірити в свої сили, щодня робити добрі справи. Узувайтесь і повторюйте за мною.

**8. Тренінг «Упевненість»**

Я уважний і серйозний, хоч іще малого зросту.

Зараз з силами зберусь, я нічого не боюсь!

Упевнений, кмітливий я, хочу отримати знання.

Здоров'я змалку зберігаю і вдачу я щасливу маю!

**М а т р о с к і н.** Моя лапка болить, але я не плачу. Стримуюсь. Нещодавно прочитав цікаву історію про людину, яка стала інвалідом, але не втратила бажання жити. Сила волі допомогла їй подолати всі життєві труднощі.

Тетяна Ктитарева з 25 років прикута до інвалідної коляски, але не вважає себе неповноцінною. Хоча захворювання у неї серйозне — занепад м'язів. На жаль, воно невиліковне. Такім людям важко утримувати олівець у руках, не говорячи про те, щоб створити художній витвір. Але Тетяна Іванівна впевнена, що у творчості важлива не тільки мускулатура. Головне — пропустити все через серце, через власну душу. Єдина в Україні професійна художниця лакової мініатюри започаткувала школу, у якій ділиться своєю майстерністю.

Тож і вам я побажаю не втрачати віри,

А коли вам буде важко, щоб знайшли ви сили,

Із недугами боротись сміливо і завзято,

Лише віра допоможе вам щасливим стати.

**У ч и т е л ь.** Ми з тобою погоджуємось і пропонуємо взяти участь у нашій морській подорожі.

**9. Взаємомасаж під марш здоров'ю з гумовими м'ячиками**

Діти виконують рухи під музику і «пливуть» до наступної зупинки — «Родинне коло».

*«Асоціативний куц»*

**У ч и т е л ь.** А хто допомагає вам стати щасливим? (Створення проблемної ситуації.)



На цій зупинці говоритимемо про найдорожчих і найближчих для нас людей — про тих, хто незважаючи ні на що, завжди готові надати нам допомогу і підтримку; про тих, хто нас любить, цінує найбільше у світі; хто піклується про наше здоров'я і кому ми зобов'язані нашим життям — про наших рідних. Наші батьки, дідуся, прадідусі передають нам не тільки цінні знання про здоров'я, а й саме здоров'я, звички, традиції жити так, щоб не втрачати здоров'я (не пиячити, не курити, дотримуватись норм моралі тощо).

#### IV. Закріплення й освідомлення теми

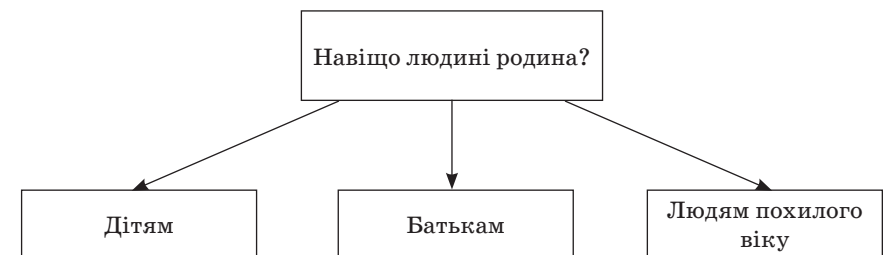
##### 1. Метод «Мікрофон»

— Готуючись до зустрічі, я прочитала такі слова: «Будь-яка дорога починається з перших кроків; будинок — із фундаменту, а людина стає людиною тільки в родині».

Поміркуйте над цими словами. Як ви їх розумієте?

Діти висловлюють думки, передаючи одне одному уявний «мікрофон».

Заповнення схеми вчителем за допомогою дітей.



— А як у вашій сім'ї піклуються про здоров'я?

## 2. Розв'язування проблеми, поставленої вчителем

Діти розповідають про свої сім'ї, роботу батьків, сімейний відпочинок у вихідні та святкові дні. Важливо, щоб діти говорили якнайбільше. Це надасть яскравого позитивно-емоційного забарвлення всьому заходу і створить невимушену обстановку. (Розповіді можна супроводжувати фотографіями). *Наприклад:*

**Ю л і я Є н д о в и ц ь к а.** Я дуже люблю проводити час усією родиною. Вихідний, проведений разом, надає не тільки мені сили, але й татку, мамі, бабусі. Улітку ми любимо подорожувати, відвідувати різні місця. Минулого літа ми подорожували Росією. А я з татком сфотографувалась навіть на справжньому паровозі. Мої любі батьки, не забувайте, що час проведений разом, робить родину щасливою.

**К с е н і я Ч у п р а с о в а.** А мій татко особливий. Його любов настільки сильна, що про хвороби нам ніколи думати. Я люблю з ним полежати на дивані (як ось тут на фото), послухати цікаві казки, станцювати для нього танок Шахерезади і зробити смачненький бутерброд. А як він любить маму! Завжди дарує квіти, ніжно цілує, говорить лагідні слова, а мене пестить і голубить.

**Д а н и л о Є м е л ь я н о в.** А мій татусь мріє про те, що я стану справжнім футболістом, як Пеле, Марадонна чи Андрій Шевченко. Він навіть мене до спортивної секції з футболу записав. У мене вже є дипломи і медалі за перемогу у змаганнях. Татусю! Я тебе не підведу! Вір у мене!

**І л л я К о н с у р.** А я часто хворію на грип, ангіну, бронхіт. Для того щоб полегшити моє дихання моя мама разом зі мною робить дихальну гімнастику. Хочете я вас навчу?

### *Дихальні вправи*

Хлопчик разом із мамою виконують вправи дихальної гімнастики під музичний супровід.

**І в а н е н к о Д м и т р о.** А мої тато і мама записали мене у секцію з гімнастики. На цих фотографіях можна побачити, як я виступаю, роблю складні гімнастичні трюки, а батьки за мене хвилюються. Журі мій виступ оцінило ось таким дипломом та значком. Тут мені всього 5 років. Я можу навіть показати, що я вже вмю. Дівчатка, допоможете?

### *Спортивний танок з елементами гімнастики*

**М а к с и м е н к о Ю л і я.** А дуже люблю, коли в нашій родині весело і лунає сміх. Мій маленький братик так уміє всіх розсмішити, що ми не можемо зупинитись від сміху. Нещодавно у нього був день народження. Він так задув свічки, що весь забруднився тортом. Ми всі сміялись.

**У ч и т е л ь.** А в ваших родині виникають смішні історії? Давайте розповімо!

## 3. Розігрування сценок із життя родини

1) — Оленко, чому ти не причесана?

— Бабуся не встигла причесати.

— А черевики чому брудні?

— Мама не почистила.

— А гудзика чому немає?

— То вже я винна. Забула мамі нагадати, щоб пришила.

2) — Та й набрид же своїм плачем ти мені, Петрусь!

— Це я, мамо, не вам плачу.

— А кому?

— Бабусі.

3) — Умивайся, бери, синочку,

Швидше, не лінився!

— Так за мене он, в куточку

Кіт уже умився.

4) — Тату! — вигукнув Степан, —

Купи мені барабан.

— Та у нашій, синку, хаті

Шуму й так уже багато!

— Я на ньому буду грати,

Коли ляжете ви спати.

5) — Дідусю, давай купимо велику ляльку!

— Я, онучку, з радістю б, але вона нам не по кишені.

— Та нічого, ми її в руках понесемо.

6) Четверо хлопчиків запізналися на урок. Учителька питає першого:

— Чому ти спізнився?

— Моя мама захворіла, і я ходив до аптеки по ліки.

— А ти чому запізнився?

— У нас годинник відстає.

— Ну, а ти?

— У мене голова дуже боліла.

Четвертий учень плаче.

— Чого ти плачеш?

— Вони вже все сказали, а що ж я говоритиму?

**У ч и т е л ь.** Нехай ці смішинки допоможуть вашим родинам завжди знаходити спільну мову і у вас не зникне бажання дружно й весело спілкуватися.

**Т и щ е н к о В а л е р і я.** А я люблю, коли в моїй родині грають зі мною та моїм братиком. Ми тоді дуже щасливі. А давайте й ми зараз пограємо!

### 4. Конкурси

1) Зустріч.

Дитина і мама йдуть назустріч одне одному, з кожним кроком промовляючи ласкаві слова: «кицюню моя», «рибонька», «сонечко»,

«дорогенька» тощо. Зустрічаються. Стають спинами. Учитель ставить запитання.

Спочатку кивком голови «так» чи «ні» відповідає дитина. Після неї на запитання відповідає мати.

- Чи любить ваша дитина манну кашу?
- Чи миє посуд ваша дитина?
- Чи любить ваша дитина чистити зуби?
- Чи лягає ваша дитина спати о дев'ятій годині вечора?
- Чи вранці застилає ліжко ваша дитина?
- Чи любить вмиватися ваша дитина?
- Чи полюбляє вона читати?
- Чи подобається їй навчатися в школі?
- Бажаю, щоб навчання в школі дарувало вам тільки радість.

#### 2) Упізнай мамин голос.

Дитині зав'язують очі. Кілька жінок із зали, в тому числі й матуся, по черзі кличуть її. Дитина відгадує мамин голос.

#### 3) Нагодуй дитину молоком.

Двоє матусь із доньками сидять на стільцях. Під веселу музику мама годує свою дитину молоком із пляшечки із соскою. Хто перший завершив справу, той і переміг.

— Тепер ви можете народити братика чи сестричку своїм діткам.

#### 4) Упізнайте дитину вночі.

Мамі зав'язують очі. Серед п'яťох-шістьох дітей вона повинна відшукати свою дитину. (*Усім дітям надягають перуки, шапки, маски, банти.*)

— Свою дитинку ви впізнаєте навіть уночі, адже вона рідна.

#### 5) Татусь телефонує.

— Вам зателефонував татко і повідомив, що він завчасно повернеться з роботи. А ви гралися зі своїм братиком та розкидали іграшки. Двом парам — мамі й дитині — пропонується із зав'язаними очима якнайшвидше зібрати іграшки до татусевого повернення.

— А тепер можна зустрічати татуса в чистій кімнаті!

#### 6) Трапляється — не трапляється.

— Якщо у вашій родині таке буває — стійте, якщо не буває — присядьте.

- Мама готує смачний борщ.
- Тато затримується на роботі.
- Дідусь доїть козу.
- Бабуся пригощає вас смачними пиріжками.
- Ви розтоплюєте піч.
- Мама ремонтує розетку.
- Тато пришиває гудзика.
- Дідусь слухає реп.

- Бабуся допомагає вивчити уроки.
- Ви готуєте сніданок.
- Татусь пече тортик.

— Дуже добре, якщо ваша родина весела й дружна, а ви допомагаєте одне одному. Цінують своїх близьких, даруйте їм тільки радість.

У ч и т е л ь

Де злагода в сімействі, де мир і тишина,  
Блаженні там люди, щаслива сторона.  
Тож бажаю всім родинам щастя!

— А зараз на нас чекає третя зупинка — «Поміркуй»!

#### 4. Метод «Акваріум». «Асоціативний куц»

Діти об'єднуються у дві команди. Кожна з команд стає перед класом, утворивши внутрішнє коло. Їй пропонується проблема для обговорення. Решта дітей спостерігають за обговоренням. Групі, яка працює в «акваріумі», потрібно озвучити ситуацію, обговорити її, використовуючи метод дискусії, дійти спільного рішення. Після обговорення група займає місце у зовнішньому колі, а вчитель ставить класу запитання:

— Чи погоджуєтеся ви з думкою групи? Чи була ця думка достатньо аргументованою?

— Який з аргументів ви вважаєте найпереконливішим?

Після цього місце в акваріумі займає інша група й обговорює наступну проблему.

*Проблеми для обговорення*

*Група 1.* Незабаром ви подорослішаєте і у вас народяться такі самі чудові, як ви, дітки. Уявіть себе на власному весіллі. Чи купуватимете ви вино та шампанське на це свято?

*Група 2.* Як ви гадаєте, яке слово тут заховалося? Розв'яжіть цей асоціативний куц.



У ч и т е л ь. Так, дійсно, найбільше надбання, дар, що дістався нам від наших батьків, — це життя. Бережіть своє здоров'я та здоров'я своїх рідних, і ви зможете стати по-справжньому щасливою людиною. Я від щирого серця бажаю вам цього.

## V. Підсумок

Наша подорож скінчилася, але «Мрія» не спинилася,  
І покличе ще не раз в цікаву подорож всіх нас.

1. Пісня-гра «У цьому класі друзі всі»
2. Тренінг «Я мрію про...»

— Складіть долоньки «човником» і заховайте в них свою мрію, тихенько промовляючи те, про що ви мрієте: «Я мрію про...» При-туліть свої долоньки до серця й наповніть вашу мрію добротою й те-плотою свого сердечка. А тепер зігрійте свою мрію теплим диханням й відпустіть її. Нехай вона летить й обов'язково здійсниться. А ми промовимо їй вслід: «Я вірю в те, що мою мрію здійсниться і прине-се мені щастя...»

Всі ви добре працювали,  
Вміння гарні показали,  
І прийдете ще не раз  
У цей просторий, світлий клас.  
Вам бажаю не хворіти,  
З фізкультурою дружити.  
В родині всім щасливо жити.  
Хай щастить вам, діти, всюди!  
Хай ростуть з вас добрі люди!

Д і т и. Усім спасибі за увагу, будьте завжди щасливими!

## ОЗДОРОВЧІ СИЛИ ПРИРОДИ ТА ГІГІЄНИЧНІ ФАКТОРИ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ

### Науково-практична конференція для батьків, учителів та учнів

**Мета:** розглянути питання впливу сил природи та гігієнічних факторів на оздоровлення дитини; ознайомити з відомими методи-ками загартовування; провести практичні вправи щодо відновлен-ня психологічного балансу; сприяти формуванню культури здоров'я батьків та учнів.

#### План конференції

1. Роль фізичної культури в формуванні здорової особистості (Т. І. Постолова — учитель фізичної культури Ясенівської гім-назії № 2).
2. Загартовування козаків (С. М. Лосенко — учитель історії Ясе-нівської гімназії № 2).
3. Ознайомлення з методикою загартовування «Детка» (В. А. Ключ-са — медична сестра навчального закладу).

4. Заняття за системою Б. С. Толкачова (О. М. Григорова — учи-тель основ здоров'я Ясенівської гімназії № 2).
5. Практичні вправи з відновлення психологічного балансу (С. Є. Рибальченко — учитель початкових класів, Н. О. Кула-єва — практичний психолог).

## ХІД КОНФЕРЕНЦІЇ

### 1. Роль фізичної культури в формуванні здорової особистості

Для тих, хто не хоче страждати на хвороби, хто спроможний знайти в собі сили боротися з ними, існує надійний спосіб — фізич-на культура, про користь якої відомо ще з давніх часів.

Фізична культура сприяє правильному розвитку дитини, зміц-ненню її здоров'я.

Під впливом різних подразників, що дитина отримує з навко-лишнього світу, її організм стає здатним витримувати умови жит-тя, що постійно змінюються. Загартований організм швидко присто-совується до змін зовнішньої температури й до фізичного наванта-ження. Здорові, загартовані дітей завжди добре виглядають, мають гарний апетит, спокійно сплять. Такі діти рідко хворіють на катар верхніх дихальних шляхів, грип, ревматизм, запалення легень, ін-фекційні хвороби. Сьогодні інтерес до різноманітних немедикамен-тозних методик різко підвищується. Краще попередити виникнення хвороби, ніж потім її лікувати. Багато ліків дають побічні ефекти.

Тільки здоровий спосіб життя (фізична культура, раціональне харчування, загартовування, відмова від шкідливих звичок і спіл-кування з природою) принесуть велику користь організму. Тому ми все частіше звертаємося за порадою до витоків народної мудрості.

### 2. Загартовування козаків

У Запорозькій Січі виховання юнаків — майбутніх воїнів — бу-ло підпорядковане фізичному розвитку та загартовуванню.

Під впливом регулярних дій зовнішнього середовища (сонця, повітря, води) відбувалося поступове пристосування організму до цих змін, що сприяло профілактиці різноманітних захворювань, зміцненню здоров'я та повноцінному довголіттю. Дослідник Г. Бо-план, відвідавши Січ, писав: «Козаки мають міцне здоров'я і май-же не знають хвороб». Прекрасний знавець історії та звичаїв запо-розьких козаків Д. І. Яворницький зазначав: «Запорожець не знав ні «цоб», ні «цабе», тому був здоровий, вільний від хвороб, умирав більше на війні, ніж удома. Зараз народ слабкий, порожній і не-довговічний: як 90 років прожив, то й стежки під собою не бачить,

а в давнину в 100 років людина тільки в силу вбиралась. Тому запорожці жили весело й довго».

На основі детального аналізу історичних документів можна відтворити систему загартування козаків.

Як відомо, козаки жили серед природи з чистим і свіжим повітрям. За давнім звичаєм, більшу половину року вони ходили в легкому одязі, без головних уборів, часто босоніж і з оголеним торсом, що давало добрий ефект від повітряних ванн. Завдяки постійному перебуванню на повітрі організм козаків поступово пристосовувався до температури навколишнього повітря, що була нижчою ніж температура тіла. Завдяки дії повітря непомітно зникало збудження, поліпшувався сон, з'являвся бадьорий настрій. Повітряні ванни позитивно впливали і на серцево-судинну систему, сприяли нормалізації артеріального тиску, поліпшували роботу серця. Дуже велике значення мав сон на свіжому повітрі. Це підвищувало стійкість організму до застудних захворювань.

Значного поширення серед запорожців набуло загартування водою. За словами Д. І. Яворницького: «Козаки вставляли на ноги зі сходом сонця, зразу ж умивалися холодною джерельною або річковою водою». Раціональним є те, що козаки приймали водні процедури вранці, коли шкіра рівномірно зігріта, що забезпечує відмінну судинну реакцію.

Загартування водою, порівняно з повітрям, мало сильніший вплив. Це своєрідна гімнастика для судин, завдяки якій судини своєчасно розширюються і звужуються, що дозволяла козакам швидко адаптуватись до мінливого середовища.

Серед різноманітних фізичних вправ козаки надавали перевагу плаванню. Без цього вміння було дуже важко вижити в цей час. Це також один із найефективніших способів загартування. Плавання має велике оздоровче значення, адже воно зміцнює серцево-судинну, дихальну і м'язову системи, сприяє гармонійному розвитку особистості. Як зазначає А. Ф. Кащенко: «Купалися запорожці не тільки влітку, а й восени, а хто — так і всю зиму». Яку потрібно мати витримку, рівень загартованості, щоб увійти в холодну крижану воду!

Так само, як і стародавні слов'яни, запорожці дуже цінували цілющі властивості сонячного проміння, і тому прагнули якомога більше часу перебувати під його дією. Відомий історик Й. Мюллер писав: «...Козаки становлять собою дужих, загартованих на сонці людей». Під дією сонячного проміння у козаків підвищувався тонус центральної нервової системи, розширювався кров'яний тиск, посилювалось потовиділення, знищувались мікроби й руйнувалися отрути, які виробляють ці мікроби. Унаслідок тривалого перебуван-

ня козаків на сонці відбувалася пігментація шкіри. Вона захищала запорожця від надмірного сприймання ультрафіолетових променів.

Одним із важливіших компонентів міцного здоров'я є раціональне харчування. Згідно з даними Д. І. Яворницького, у Запорозькій Січі на стіл подавали такі страви: соломаху (густо зварене борошно), тетерю (не дуже густо зварене на квасі житнє борошно чи пшоно), щербу (рідка риб'яча юшка з пшоном), мамалигу (тісто з проса чи кукурудзи), ласували козаки і м'ясом, споживали рибу. Не відмовлялися від вареників, сирників, гречаних галушок із часником. Їжу запивали різноманітними напоями із металевого або дерев'яного посуду.

Таким чином, їжа козаків була різноманітною, збалансованою та повноцінною і разом із тим простотою і помірністю. Алкоголь козаки вживали не надмірно, тільки під час відпочинку. Якщо перебували у військовому поході або задумували якесь важливе діло, то утримувалися від алкоголю.

Отже, систематичне виконання фізичних вправ разом з ефективною системою загартування виховали той тип козаків, які легко переносили спрагу та голод, спеку та холод і були надійними захисниками всього українського народу.

### 3. «Детка» П. К. Іванова

Одним із інших витоків народної мудрості є система оздоровлення П. К. Іванова — філософа-самоучки. Система була названа «Деткою». Це не простий набір правил загартовування, харчування, а цілісна система способу життя.

Чому вона має таку назву?

Ми всі рівні перед природою. Стосунки дорослих і дітей повинні бути на рівних. Основою виховних дій необхідно зробити особистий приклад і прохання. «Надо приучити себе с вєжливостью обслуживать дитя, чтобы оно знало, чего от него хотят» (П. К. Іванов).

Потрібно визнати, що причини дитячих хвороб слід шукати у неправильному способі життя дорослих. Якщо у дорослих немає почуття страху, присутнє почуття міри, то діти дуже добре сприймають процедуру загартування. Якщо дорослий виконує усі правила «Детки», то у нього зникає страх — і за себе, і за дитину.

Отже, що ж це за система?

*Система правил*

- 1) Двічі на день купайся в холодній природній воді, щоб тобі було добре. Купайся, де можна: в озері, річці, ванні, приймай душ, обливайся. Гаряче купання завершуй холодним.
- 2) Після купання вийди на природу, стань босоніж на землю, узимку — на сніг хоча б на 1–2 хв. Вдихни через рот декілька разів повітря й подумки побажай собі й всім людям здоров'я.

- 3) Не вживай алкоголю й не кури.
- 4) Намагайся хоча б раз у тиждень повністю не їсти і не пити. Це твої заслуги й спокій.
- 5) О півдні у неділю вийди на природу босоніж й декілька разів подихай, подумай. Це свято для твого тіла. Після цього можеш їсти все, що тобі подобається.
- 6) Люби навколишню природу. Не плюйся навколо й не випльовуй нічого із себе.
- 7) Вітайся з усіма й всюди, особливо з людьми похилого віку. Хочеш бути здоровим — бажай здоров'я іншим.
- 8) Допмагай людям, чим можеш, особливо бідному, хворому, ображеному. Роби це з радістю. Відгукнись на його потребу душею й серцем. Ти знайдеш у ньому друга й допоможеш справі миру.
- 9) Перемагай у собі жадність, лінь, страх, гордість, самозакоханість. Довіряй людям і люби їх.
- 10) Звільни свою голову від думок про хвороби, недомагання, смерть. Це твоя перемога.
- 11) Що замислив — роби.
- 12) Передавай свій досвід іншим. Не хвались! Будь скромним.

#### 4. Заняття за системою Б. С. Толкачова

Б. С. Толкачов розробив заняття щодо профілактики й лікування застудних захворювань за програмою фізичної реабілітації після хвороби.

Цей метод потребує всього однієї години занять на день, і потім не доведеться не спати вночі, щоб боротися з недугом. Тож нехай хвороба не приходить у ваш дім. Будь-яку хворобу краще попереджати, ніж лікувати.

##### *Цикл заходів*

- Загартовування водою. Головна умова — регулярність, інакше не буде ефекту. Оптимально проводьте водні процедури на вулиці, стоячи на землі босоніж. Не бійтеся застудитися.
- Розтирайтеся мокрим рушником після тренування, коли немає можливості прийняти душ. Після водної процедури краще побігати босоніж і виконати декілька вправ.
- Зробити масаж обличчя. При затяжному риніті нахилитися вперед і втягнути носом воду з пригоршні.
- Промасажувати грудну клітку.
- Розтерти підошву до гарячого впродовж 1–2 хв.
- Виконати дихальну гімнастику. Дихати через рот.
- Фізичні вправи, що спрямовані на дренаж бронхів (здимання).
- Легкий біг із чергуванням діафрагмального дихання.

- Ходьба.
- Загальнорозвивальні вправи.
- Відпочинок у ліжку після водних процедур або фізичної активності.
- Комплексний догляд уночі.
- Раціональне харчування.
- Плавання, рухливі ігри.

Усі ці процедури спрямовано на зміцнення дитячого організму й підвищення його опірності у боротьбі з хворобами, не вдаючись до медикаментозних засобів.

Результатів можна досягти тільки наполегливою працею.

#### 5. Використання дихальних вправ

##### «Я — СОНЕЧКО»

Я — маленьке сонечко. Я прокидаюся, умиваюся, розчісую свої промінчики, піднімаюся над обрієм. Я — велика розжарена куля. Я дарую своє тепло лісам, лукам, рікам. Я лечу над землею й дихаю вільно, спокійно. Як же красиво навкруги!

##### «Я — ВІТЕР»

Я — вітер. Я легкий, ніжний, привітний. Я лагідно торкаюся квітів, я ховаюся у гілках дерев, бавлюсь листочками. Я вдихаю свіже повітря рідних лісів. Я лечу над морем. Я здійсмаю хвилі. Я сильний і дужий.

##### «Я — ХМАРКА»

Я — хмарка. Велика, м'яка, пухнаста. Пливу по безкрайньому синьому небу. Ручки мої легкі й плавні. Я підводжу вгору очі, милуюся краєвидами, вдихаю всім тілом свіже повітря.

##### «Я — ЛИСТОЧОК»

Я — маленький листочок. Мене весело гойдає вітерець і хоче зірвати, кличе мене за собою. Ось я відірвавсь від гілочки, злітаю. Як добре над землею. Вдихаю на повні груди аромати квітів, лісів, річок. А як стомлюся, опускаюся на землю, щоб відпочити.

##### «Я — ДЕРЕВЦЕ»

Я — деревце. Я расту у весняному лісі. Пригріває ласкаве сонечко і я тягну до нього свої гілочки. Вітер гойдає мої листочки й ніжно шепоче до мене: «Рости швидше, деревце!» Я підіймаюся вгору, расту й дихаю повними грудьми глибоко, спокійно.

## «Я — ПРОЛІСОК»

Я — маленький пролісок, що б'ється з-під снігу. Я освітлений сонечком на лісовій галявині. Мені тепло й радісно. Я протягую свої листочки до сонця, розкриваю їх і вдячно кланяюсь голівкою своєму доброму й теплому другові.

## «Я — НА МОРІ»

Заплющте очі. Ви на морі. Сяє тепле сонечко. Віє легкий вітерець. Хвилячки б'ються о берег і кличуть за собою. Море виблискує синім, фіолетовим, смарагдовим сяйвом. Так і хочеться зробити глибокий вдих, розслабитися й пірнути в прохолодну воду.

## «ПОРЯТУЙ ПТАШЕНЯ»

У тебе в долоньках маленьке безпорадне пташеня. Порятуй його. Стули обережно долоньки й ніжно подмухай на нього, зігрій пташеня своїм диханням. Притули його до свого сердечка й віддай часточку свого тепла. Розтули долоньки, відпусти пташеня на волю. Ба-чиш, воно вдячне тобі...

Таким чином, оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори мають важливе значення в системі фізичного виховання дітей. Тож нехай сонце, повітря й вода стануть нашими найкращими друзями, а впевненість у собі, своїх силах, щоденне піклування про своє здоров'я й здоров'я своїх близьких звільнить нас від хвороб, принесе радість, щастя, наповнить кожен день життєдайною силою. І не слід забувати, що від нас, дорослих, залежить, яке здоров'я матимуть наші діти. Тож докладемо всіх зусиль, щоб поруч із нами були здорові й щасливі діти: гармонійно розвинені, загартовані, працездатні, спроможні долати будь-які труднощі й негаразди. Недарма в народі кажуть: «Було б здоров'я, а все інше наживемо».

Щоб здоровим тобі бути,  
Загартованим слід бути,  
Про здоров'я піклуватись  
Й перш за все — не лінуватись.  
Зі спортом треба всім дружити  
І ніколи не палити!  
Рано з сонцем слід вставати,  
Босоніж по траві гуляти.  
Вправи і масаж робити,  
Людям мир й тепло дарити.  
Друзям завжди посміхатись,  
З незнайомими вітатись.  
Щастя, радість в дім нести  
Та, як квіточка, цвісти.  
Щастя лиш того чекає,  
Хто закони всі ці знає.  
Якщо втілює в життя —  
Нема хворобам вороття.

## ЦИКЛ УРОКІВ ІЗ КУРСУ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я» В 3 КЛАСІ

### Урок 11. Здоров'я сім'ї

#### Практична робота № 10. Визначення обов'язків учня щодо піклування про здоров'я членів сім'ї

**Мета:** розширювати уявлення про сім'ю як основний чинник здоров'я; формувати вміння піклування про молодих членів сім'ї, про немічних членів родини; виховувати бажання підтримувати традиції здорового способу життя в сім'ї.

**Обладнання:** плакати, родинне дерево, підручник, робочий зошит, схеми, магнітні дошки, мікрофон.

#### ХІД УРОКУ

##### I. Організаційний момент

У ч и т е л ь

Доброго здоров'я, діти, доброго вам дня!  
Хай вам ясно сонце світить у вікно щодня,  
Хай сміється мирне небо і дивує світ,  
А Земля нехай дарує вам барвистий цвіт.  
Бо здоров'я, любі діти, в світі головне,  
А здоровий і веселий — щастя не мине!

##### II. Повторення вивченого матеріалу

###### 1. Проблемна ситуація. Метод «Мікрофон» — Що потрібно людині для щастя?

Діти висловлюють свої думки, передаючи одне одному уявний «мікрофон».

**Висновок.** Отже, людині потрібне здоров'я, щоб навчатися, рости і міцніти, долати труднощі життя і досягати успіху, бути щасливою. Недарма народ каже: «Було б здоров'я, а все інше наживемо!»

###### 2. Перевірка домашнього завдання

###### 1) Робота з прислів'ями.

- Здоровому все здорово.
- Весела думка — половина здоров'я.
- Як на душі, так і на тілі.
- Здоров'я маємо — не дбаємо, а втративши — плачемо.
- Найбільше багатство — здоров'я.
- Як нема сили, то й світ не милий.
- Світ великий — було б здоров'я!



- 2) Заповнення схеми «Фактори природи, що впливають на здоров'я людини».



- а) Групова робота.

Учні об'єднуються у три групи. Перша готує повідомлення про шкідливість і корисність сонця; друга — шкідливість і корисність повітря; третя — шкідливість і корисність води.

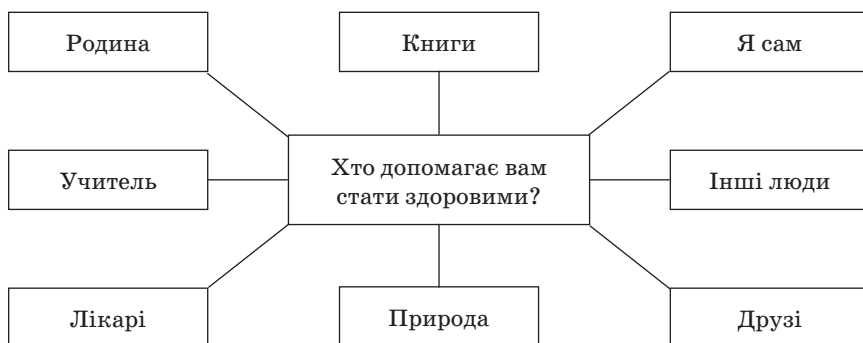
- б) Звіт «медиків».

За малюнками діти розповідають, як можна загартовуватися і зберігати своє здоров'я.

### III. Вивчення нового матеріалу

1. Створення проблемної ситуації

«Ажурна пилка»



2. Повідомлення теми уроку

— Сьогодні говоритимемо про найближчих і найдорожчих для нас людей: про тих, хто, незважаючи ні на що, завжди готові надати нам допомогу і підтримку; про тих, хто нас любить і цінує найбільше у світі; про тих, хто піклується про наше здоров'я, і кому ми зобов'язані своїм життям — про наших рідних.

Так, діти, говоритимемо про ваші родини, про збереження здоров'я в сім'ї.

3. Проблемне запитання

— Що таке сім'я?

4. Розв'язування проблеми, поставленої вчителем

Діти розповідають про їхні сім'ї, роботу батьків, сімейний відпочинок у вихідні та святкові дні. Важливо, щоб діти говорили як-

найбільше. Це надасть яскравого позитивно-емоційного забарвлення всьому уроку і створить невимушену обстановку. Розповіді можна супроводжувати фотографіями.

5. Висновок

Сім'я — найближчі для кожного люди. Кожна родина по-своєму особлива. Кожна має свої правила, традиції. Якщо в сім'ї всі допомагають одне одному, тут завжди пануватимуть добробут і здоров'я.

6. Бесіда про обов'язки дитини в сім'ї

— Чи маєш ти обов'язки в сім'ї?

— Які саме?

— Чи виконуєш ти їх із задоволенням?

— Чому?

— Як ти гадаєш, кому ти полегшуєш працю, виконуючи свої обов'язки?

7. Розповідь з елементами евристичної бесіди про здоров'я у родині, сім'ї

— Що, на вашу думку, додає нам здоров'я? (*Щирість, радість серця, пісня, рух, любов, молитва*)

— Давайте згадаємо веселу пісеньку і заспіваємо її. Який у вас настрій?

— Недарма у японців національною традицією, ознакою вищого етикету є гасло: «Тримай усмішку!» Усмішка нейтралізує негативні емоції та додає позитивних, отже, додає здоров'я. Як співається в нашій народній пісні: «Хай в вас і в нас все буде гаразд, щоб ви і ми щасливі були!» До здоров'я слід ставитися дуже серйозно. Ми перебуваємо в одвічному ланцюзі поколінь. Наші батьки, дідуся, прадідуся передали нам не тільки цінні знання про здоров'я, а й саме здоров'я, звички, традиції жити так, щоб не втрачати здоров'я (не пиячити, не палити цигарок, дотримуватися норм моралі тощо). Усе це ми передамо своїм дітям і навчимо їх берегти здоров'я в умовах, що дуже змінилися з тих часів (скажемо, колись можна було присипати рану землею, і вона гоїлася; можна було пити воду з річок, не боячись інфекції).

Важливо, як ми проводимо кожен день, як його починаємо: чи бажаємо, прокинувшись, радості й здоров'я всім добрим людям.

— Які традиції щодо збереження здоров'я є у ваших родин?

8. Робота з підручником

1) Опрацювання тексту «Сім'я і здоров'я» (С. 35).

2) Розповіді за малюнками.

3) Відповіді на запитання.

### IV. Фізкультхвилинка «У цьому класі друзі всі»

## V. Закріплення вивченого матеріалу

### 1. Робота в зошиті

*Завдання 1.* Намалювати членів своєї родини.

*Завдання 2.* Колективна робота.

*Завдання 3.* Самостійна робота.

*Завдання 4.* Робота в групах.

*Завдання 5, 6.* Самостійна робота.

*Завдання 7.* Обрати правильну відповідь.

### 2. Продовжте речення.

*Моя мама...*

*Мій тато...*

*Бабуся — це мама...*

*Дідусь — це тато...*

*Прабабуся — це...*

*Прадідусь — це...*

— Як звати ваших дідусів, бабусь, прабабусь, прадідусів?

— Де вони знаходяться на родовідному дереві?

— Хто дає життя вашому роду?

— Що станеться з деревом, якщо його спилати, позбавити коріння?

— То як слід ставитися до найстарших членів вашої родини?

Чому?

### 3. Гра «Трапляється — не трапляється»

Якщо в родині таке буває, то діти стоять, якщо не буває — присідають.

- Мама готує смачненький сніданок.
- Я прибираю в хаті.
- Дідусь грається з тобою в рухливу гру.
- Тато зав'язує тобі бантики.
- Бабуся пригощає чаєм із травами.
- Ти миєш взуття всім членам родини.
- Мама робить татові масаж.
- Дідусь годує тебе з ложечки.
- Ти робиш рідним приємні сюрпризи.

У ч и т е л ь. Бажаю, щоб у ваших родинах завжди панували мир і спокій, ви завжди відчували підтримку інших, самі також дарували своїм близьким тільки радість.

## VI. Практична робота «Визначення обов'язків учня щодо піклування про здоров'я членів сім'ї»

**Мета:** визначити обов'язки учня щодо піклування про здоров'я членів сім'ї; учити їх виконувати.

## 1. Розповідь з елементами бесіди

— Сім'я, мов сонечко, зігриває дитину від народження і до кінця днів. У родині має панувати злагода, повага до близьких, члени родини повинні шанувати старших, особливо бабусь і дідусів.

— Як батьки піклуються про вас?

— Як ви піклуєтеся про здоров'я своїх рідних?

— Що ви робите, щоб зберегти здоров'я в сім'ї?

**Висновок.** Молодший школяр може:

- допомагати мамі готувати їжу;
- піклуватися про молодших братиків і сестричок;
- прибирати у помешканні;
- доглядати за квітами, хатніми тваринами;
- організовувати рухливі ігри та фізкультхвилинки;
- робити рідним приємні сюрпризи;
- розраджувати засмучених родичів;
- створювати і підтримувати гарний настрій.

*Завдання 7 (зошит, с. 16)*

— Якщо хтось із членів сім'ї захворів на грип, слід...

Обговорення і виконання завдання в групах.

## 2. Допишіть літери і прочитайте ключове слово.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   |   |   | П | І | В | Ч | У | Т | Т | Я |   |   |   |   |
|   |   |   |   | П |   | Д | Т | Р | И | М | К | А |   |   |   |   |
|   |   |   | В | З | А | Є |   | О | Д | О | П | О | М | О | Г | А |
|   |   |   | О | Б | О | В |   | Я | З | К | И |   |   |   |   |   |
| П | О | Р | О | З | У | М | І | Н | Н |   |   |   |   |   |   |   |

## VII. Підсумок уроку

— Про що йшлося на уроці?

— Що вам сподобалося найбільше?

— Чи потрібно піклуватися про здоров'я всіх членів родини?

— Чи приносить вам це задоволення?

— Яка атмосфера повинна панувати в сім'ї, щоб усі були здоровими?

## VIII. Оцінювання роботи дітей на уроці. Домашнє творче завдання

Скласти поради від бабусь «Піклування про здоров'я в сім'ї».

## Уроки 12–13. Жінка. Чоловік. Мати. Батько. Братики. Сестрички

### Практична робота № 12. Рольова гра «Батьки і діти»

**Мета:** продовжувати формувати уявлення про родину як частину суспільства, про соціальну роль жінки і чоловіка, матері та батька; підвести учнів до розуміння того, що дівчатка — майбутні матері, а хлопчики — чоловіки, захисники; формувати у школярів переконання, що одна з найголовніших функцій сім'ї — продовження роду, народження і виховання дітей; виховувати бажання спілкуватися і піклуватися про молодших членів сім'ї.

**Обладнання:** ілюстрації на тему, магнітні дошки, музика.

### ХІД УРОКУ

#### I. Організаційний момент

Всі почули ви дзвінок  
На улюблений урок?  
Кожен з вас приготувався,  
На перерві постарався.  
Зараз сядуть всі дівчатка,  
А за ними і хлоп'ятка.  
Ласкавинки посилаємо,  
Працювати починаємо.

#### II. Повторення вивченого

##### 1. Психологічний настрій. Аутотренінг. Кольорове сприйняття

###### 1) Аутотренінг (під спокійну музику).

Щоб урок нам розпочати,  
Треба всім нам повторяти:  
«Я уважний і серйозний,  
Хоч і ще малого зросту,  
Зараз з силами зберусь,  
Я нічого не боюсь.  
Впевнений, кмітливий я,  
Хочу отримати знання!»

###### 2) Кольорове сприйняття.

— Оберіть за кольоровою веселкою настрій, з яким ви починаєте наш урок (показати на спектрах).

- Червоний — любов
- Оранжевий — радість
- Жовтий — тепло, доброта
- Зелений — надія
- Голубий — спокій
- Синій — сум
- Фіолетовий — тривога

#### 2. Бесіда

- Розкажіть про свою сім'ю.
- Як у родині дбають про найменших і найстарших?
- Як ви любите своїх рідних?
- Поміркуйте, чи все ви робите для того, щоб мамі й татові було приємно з вами спілкуватися?

#### 3. Перевірка домашнього завдання

*Поради від бабусь «Піклування про здоров'я в сім'ї».*

**Висновок.** Ви вже багато знаєте, як зробити свою родину щасливою і зберегти здоров'я в сім'ї, але не забувайте, що добробут родини залежить не тільки від дорослих, але й від нас із вами. Існує народна приказка: «Щасливе те подвір'я, де панує довір'я».

#### III. Вивчення нового матеріалу

##### 1. Оголошення теми і мети уроку

— Сьогодні ми поговоримо про роль жінки і чоловіка, матері та батька. Дізнаємося, що найголовніша функція сім'ї — продовження роду, народження і виховання дітей, піклування про молодших членів.

##### 2. Розповідь учителя про роль жінки у суспільстві

— У сучасному суспільстві жінка має рівні з чоловіком права. Але вона, як і раніше, залишається головною берегинею хатнього вогнища та істотою слабшою фізично. Їй важко займатися фізичною працею, виконувати види роботи, що можуть негативно позначитися на розвитку майбутньої дитини. Саме тому жінки потребують постійної допомоги, ніжної турботи чоловіків.

##### 3. Бесіда за ілюстраціями

- Кого ви бачите на ілюстрації?
- Як чоловіки піклуються про жінок?
- Чому ви зробили такий висновок?
- Як хлопчики нашого класу піклуються про дівчаток?
- Чи все хлопці роблять, щоб допомогти дівчаткам?

**Висновок.** Хлопці — майбутні чоловіки, тому вони мають поводитися як справжні лицарі: поступатися дівчаткам місцем, не ображати їх, пропускати їх першими до класу, допомагати їм. Але й дівчатка мають бути чуйними, ніжними, добрими, лагідними — справжніми панночками. Лише тоді вони можуть сподіватися на повагу від хлопців і добре ставлення до себе.

Про що ми забули згадати? Мабуть, про усмішку? Посміхніться одне одному. Даруйте свою посмішку частіше всім людям!

##### 4. Відгадування загадки

Найпоширеніша, наймиліша,  
Всіх вона нас пестить, тішить.  
Завжди скрізь буває з нами.  
Відгадайте, хто це?.. (Мама).

**5. Метод «Мікрофон»**

— Як мало ми з вами говоримо лагідних слів своїй мамі! Спробуємо це зробити.

Діти черзі передають одне одному уявний «мікрофон».

— Моя мама — найгарніша.

— А моя — наймиліша.

— У моєї мами добрі очі.

— А в моєї — ніжні руки.

— Я дуже вдячний своїй мамі, що вона мене зростила, недосипала ночей.

— А я хочу, щоб мою маму тато завжди носив на руках і дарував квіти.

**6. Розповідь про маму**

— Мама... Усе найрідніше, найдорожче, наймиліше увібрало в себе це дивовижне, сонячне слово. Без сонця не цвітуть квіти, без матері немає ані поета, ані героя... Матуся — найдорожче слово в світі. Де не був би ти, що б ти не робив, вона завжди тебе зігріє ніжним серцем.

**7. Словесне малювання**

— Якою є ваша мама? Опишіть її.

— За що ви любите свою маму?

— За що попросили б сьогодні вибачення?

— Чого хотіли б навчитися у неї?

**8. Розповідь про тата з елементами бесіди**

**У ч и т е л ь.** Діти, у кожного з вас є тато, якого ви любите, шануєте, як і свою мамусю. Допомогаєте йому, учитесь у нього різної роботи, що знадобиться вам у майбутньому. А чи знаєте ви, що в Україні батько завжди був головою сім'ї? Від батька починався і продовжувався рід. У родині його шанували, з ним радилися, до нього зверталися за допомогою.

— Чого ви навчилися у свого тата?

— Про що розповідаєте татові?

— Запам'ятайте батькову науку.

• Хто хоче більше знати, мусить менше спати.

• Хочеш їсти калачі — не сиди на печі.

• Слово — полова, а праця — диво.

• Шабля ранить голову, слово — душу.

**9. Гра «Мамо, розплутай ниточку»**

Кілька дітей утворюють коло, заплющують очі, витягнувши вперед руки, сходяться у центрі. Правою рукою кожна дитина бере за руку іншу дитину, ліва залишена для того, щоб за неї хтось узявся.

Після цього діти розплющують очі. Дорослий допомагає дітям, щоб за одну руку взялася одна дитина. Таким чином утворюється плутанина. Завдання ведучого: розплутати її, не розриваючи рук.

Гра проводиться під бадьору музику.

**10. Робота з підручником**

1) Читання й обговорення оповідання В. О. Сухомлинського «По-здоровляємо» (С. 36).

2) Самостійне опрацювання тексту підручника.

3) Відповіді на запитання.

4) Робота над прислів'ями.

5) Розглядання малюнків, аналіз.

**IV. Фізкультхвилинка**

Тосі-тосі ладки,  
Поїдем до бабки.  
Бабка дасть пиріжки,  
Ще й сметанки трішки.

Колихала баба діда  
Від поранку до обіду:  
«Спи, діду, колишу тя,  
А як заснеш, то лишу тя».

Оцей пальчик — наш дідусь,  
Оцей пальчик — баба,  
Оцей пальчик — наш татусь,  
А цей пальчик — мама.  
А цей пальчик — хлопчик наш,  
І зовуть його — Івась.

**V. Закріплення вивченого****1. Робота в зошитах**

*Завдання 1.* Записати самостійно.

*Завдання 2.* Робота в групах.

*Завдання 3.* Колективне опрацювання.

*Завдання 4.* Записати, хто з членів сім'ї дбає про здоров'я дитини. (На магнітній дошці).

*Завдання 5.* Колективне обговорення.

*Завдання 6.* Відновити і записати прислів'я.

*Завдання 7.* Самостійна робота.

*Завдання 8.* Робота в парах. Вивчення вірша напам'ять.

**2. Розігрування сценок із життя родини**

1) — Оленко, чому ти не причесана?

— Бабуся не встигла причесати.

— А черевики чому брудні?

— Мама не почистила.

— А гудзика чому немає?

- То вже я винна. Забула мамі нагадати, щоб пришила.
- 2) — Та й набрид же своїм плачем ти мені, Петрусю!  
— Це не мав я, мамо, плачу.  
— А кому?  
— Бабусі.
- 3) — Умивайся, бери, синочку,  
Швидше, не лінися!  
— Так за мене он, в куточку  
Кіт уже умився.
- 4) — Тату! — вигукнув Степан,  
Купи мені барабан.  
— Та у нашій, синку, хаті  
Шуму й так уже багато!  
— Я на ньому буду грати,  
Коли ляжете ви спати.
- 5) — Дідусю, давай купимо велику ляльку!  
— Я б, онучку, з радістю, але вона нам не по кишені.  
— Та нічого, ми її в руках понесемо.
- 6) Четверо хлопчиків запізналися на урок. Учителька запитує першого:
- Чому ти спізнився?  
— Моя мама захворіла, і я ходив до аптеки по ліки.  
— А ти чому запізнився?  
— У нас годинник відстає.  
— Ну а ти?  
— У мене голова дуже боліла.  
Четвертий учень плаче.  
— Чого ти плачеш?  
— Вони вже все сказали, а що ж я говоритиму?  
У ч и т е л ь. Нехай ці смішні історії допоможуть вашим родинам завжди знаходити спільну мову і бажання дружно й весело спілкуватися.

### VI. Практична робота. Рольова гра «Батьки і діти»

**Мета:** учити дітей оцінювати ситуації, що складаються в родині; виховувати розсудливість, почуття відповідальності, вміння знайти вихід з будь-якої ситуації.

*Завдання 9.* Робота в групах.

1. Розподілити обов'язки.
2. Придумати ситуації (різним групам — різні).
3. Інсценізувати придумані ситуації.

### VII. Підсумок уроку

- Що вам найбільше сподобалось?

- Якими повинні бути чоловіки?  
— Якими — жінки?  
— Чи любите ви піклуватися про своїх менших сестер і братів?  
— З яким кольором настрою завершується наш урок?

**VIII. Оцінювання роботи учнів на уроці. Домашнє завдання**  
Малюнок «Моя сім'я». Розповідь про обов'язки членів родини.

### Урок 14. Квартира (хата), під'їзд (подвір'я), клас, школа і твоє здоров'я

**Практична робота № 13. Організація класного «Куточка здоров'я». Формування в учнів уявлення про оселю як чинник здоров'я**

**Мета:** розвивати почуття відповідальності за порядок у приміщеннях; виховувати бажання піклуватися про своє житло.

**Обладнання:** плакати; ілюстрації із зображенням квартири (хати), під'їзду (подвір'я), класу, школи; малюнки дітей; таблиці; жетони.

### ХІД УРОКУ

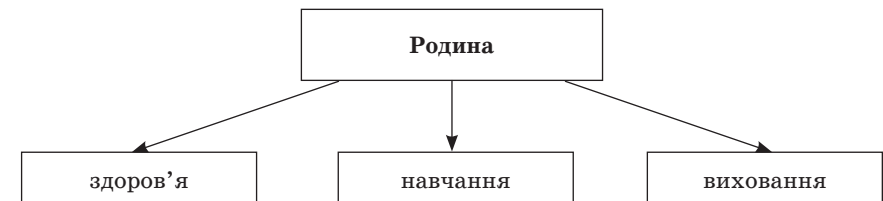
#### I. Організаційний момент

Ось дзвінок нам дав сигнал,  
Працювати час настав,  
Тож і ви часу не гайте,  
Працювати починайте.  
Сядьте рівно, не крутіться,  
Один одному всміхніться.  
Скажем дружно: «Добрый день!  
Хай щастя принесе цей день!»

#### II. Повторення вивченого

##### 1. «Ажурна пилка»

— Хто із членів родини піклується про ваше здоров'я, виховання, навчання?



##### 2. Перевірка домашнього завдання

Розповіді дітей за власними малюнками про свої родини й обов'язки членів сім'ї.

### 3. Гра «Батьківська наука»

Діти об'єднуються у групи за бажанням. Кожна група — це родина (мурашок, бджілок, лисичок).

*Завдання:* придумати невелику сценку-діалог про те, як батьки вчили свою дитину різних мурашиних (бджолиних, лисячих) премудростей. Наприклад: побудувати мурашник, знайти їжу, перенести вантаж, допомогти своїм побратимам.

Потім серед кращих артистів обираються діти, які складають невелику сценку-діалог про родину людей, про те, як і чого вони хотіли б навчити своїх майбутніх дітей.

**У ч и т е л ь.** Тепер я бачу, що у вас є мета: виростити в майбутньому справжню людину, я бажаю, щоб ваші мрії здійснилися.

### III. Вивчення нового матеріалу

#### 1. Оголошення теми

*Кольорові слова*

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
| К  | Ї | З | А | Р |
| П  | В | Д | І | И |
| І  | Д | А | Р | Т |
| Д' | В | К | Р | Л |
| З  | Д | О | С | А |
| Р  | О | В | ' | Я |

*(Квартира, під'їзд, двір, клас, здоров'я)*

— Прочитайте зашифровані слова — і ви дізнаєтеся, про що ми говоритимемо на сьогоднішньому уроці.

#### 2. Метод «Ажурна пилка»

— Як, на вашу думку, приміщення, у яких ви мешкаєте, відпочиваєте, навчаєтеся, впливають на ваше здоров'я?

#### 3. Розв'язування проблемної ситуації

#### 4. Висновок

Приміщення, де ми мешкаємо, відпочиваємо, навчаємося, впливають на наше здоров'я. Здавна відомо, що оселя має велике значення для здорового побуту. Тому кожному з нас необхідно піклуватися про неї. Бруд у кімнаті, під'їзді, кухні є причиною поширення бага-

тьох хвороб. Для того щоб удома та у школі було приємно працювати і відпочивати, потрібно дотримуватись правил гігієни.

#### 5. Рольова гра «Ми — вчителі»

Троє учнів — «вчителі». Вони управляють класом і надають учням інформацію. Діти за розповідь ставлять їм оцінки на магнітних дошках.

- Кожен обирає для себе зручне і красиве житло. Ви ще маленькі, тому батьки турбуються щодо забезпечення вас житлом. У статті 47 Конституції України говориться, що «кожен має право на житло». Держава створює умови, за якими кожен громадянин матиме змогу побудувати житло, придбати його у власність або взяти в оренду. Усе залежить від матеріальної спроможності й бажання ваших батьків.
- Життя кожного складається по-різному, але ніхто не має права порушувати права інших. У наш час усім нелегко жити, але потрібно вчитися, намагатися зробити все якнайкраще, придивлятися і запозичувати навички інших — тоді можна досягти бажаної мети.
- Про свій дім, про своє житло необхідно завжди дбати. Чим гарнішою буде своя квартира, будинок, вулиця, то кращим буде наше місто. Ти маєш право називати цю землю, цей край — своїм. І ти повинен берегти і примножувати його красу.

Від тебе, друже, залежить, чи стануть наші «будинки майбутнього» реальністю. Тож бережіть свою найбільшу власність — своє право на житло у рідному краї.

#### 6. Оцінювання дітьми розповідей «дітей-учителів»

На магнітній дошці виставляють бал кожному, пояснюючи свій вибір.

#### 7. Бесіда про дотримання правил санітарії та гігієни у приміщеннях, де перебувають люди

— Яким повинно бути приміщення, де знаходяться люди?

#### 8. Око-тренінг

1) Обводимо очима сторони квадрата. (*Тричі за годинниковою стрілкою і тричі проти годинникової стрілки*). Кліпаємо.

2) Роздивляємося велику веселку зліва направо і справа наліво. Кліпаємо.

3) Очима «намотуємо» канат на дерево, що лежить горизонтально, і «розмотуємо».

4) Уважно стежимо за пальцем.

#### 9. Робота з підручником

1) Розглядання й аналіз малюнків.

2) Опрацювання тексту з підручника (С. 39).

3) Відповіді на запитання.

#### IV. Фізкультхвилинка (під спокійну музику)

Раз — підняти руки вгору,  
 Два — нагнутися додолю.  
 Не згинайте, діти, ноги,  
 Як торкаєтесь підлоги.  
 Три, чотири — прямо стати,  
 Будем знову починати,  
 Руки — в боки,  
 Нахилились вперед,  
 Нахилились назад,  
 І направо, і наліво,  
 Щоб нічого не боліло.  
 Раз, два, три, чотири,  
 Набираємося сили.  
 Нахилились, повернулись,  
 До товариша всміхнулись.

#### V. Закріплення вивченого матеріалу

##### 1. Робота в зошитах (завдання 1–5)

##### 2. Пояснення прислів'їв

- Краса, як майова роса.
- Прибери пень, буде подобень.
- Нашій Горпині гарно в хустині.

##### 3. Розвиток творчих здібностей

##### Гра «Продовж казку». Фантазування

На одному подвір'ї жив хлопчик — страшний вередун і забіяка — то образить дівчинку, то гілку зламає, то квітника потрощить або двері в під'їзді розмалює. Дорослих не слухався, дітей дражнив, завжди ходив нечепурою та бруднулею.

Одного разу у цей будиночок приїхала жити разом зі своїм господарем мавпа Діна...

І тут трапилася дивна пригода...

— Продовжте історію.

#### VI. Практична робота № 13. Організація класного

##### «Куточка здоров'я»

**Мета:** ознайомити дітей із організацією куточка здоров'я; виховувати бажання утримувати довкола порядок і чистоту.

##### 1. Бесіда

— У кожному класі потрібно мати куточок здоров'я, де повинна бути аптечка.

Які ліки, на вашу думку, мають бути у цій аптечці?

##### 2. Виступ медичної сестри

— Коли ми зможемо їх використати?

#### 3. Робота в групах. «Екіпажі»

Діти об'єднуються у групи, кожна група обирає собі рубрику і готує матеріал. Капітан оцінює роботу кожного члена своєї групи.

##### Рубрики:

- 1) Режим дня
- 2) Ознаки доброго здоров'я
- 3) Корисні поради
- 4) Рецепти здоров'я

Після завершення роботи капітани витягують жетони.



«Усі» — цей жетон означає, що відповідають усі, а учитель оцінює.

«Довіра» — учитель довіряє капітанові та виставляє у журнал оцінки.

«Делегат» — екіпаж посилає для відповіді свого представника. Яку оцінку отримає «делегат», таку саму — усі члени екіпажу.

«Вибір» — учитель сам обирає кандидата й оцінює весь екіпаж за його відповіддю.

#### 4. Вивчення вірша за піктограмами (кожен рядок учить напам'ять, а потім витирається)

Прокидаюсь я раненько,  
 Все приберу чистенько.  
 Не гаю часу марно —  
 Мию посуду гарно.  
 Ох, не терплю я бруду,  
 Завжди охайним буду!

#### VII. Підсумок

— Що найбільше сподобалось на уроці?

— Що нового дізнались?

— Якими ви хотіли б бачити приміщення, у яких мешкаєте, навчаєтесь?

— Що ви для цього робитимете?

#### VIII. Домашнє завдання

Читати підручник, аналізувати (С. 39); виконати малюнок майбутнього подвір'я, хати, квартири (за вибором).

## IX. Оцінювання

За відповіді на уроці діти отримують жетони. За їхньою кількістю визначаються переможці. Найбільш активніші — високий рівень, далі — за рейтингом.

У ч и т е л ь

Хай вам, любі діти,  
Добре всім живеться.  
А погане хай минеться.  
Хай щастить вам,  
Діти, всюди,  
Хай ростуть з вас  
Добрі люди!

## Урок 15. Право дитини на здоров'я у сім'ї та суспільстві

**Мета:** продовжувати формувати уявлення про права дитини; викликати в учнів бажання знати свої права; акцентувати увагу на правах дитини, що порушуються в родині, у школі; з'ясувати сутність виразу «Ти — не один!»

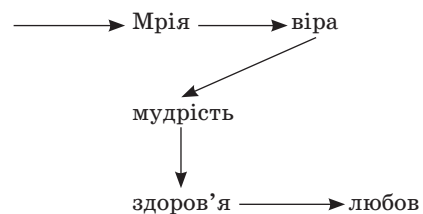
**Обладнання:** Конституція України, малюнки дітей, плакати, жетони, музика, магнітна дошка, аркуші паперу, чарівна паличка, план-карта уроку.

ХІД УРОКУ

### I. Організаційний момент

Дзвоник всім нам дав наказ:  
До роботи взятись враз!  
Розпочнемо свій урок,  
Тож назад не зробиш крок.  
Будем ми трудитись гарно,  
Не мине й хвилини марно.

### II. Ознайомлення з планом уроку



Сьогодні нас чекає дивне свято,  
Нам треба справ зробити багато.  
Наш зореліт готується до старту,  
Запрошуємо попрацювати кожну парту.

## III. Повторення вивченого

### 1. Народна мудрість — про здоров'я

У ч и т е л ь

Щоб на корабель сідати,  
Слід багаж з собою взяти.  
Ви прислів'я промовляйте  
І квиточок получайте.

Діти по черзі розповідають прислів'я про здоров'я й отримують квиток.

- Тримай ноги в теплі, голову в холоді, живіт у голоді — не хворітимеш, довго житимеш.
- Здоровому все здорово.
- Старому та слабому годи, як малому.
- Найбільше багатство — здоров'я.
- На похиле дерево і кози скачуть.
- Подивись на вид та й не питай про здоров'я.
- Здоров'я маємо — не дбаємо, а втративши — плачемо.

### 2. Психологічний настрій (під музику)

Отримали квитки усі?  
Тепер в дорогу залюбки.  
На зореліт скоріш сідаєм  
І очі тихо закриваєм.  
Ось вітер за вікнами вище,  
Вдаряється в борт корабля,  
У кожного серце все вище,  
Яка ж то чарівна земля!  
Несе нас у Всесвіт повітря,  
Милуємось всім навкруги.  
І сонце, і зорі, і вітер  
Нам будуть друзями в путі.

### 3. Бесіда. Зірочка Мрій

Ось і місто «Зорепад».  
Кожен з мешканців нам рад,  
Щоби зірку засвітити,  
Слід жетончик заробити.

(За кожну відповідь — жетон).

- Яким має бути приміщення, де перебуває людина?
- Чи впливає приміщення на здоров'я?
- Як саме?
- Що ви робите для того, щоб воно було затишним, чистим?

### 4. Фантазування «Мое майбутнє» (подвір'я, квартира, хата)

Діти демонструють малюнки свого майбутнього подвір'я (хати) і коментують їх.



У ч и т е л ь. Я дуже сподіваюсь, що ваші мрії здійсняться. А зірочка Мрій дарує нам чарівну паличку. (*Учитель робить змах паличкою.*)

Нехай перешкоди долаються,  
А ваші бажання здійснюються.

#### IV. Актуалізація опорних знань

##### 1. Тренінг «Права дитини». Зірочка Віра

— На нас зустрічає зірочка Віра. Спробуйте чесно відповісти на магнітних дошках на ці запитання. Якщо знаєте точну відповідь, поставте «+», якщо не знаєте — знак «-». Відповідайте чесно.

— Чи знаєте ви, які права має дитина?

— У яких документах записані ці права?

— Чи порушувались ваші права?

— Куди ви можете звернутись за потреби?

— У кого більше «+» або «-»? Не засмучуйтеся! Відповіді на ці питання ми з'ясуємо на сьогоднішньому уроці.

##### 2. Аутотренінг із заплющеними очима (*під музику*)

— Я — зірочка. Я маленька, яскрава зірочка. Я несу людям світло, надію та віру на все найкраще. Я впевнена в своїх силах. Я дуже уважна, коли хочу пізнати щось нове. Я вмію слухати. Я сяю. Я працюю. (*Діти розплющують очі.*)

#### V. Вивчення нового матеріалу

##### 1. Розповідь учителя. Зірка Мудрість

— Зірка Мудрість знайомить нас із Декларацією прав дитини, що була прийнята Організацією Об'єднаних Націй у 1959 р., і затверджує невід'ємне право кожної дитини на гармонійний розвиток особистості. Одним із найважливіших є принцип: «Законом та іншими засобами дитини має бути забезпечений спеціальний захист, а також надані можливості та сприятливі умови, що дали б їй змогу в умовах свободи та гідності розвиватися фізично, розумово, морально, духовно і соціально здоровою».

У Декларації зазначено, що «Дитина через її фізичну і розумову незрілість має потребу в спеціальній охороні і турботі».

У статті 24 записано: «Держави-сторони визначають право дитини на користування найбільш досконалими послугами системи охорони здоров'я та засобами лікування хвороб і відновлення здоров'я».

##### 2. Робота за таблицею

###### Права дитини

- Здоров'я
- Медичне страхування
- Санітарна освіта
- Медична допомога
- Профілактика захворювань

1) Усі діти мають право на медичну допомогу.

2) Особлива турбота — дітям-інвалідам.

3) Жодна дитина не має бути жертвою насильства або війни.

4) Усі діти мають право на любов і турботу.

5) Жодна дитина не має бути скривдженою і ображеною.

У статті 49 Конституції України зазначено: «Кожен громадянин має право на охорону здоров'я, медичну допомогу та медичне страхування».

##### 3. Бесіда про права дитини

###### Метод «Мікрофон»

— Якими з цих прав ви користувалися?

— Чи порушують ваші права у родині, в школі?

— Чи доводилося вам бачити чи чути, як порушували права інших дітей?

— Куди можна звернутися по допомогу?

##### 4. Розв'язування проблемних ситуацій. Тестування (*відповіді пишуть на окремих аркушах*)

1) Як ви зустрінете у своєму класі дитину-інваліда?

а) Не продемонструєте своєю поведінкою, що вона відрізняється від вас, допомагатимете їй;

б) не спілкуватиметесь із нею взагалі;

в) спілкуватиметесь, але не завжди, тому що вона не така, як ви.

2) Як ви вчините, якщо ваш однокласник боїться лікувати зуби, робити щеплення?

а) Не звертатимете уваги;

б) глузуватимете з нього, дражнитимете;

в) заспокоїте, намагаючись пояснити, що це необхідно для здоров'я.

3) Якщо ви захворіли, то маєте право:

а) не відвідувати школу під час хвороби;

б) на безкоштовне обслуговування;

в) вимагати від батьків виконання усіх своїх бажань.

4) Що є найціннішим скарбом для людини?

а) Значна сума грошей;

б) потяг до знань;

в) здоров'я, прагнення до здорового способу життя.

##### 5. Фізкультхвилинка

Трава низенька-низенька,  
Дерева високі-високі,  
Вітер дерева колише-гойдає.  
То вправо, то вліво нахилає,  
То вперед, то назад.  
Пташки летять-відлітають,  
А діти тихенько за парти сідають.

**6. Робота з підручником**

- 1) Опрацювання тексту «Твої права» (С. 41).
- 2) Розповіді про права дитини на основі малюнків.
- 3) З'ясування сутності виразів: «Ти — не один», «Не роби другому тобі те, що тобі немиле».
- 4) Відповіді на запитання.

**VI. Закріплення вивченого матеріалу**

У ч и т е л ь. Наш зореліт засвітлює зірочку.

1. Робота в зошиті (*завдання 1–5*)
2. Ознайомлення учнів із комплексом ранкової зарядки «З життя птахів»
3. Розповідь про зміцнення здоров'я  
— Вам необхідно щодня робити ранкову зарядку. Так ви зможете зберегти, зміцнити своє здоров'я. Адже тільки здорова дитина досягне успіхів у навчанні, займатиме гідне становище у класному колективі. Така дитина добре розвивається фізично, має врівноважений психічний стан.
4. Вітамінізація  
— Зірочка Здоров'я дарує нам вітаміни. Покладіть їх у ротик, і нехай вони додадуть вам життєвих сил.

**VII. Підсумок уроку**

1. Відповіді на запитання  
— Які права мають діти?  
— У яких документах вони записані?  
— До кого ми можемо звернутися по допомогу?  
— Для чого слід робити зарядку?
2. Пояснення вислову  
Гроші загубив — небагато загубив, час загубив — багато загубив, а здоров'я загубив — усе загубив.

*Сенкан «Здоров'я»*

1. Тема
2. Два прикметники
3. Три дієслова
4. Речення
5. Тема — це...

*Варіанти відповіді*

Здоров'я.  
Міцне, дуже.  
Зміцнює, живить, надихає.  
Здоров'я — це найцінніший скарб.  
Здоров'я — це щаслива людина.

4. Підраховування жетонів за відповіді. Оцінювання. Вітання лідерів. Пропозиції щодо активності на уроці для дітей, які працювали на середньому рівні
5. Домашнє завдання  
Повторити тему «Сім'я і здоров'я», підготуватися до гри «Щасливий випадок» (*учні отримують індивідуальні завдання щодо підготовки свята*).

Наша подорож скінчилася,  
В сім'ї нашій зупинилася  
І запрошує в цей час  
Берегти здоров'я в нас.  
Всі ви добре працювали,  
Знання гарні показали.  
Зореліт наш відлітає,  
До читання зазиває.  
Вам бажаю не лінитись,  
Гарно і старанно вчитись.  
Хай щастить вам, діти, всюди,  
Хай ростуть з вас добрі люди!

**Урок 16. Тематичне оцінювання з теми «Сім'я і здоров'я»****Інтелектуальна гра-вікторина «Щасливий випадок»**

**Мета:** перевірити знання, уміння, навички учнів із теми «Сім'я і здоров'я»; виявити найобдарованіших і найталановитіших у певній галузі знань дітей; сприяти росту творчої активності, потягу до знань; виховувати бажання спілкуватися і піклуватися про членів родини, зберігати й примножувати сімейні традиції, вести здоровий спосіб життя.

**Обладнання:** музика, мішечок із цифровими бочечками, аркуші, ручки, табло, конверти.

**ХІД УРОКУ****I. Організаційний момент**

Вітаємо всіх присутніх в залі!  
Усі зібрались? Зараз розпочнем.  
Були колись нам недосяжні далі —  
Тепер у клас свій з радістю ідем.

**В е д у ч и й**

Увага! Увага!  
Слухайте всі!  
Раді зустріти вас  
Ми на грі.  
Тур ми відбірний  
Розпочинаємо,  
Всім вам удачі  
Й натхнення бажаємо!

## II. Відбірний тур

*Тести з теми «Сім'я і здоров'я»*

### 1. Психологічний настрій (під музику)

Щоби свято розпочати,  
Треба всім нам повторяти:  
«Я уважний і серйозний,  
Хоч іще малого зросту.  
Зараз з силами зберусь,  
Я нічого не боюсь.  
Впевнений, кмітливий я,  
Хочу отримати знання».

### 2. Тести

У ч и т е л ь. Сьогодні ми пропонуємо вам узяти участь у грі «Щасливий випадок». Для формування команд потрібні розумні, кмітливі й обдаровані діти. Якщо ви вірите в свої сили й добре підготувалися до уроку, знайте, що успіх вам забезпечено. Тільки старання й труд вас сприятимуть вашій перемозі.

Отже, починаємо відбірний тур. Відповідайте швидко й правильно на тести з теми.

Діти записують варіанти відповідей на окремих аркушах.

#### 1) Що найдорожче й найцінніше у житті?

- а) Матеріальний достаток;
- б) добробут родини;
- в) здоров'я.

#### 2) Якою може бути праця в родині?

- а) Легкою та важкою;
- б) фізичною та розумовою;
- в) дитячою та дорослою.

#### 3) Чому у японців національною традицією є гасло «Тримай по-смішкуну!»?

- а) Тому що усмішка нейтралізує негативні емоції і додає здоров'я;
- б) тому що вона звеселяє тебе;
- в) тому що інші завжди сміються, дивлячись на тебе.

#### 4) Як потрібно ставитися до старших членів родини?

- а) Із заздрістю;
- б) з байдужістю;
- в) з повагою.

#### 5) Як із давніх-давен називають жінку?

- а) Берегинею;
- б) красунею;
- в) лебідкою.

### б) Що гарантує збереження прав дитини?

- а) Віра в свої сили;
- б) підтримка близьких;
- в) декларація прав дитини.

### 3. Взаємоперевірка тестів

Учитель читає правильні відповіді. Під його керівництвом діти оцінюють роботи своїх однокласників, обирають учасників гри.

### 4. Формування команд

*I команда «Посмішка»*

*Девіз:*

«Той, хто долі посміхається,  
В житті ті гри не помиляється!»

*II команда «Промінчик»*

*Девіз:*

«Промінчик завжди допоможе  
Здолати труднощі в путі.  
І вас підтримати він зможе,  
І щастя принесе в житті!»

## III. Перший гейм «Хто швидший?»

За одну хвилину кожна команда повинна якомога швидше відповісти на максимальну кількість запитань. За кожну правильну відповідь команда отримує 1 бал. Результат гейму висвітлюється на табло.

*Запитання до команди «Посмішка»*

1. Як називається навчальний предмет, що вивчає здоров'я? («Основи здоров'я»)
2. Що таке здоров'я? (Стан людини, коли вона добре почувається, в неї нічого не болить)
3. Що таке сила? (Здатність людини перемагати зовнішній опір)
4. Що таке витривалість? (Здатність організму протистояти стомлюванню, витримувати велике фізичне та моральне напруження.)
5. Який вид спорту розвиває силу? (Армреслінг, боротьба, карате, підняття штанги)
6. Який вид спорту розвиває витривалість? (Хокей, футбол, плавання, легка атлетика)
7. Продовж прислів'я «Праця — здоров'я, лінь — ... (хвороба)».
8. Як зберегти здоров'я? (Дотримуватися режиму, займатися спортом, раціонально харчуватися, дотримуватися правил гігієни, чергувати розумову та фізичну працю)
9. Що таке фізична праця? (Праця м'язів тіла)

10. Що таке розумова праця? (*Праця мозку та органів чуттів*)
11. Для чого потрібні фізкультхвилинки? (*Щоб позбутися втоми*)
12. Що таке відпочинок? (*Стан спокою або активної діяльності, що сприяє відновленню сил і працездатності*)
13. Назви правила відпочинку у школі. (*На перерві виходь на свіже повітря, грайся спокійно, намагайся не перебуджуватися, грайся обережно, остерігайся травм.*)
14. Якою є ваша основна праця? (*Навчання*)
15. Для чого потрібно харчуватися? (*Їжа забезпечує наш організм життєвою енергією.*)

*Запитання до команди «Промінчик»*

1. Що означає слово «вітаміни»? (*Від лат. «віта» — життя*)
2. Для чого потрібні вітаміни? (*Для нормального росту і розвитку дитячого організму*)
3. Від чого оберігає людину правильне харчування? (*Від хвороб*)
4. Які правила відпочинку на природі ви знаєте? (*Відпочивай активно, з добрим настроєм; не шкодь природі, не знищуй її, а милуйся нею.*)
5. Назвіть найпоширеніші страви в Україні. (*Каша, борщ, печений гарбуз, огірки, деруни, кльоцки, оладки*)
6. Для чого українці постувають? (*Щоб очистити свій організм.*)
7. Назвіть ознаки неякісного стану продуктів харчування. (*Неприємний запах, нетоварний вигляд, порушена упаковка, прострочений термін зберігання*)
8. На що слід звернути увагу, купляючи продукти? (*На етикетку*)
9. Що то за голова, що лиш зуби та борода? (*Часник*)
10. У яких продуктах містяться вітаміни? (*В овочах, фруктах, молочних продуктах, рибі, крупах, житньому хлібі тощо*)
11. Що таке мікроби? (*Дрібні, частіше одноклітинні тварини або рослинні організми, які можуть бути шкідливими чи корисними*)
12. Для чого використовують молочнокислі бактерії? (*Для отримання кефіру, сиру, ряжанки*)
13. Чим шкідливі хвороботворні бактерії та віруси? (*Вони викликають захворювання.*)
14. Для чого руки миють із милом? (*Щоб мікроби не потрапили в організм людини і не викликали захворювання*)
15. Скільки разів на день необхідно чистити зуби? (*Двічі — вранці та ввечері*)

Підбиття підсумків I гейму за кількістю набраних балів.

#### IV. Другий гейм «Заморочки з бочки»

Бочка зроблена з картону, пофарбована «під дерево», «заморочки» — дерев'яні бочки з числами. Кожна команда повинна відповісти на п'ять запитань. Усі члени команди по черзі дістають «заморочки». Спочатку на запитання відповідає перший гравець другої команди і т. д.

1. Які хвороби називаються інфекційними? (*Ті, що викликаються шкідливими хвороботворними мікробами і вірусами*)
2. Як мікроби можуть потрапити в організм людини? (*Із брудом на руках і під нігтями; залишками їжі між зубами; немитими овочами і фруктами; капельками слини хворої людини; повітря, де багато пилу*)
3. Які обов'язки дитини в сім'ї ви знаєте? (*Піклування про всіх членів родини, посильна допомога по господарству, підтримання дружньої атмосфери у сім'ї, сюрпризи для рідних*)
4. Як інакше називають тата? (*Неньо, отець, батько*)
5. Які права на здоров'я мають діти? (*На медичну допомогу, на любов і турботу, на санітарну освіту, на профілактику захворювань, на медичне страхування*)
6. Як ви вчините, якщо ваш однокласник боїться лікувати зуби? (*Заспокою, намагаюсь пояснити, що необхідно для здоров'я.*)
7. На що ви маєте право, якщо захворіли? (*На безкоштовне медичне обслуговування*)
8. Що таке поведінка? (*Це спосіб життя і дій людини*)
9. Яким повинно бути приміщення, де знаходяться люди? (*Освітленим, чистим, затишним*)
10. Запропонуйте фізкультхвилинки для всієї родини. (*«Танок веселих каченят»*)

#### V. Фізкультхвилинка «Танок веселих каченят»

Підбиття підсумків другого гейму.

*Примітка.* Якщо під час другого гейму гравець дістає бочку з написом «Щасливий випадок», то він отримує сюрприз, заготовлений учителем заздалегідь, — наприклад, шоколадку.

#### VI. Третій гейм «Ти — мені, я — тобі»

У цьому геймі команди ставлять одна одній раніше підготовлені запитання. Кількість запитань може відповідати кількості гравців у команді.

#### VII. Музична пауза. Конкурс «Пісенний перегук»

У цьому конкурсі також беруть участь уболівальники. Команди по черзі виконують пісні про родину (*тільки перший куплет*). Перемагає та команда, яка за визначений час пригадає найбільше пісень і заспіває їх дружніше. Починає конкурс команда, яка прогнала у попередньому геймі.

### VIII. Четвертий гейм «Темна конячка»

Кожній команді пропонується витягнути один конверт і визначити, про який вітамін ідеться.

#### Конверт 1

Я — вітамін, що сприяє росту, допомагаю нормальному зору. Мене міститься багато в моркві, маслі, сири, яйцях, печінці, помідорах, зеленій цибулі, гарбузі, риб'ячому жиру. Хто я? (Вітамін А)

#### Конверт 2

А я дуже потрібний для розумової та фізичної праці, поліпшення травлення. Уміщуюсь у житньому хлібі, вівсяній та гречаній крупах, у горосі, квасолі, жовтку яєць, печінці, м'ясі. (Вітамін В)

#### Конверт 3

Я запобігаю простуді, поліпшую кровообіг, сприяю росту, лікую цингу. Багата на мене капуста, картопля, помідори, цибуля, щавель, шипшина, хрін, часник, лимони, настій хвої, чорна смородина. (Вітамін С)

#### Конверт 4

А я зміцнюю кістки, запобігаю рахіту. Уміщуюсь у молоці, печінці, риб'ячому жиру, житньому хлібі. (Вітамін D)

Хто дружить із нами буде —  
Всі незгоди позабуде.  
Виросте міцним, зоревим,  
Переможе всі хвороби.

Підбиття підсумків четвертого гейму.

### IX. П'ятий гейм «Гонка за лідером»

На відповідь — 1 хвилина.

Запитання до команди «Посмішка».

1. Що таке сім'я? (Найближчі, кровні родичі)
2. Як здавна називають чоловіка в родині? (Головою)
3. Що означає слово «старший»? (Хто міцно стоїть на ногах)
4. Скільки мікроелементів потрібно людині для повноцінного життя? (60)
5. Як позбутися каменів у нирках? (Збільшити у раціоні частку кальцію)
6. Як вилікувати хворобу Альцгеймера? (За допомогою вітаміну Е)
7. Де міститься бор? (В овочах та м'ясі)
8. Яка їжа багата на йод? (Спаржа, буряк, редиска, помідори, ріпа)
9. Що таке інфекція? (Проникнення в організм людини хвороботворних мікроорганізмів)
10. Перші ознаки захворювання на грип. (Нежить, закладений ніс, утруднене дихання, кашель, біль у горлі, висока температура)

Запитання до команди «Промінчик»

1. Якими бувають мікроби? (Корисними й шкідливими)
2. Назвіть інфекційні хвороби. (Грип, жовтуха, грибок, дизентерія)
3. Як захистити себе і родину від інфекційних захворювань? (Стежити за гігієною, правильно харчуватися, займатися спортом, уживати вітаміни, загартовуватися)
4. Назвіть природно-кліматичні фактори, що загартовують. (Сонце, повітря, вода)
5. Які цілющі рослини ростуть на городі? (Кукурудза, огірок, цибуля, полуниця, часник, капуста, диня, сонях)
6. Що таке загартування? (Комплекс методів, спрямований на підвищення функціональних резервів організму і його стійкості до несприятливої дії фізичних факторів навколишнього середовища шляхом систематичного впливу цих факторів)
7. Що нам додає здоров'я в родині? (Щирість, підтримка близьких, радість серця, рух, любов, молитва)
8. Яку батькову традицію ти хотів би продовжити щодо збереження здоров'я сім'ї?
9. Найголовніша функція сім'ї. (Продовження роду, народження і виховання дітей, піклування про молодших її членів)
10. Як інакше можна сказати «мама»? (Матінка, матуся, мамочка, няня, мати, мамуся)

Підбиття підсумків п'ятого гейму.

Підсумки гри, нагородження переможців.

Щоб здоровими нам бути,  
Треба навички здобути,  
Про здоров'я піклуватись:  
Перш за все — не лінуватись,  
І здружитися із спортом,  
Воду крижану не пити  
І ніколи не палити!  
Щоб знешкодити мікроби,  
Руки мий щоразу чисто,  
Не забудь щоденно їсти  
Овочі і фрукти різні —  
Всі вони тобі корисні.  
Вранці й вечері, мій любий,  
Завжди-завжди чисти зуби.  
Про батьків не забувай —  
Їм здоров'я додавай,  
Щастя, радість в дім неси  
Та здоровим будеш ти!

## ПРИЙОМ У ЯСЕНЯТА

**Мета:** поліпшити знання про традиції та звичаї козаків на Україні; залучати дітей до спорту та військової підготовки; заохочувати дітей до участі у дитячій організації; збагачувати традиції нашого народу.

**Обладнання:** декорації лісової галявини; книжна виставка; спортивний інвентар; фонограми; тексти гімну, девізу, клятви.

### ХІД ЗАХОДУ

У залі стільці для 5 джерелець. Ліворуч — «А» класи, а праворуч — «Б» класи. Кожне джерельце має свою форму та знаки відміни. Кошовий отаман та курінний стоять спинами до сцени. За столом директор, заступник директора з виховної роботи та гості. Усі стоять біля стільців.

**К у р і н н и й.** Курінь! Рівняйсь! Струнко! Командирам джерелець приготуватися та здати рапорти про готовність. *(По черзі здають рапорти.)*

Курінь! Рівняйсь! Струнко!  
Наш девіз!

**Курінь! Рівняйсь! Струнко! Рівняння на середину! *(Підходить до Кошового.)***

— Пане Кошовий отаман, перший курінь у складі 5 джерелець до свята готовий. Курінний отаман — Артем Радіонов.

**К о ш о в и й.** Курінь! Рівняйсь! Струнко! Рівняння на середину! *(Підходить до директора школи.)* Пане директоре школи! Перший курінь у складі паланок до свята готовий. Курінний отаман — Ганна Каралкіна.

**Д и р е к т о р.** Свято дозволяю розпочати!

Звучить Державний Гімн у виконанні учнів.

**О р г а н і з а т о р.** Сьогодні у нас на Січі велике свято, ми приймаємо до нашої Січі нових членів нашої організації — ясенят. Любі другокласники, ми пропонуємо вам вирушити у подорож до нашої дитячої країни Ясенівська Січ.

**К о ш о в и й**

Наше місто пречудове,  
Усе в ньому кольорове:  
Синє небо, жовте поле,  
Сміх дитячий чуть навколо.  
Проведемо для вас свято,  
Тут працюємо завзято.

**К р а є з н а в е ц ь**

Про природу завжди дбаємо,  
В шахи та футбол ми граємо,  
Родовід та край вивчаємо.  
Вчимось наук і пісень,  
Ніколи тут не сумно нам.

**О р г а н і з а т о р.** А щоб ми були впевнені, що ви гідні мати звання ясенят, ви повинні скласти іспит і довести своє вміння виконувати різні завдання.

А ми, в свою чергу, розповімо вам про наші справи.

**К о ш о в и й.** Ми, любі малята, упродовж року крокуємо різними дорогами, про які вам зараз і розповімо. Перша дорога — «Дорога до Батьківщини». *(Читають добірку творів.)*

Виконується пісня про Україну.

**К у р і н н и й.** Наступна наша дорога — «Дорога до майстерності». Наскільки ви творчі малята — ми зараз і перевіримо! А для цього по чотири представники від класу підійдіть до столу. Тут ви бачите кольоровий папір, ножиці, клей. З цих речей ви маєте створити нам картину осені.

Малята виконують аплікацію, звучить музика.

**К о ш о в и й.** Наступна дорога — «Наші таланти», де ви повинні довести, що талановиті.

Другокласники виконують номери художньої самодіяльності.

**К у р і н н и й.** А ще одна з доріг — це «Дорога здорового способу життя». Тому пропоную перевірити вашу швидкість, спритність та вправність. А для цього мені потрібні дві команди по шестеро учнів.

Естафета проводиться під музику.

**О р г а н і з а т о р.** Ну, малята, ми вважаємо, ви усім довели, що гідні звання — ясеня Ясенівської Січі. І ми з радістю прийемо вас до нашої організації.

**К о ш о в и й.** Але спочатку ви повинні присягнути Січі на вірність.

Читають клятву.

**К у р і н н и й.** А тепер усі нові ясенята отримують емблему Січі, а також разом з іншими джерельцями — завдання на рік.

Вручаються конверти із завданням.

**О р г а н і з а т о р.** Для привітання нових членів організації слово надається директору Січі — Миколі Григоровичу Гетьману.

**Д и р е к т о р.** Любі діти, сьогодні у нас велике свято. Ми приймаємо наших молодших друзів-другокласників до нашої організації. Але спочатку вони повинні поближче познайомитись із нашою організацією. Наша організація має назву Ясенівська Січ і є підрозділом міської організації «Лугарі», а ця організація є складовою обласної організації «ЛЮДОО». Зі структурою обласної та міської організації вас ознайомлять на засіданнях активу. А сьогодні ми поближче ознайомимо вас із нашою Січчю. Тож запрошуємо вас до нас на Січ, ви самі помандруєте до нашого штабу.

Підходять дівчинка і хлопчик.

**Х л о п ч и к.** Ми дуже хочемо вступити до нашої організації, тому що багато чули про неї.

**Д і в ч и н к а.** Ми знаємо, що усі тут живуть однією дружньою родиною, мають свої девізи, гімн, навіть свою газету.

**О р г а н і з а т о р.** Ну що ж, малята, тоді в добрий путь!

**Д і в ч и н к а.** Ой, Владкику, дивись, як тут гарно, наче в казці! А які чудові квіти.

Підбігає й хоче «зірвати» квітку.

**Е к о л о г.** Стій! Не рви квітку! Ми її занесли до Червоної книги, а ще багато інших рослин.

**Х л о п ч и к.** А хто ти такий?

**Е к о л о г.** Я — еколог штабу ясенят, відповідаю за рослини, джерельця, птахів, дбаю про усю природу і працюю під девізом «Край, в якому живемо, збережемо і спасемо».

Вибігає Пташка із підбитим крилом, а за нею женеться хлопчик із рогаткою.

**П т а ш к а.** Допоможіть! Допоможіть!

**Е к о л о г.** Стій! Як тобі не соромно кривдити маленьку пташку! Віддай рогатку. Якщо ти знищиш пташку, зникне ліс, а зникне ліс, то загинуть тварини, а за ними — і люди. Ти згубиш людство!

**Х у л і г а н.** Пробачте, я більше не кривдитиму птахів та тварин. Навіть допомагатиму їм, оберігатиму їх. Діти, допоможіть перев'язати Пташці крило.

**Е к о л о г.** Що ж, малята, ось ви і зробили першу добру справу, як екологи. Ось вам і вашим друзям наша Червона книга! Занотуйте в неї все, що необхідно зберегти. І тоді матінка-природа буде дуже вам вдячна за турботу.

«Танок квітів».

**Х л о п ч и к.** Ой, дивись скільки книжок! (*Необережно хапає книгу.*) Давай подивимось малюнки.

**Б і б л і о т е к а р.** Зачекай! Так із книжками не можна поводитися, адже книга — твій друг і помічник. До неї потрібно ставитися з повагою. Я, бібліотекар штабу ясенят, стежу за тим, щоб усі виконували правила читача. Якщо ви хочете стати читачами шкільної бібліотеки, то ви маєте їх вивчити.

**Д і в ч и н к а.** Так, ми дуже хочемо стати її читачами.

**Х л о п ч и к.** У книгах стільки цікавого!

**Б і б л і о т е к а р.** Що ж, я тоді познайомлю вас із нашим шкільним бібліотекарем, а вона вам усе розповість. Знайомтесь — Олена Василівна!

**О л е н а В а с и л і в н а.** Добрий день, діти! Для того щоб стати читачами бібліотеки, вам необхідно завести формуляр читача, у якого я занотую всі ваші дані і відмічатиму, коли берете книгу, а коли — повертаєте. Існують правила користування книгою, послухайте їх!

- Перш ніж ти візьмеш книгу, перевір — чисті в тебе руки, чи ні.
- Листи перегортай за край сторінки, а не зверху.
- Відмічай сторінку закладкою, а не згинаючи листа.
- Дочитавши книгу, відразу віднеси її до бібліотеки.

Ось вам ваші формуляри. Приходьте, обирайте книжки. До побачення!

Вибігає хлопчик-Витівник.

**В и т і в н и к.** Добрий день, малята! Куди це ви мандруєте?

**Х л о п ч и к.** До штабу ясенят!

**В и т і в н и к.** Добре, тоді підемо разом! Я — Витівник штабу ясенят. Щоб не сумно було йти, давайте пограємо. Я називатиму слово, а ви з цим словом складатимете вірші та співатимете куплет пісні.

Діти грають.

— Молодці, діти, багато пісень та віршів знаєте. А я вам подарую на пам'ять гімн наших ясенят із їх емблемою.

Виходить Санітар.

**С а н і т а р.** Добрий день, малята! Куди це ви мандруєте?

**Д і в ч и н к а.** Вступати в ясенята.

**С а н і т а р.** Тоді складіть мені іспит із гігієни. Чи ви дружите з нею?

**Д і т и.** Так!

**С а н і т а р.** Що ви робите найперше, коли прокидаєтесь?

**Х л о п ч и к.** Умиваюся!

**Д і в ч и н к а.** Роблю зарядку та застилаю ліжко.

**Х л о п ч и к.** Снідаю і мию посуд.

**Д і в ч и н к а.** Іду до школи.

**С а н і т а р.** Добре! А після школи?

**Х л о п ч и к.** Вішаю у шафу шкільну форму.

**Д і в ч и н к а.** Мию руки й обідаю.

**Х л о п ч и к.** А потім іду гуляти.

**Д і в ч и н к а.** Погулявши, учу уроки.

**Х л о п ч и к.** Умиваюся, чищу зуби.

**Д і в ч и н к а.** Розстеляю ліжко та лягаю спати.

**С а н і т а р.** Які гарні діти! Справжні ясенята! Тримайте режим дня, і нехай його виконують і ваші товариші також. (*Дає режим дня.*)

Мийдодрі виконує пісню про гігієну. Вибігає Спортсмен.

С п о р т с м е н. Малята, доброго дня! Ви до нас на Січ ідете?

Д і т и. Так!

С п о р т с м е н. А ви займаєтесь спортом чи ні?

Д і т и. Так!

С п о р т с м е н. А ми це зараз перевіримо. Усі наші ясенята дуже люблять спорт, вони займаються у спортивних секціях та беруть участь у всіх шкільних змаганнях. Зараз я перевірю, які ви швидкі та спритні!

*Естафети:*

1. Перенеси м'яч.
2. Передай м'яч.
3. «Жабки».
4. «Кенгуру».

С п о р т с м е н. Молодці, малята! Ми з вами вже прийшли до штабу.

К у р і н н и й. Ми вітаємо вас у нашому штабі! Ви вже готові стати ясенятами, тому що здолали всі випробування. А тепер ви повинні дати клятву на вірність нашій справі.

Діти дають клятву.

— Ми даємо клятву вічній справі початій нашими старшими товаришами! Клянемося!

— Бути гідними синами та дочками нашої Вітчизни! Клянемося!

— Ніколи не втрачати гідності громадянина України! Клянемося!

— Бути чесними, справедливими, безкорисними! Клянемося!

— Уміти товаришувати! Клянемося!

— Клянемося! Клянемося! Клянемося!

Кошовий зачитує наказ.

К о ш о в и й. Прийняти до першого куреня 11 ясенят; скласти нове джерельце «Червоні вітрила» (*вручає емблеми і погони*); оформити куток нового джерельця та внести його до складу куреня; обрати актив джерельця; дати завдання пошуковим загонам ясенят.

Термін виконання — 1 тиждень.

Учні отримують завдання.

К о ш о в и й. Наших нових членів організації вітають їх старші друзі.

Пісню «Дорогою добра» виконує дует; танок «Осінній етюд» виконує тріо.

О р г а н і з а т о р. Ось і добігло кінця наше свято! Ми вітаємо нових ясенят і бажаємо їм активної праці. А зараз усі разом виконаємо гімн ясенят.

Виконують гімн.

## ВИПУСКНЕ СВЯТО

У ч и т е л ь. Дорогі діти! Шановні батьки ти гості! Сьогодні ми трішечки хвилюємось, адже у нас особливий та незвичайний день — ми прощаємось з початковою школою.

День сьогодні такий незвичайний —

Сонце встало, умите в росі,

І звучить ніжно вальс наш прощальний —

Ми на свято зібрались усі!

Під музику «Шкільний вальс» заходять, танцюючи, випускники початкової школи.

У ч н і (*по черзі*)

1. Сьогодні в нашім класі свято —

Останній дзвоник, випускний.

І добрих слів сказати хочемо багато —

За те, що кожен з нас отримати зумів.

2. Чотири роки дуже швидко пролетіли,

Дорослими ми стали вже людьми,

Про те, що мріяли в дитинстві та хотіли —

Ми в серці юнім зберегти змогли.

3. За вікном дитинства світ широкий

В очі сипле зорі золоті.

Рідний клас! Ми твої уроки

Ще не раз згадаємо в житті!

4. Ось зайшли вже до класу в останнє,

Наші діти — 4-А клас.

Хай здійсняться всі наші бажання —

Ми зі святом вітаємо вас!

Звучить пісня «Маленькая страна».

1. Есть на Гагарина 17 Маленькая страна,

Здесь дети с умными глазами, здесь жизнь чудес полна.

Здесь детям знания даются, здесь зла и горя нет.

Школьной страной она зовется и дарит знаний свет.

П р и п е в

Гимназия № 2 (*Дважды*) — ты наша крепость и опора,

Гимназия № 2 — Маленькая страна, школа любимая!

Ты наша крепость, наша верность, школа любимая!

2. Эта страна нам часто снится, но миг уйти придет,

Наш выпускник, пора проститься, — твой начался полет.

Час расставания назначен в школьной твоей стране.

Май наступил, а это значит — грустно тебе и мне.

П р и п е в.

У ч и т е л ь. Чотири роки ми разом із вами піднімалися першими найважчими сходинками до знань, училися писати, читати,



лічити, товаришувати, жити за правилами в нашій маленькій шкільній країні. Якими ми стали за ці роки?

У ч н і. Дозвольте нам рапортувати!

- За час навчання вивчили 33 літери українського алфавіту та багато правил українського правопису, навчилися читати, писати, розв'язувати задачі, приклади, складати твори.
- Ми провчили разом 2448 уроків.
- Ми провели 1836 годин за партою, і це — не враховуючи часу, витраченого на виконання домашнього завдання.
- Учні нашого класу перечитали, не дочитали, зачитали до дірок 578 художніх творів, книжок.
- Списали, не дописали, переписали 1820 зошитів, але не кожен із них був показаний батькам.
- Отримали 1700 оцінок високого рівня, 2220 — достатнього, 1540 — середнього (*про початковий рівень ми зараз не говоримо*).
- Загубили 50 ручок, 60 олівців, десяток гумок, 30 гудзиків, багато копійок і 10 поганих звичок.
- Списали 3 кг крейди, 12 штанів, 22 руки і 3 щоки.
- Клас живе цікавим життям і не збирається зупинятися на досягнутому.
- Проведені незчисленні вікторини, конкурси, олімпіади, свята.
- 800 днів разом із ранковим сонцем ми переступали поріг рідної школи.
- Приблизно 3,5 тисяч дзвінків почули ми за 4 роки навчання. Ми чули їх по-різному. Тоді, коли з букетом квітів ішли на перший урок у перший клас, і тоді, коли він немов би обривав цікаво проведені 40 хвилин твого улюбленого уроку. І був довгожданний дзвінок на канікули. А ось дзвінок, який ми почуємо сьогодні, буде останнім в стінах рідного класу.

Діти по черзі дзвонять у дзвоник.

У ч н і (*по черзі*)

5. Чомусь сьогодні шкільний наш дзвінок  
З жалем дзвенить, ніби плаче струмок.  
Певно, сумує наш рідний дзвінок,  
Що вже не покличе сюди на урок.
6. Разом з дзвіночком сумуємо й ми,  
Всі ми здружились, зріднилися ми.  
Якось незвично, що вже на урок  
4-А клас не покличе дзвінок!
7. Всіх четвертокласників вітаємо  
З останнім дзвоником шкільним.  
Щастя всім ми побажаємо —  
Веселим, гарним, молодим.

Звучить пісня «Чого вчать у школі».

У ч и т е л ь. Дорогі діти! Дзвоник скликав нас на останній урок. Тож давайте сьогодні вирушимо у цікаву морську подорож до Країни знань і пригадаємо найважливіші острови, де ми побували за ці чотири роки. Займіть свої місця на палубі. Сядьте рівненько, розслабтеся....

*Тренінг (під музику «Морська Малишка»)*

На цей кораблик ми сідаємо  
І очі тихо закриваємо...  
Ось море хвилюється, плеще,  
Вдаряється в борт корабля.  
У кожного серце трепече:  
Яка ж то чарівна земля!  
Вдихаємо свіже повітря,  
Милуємось всім навкруги.  
І сонце, і море, і вітер  
Нам будуть друзями в путі.

В о в о ч к а. Так! Стоп! Стоп! Ви ж про мене забули! Я відомий усім Вовочка. Анекдоти про мене всі, мабуть, знають?

Д і т и. Так, знаємо! І навіть розкажемо!

**Інценізація шкільних історій**

#### 1. ВОВОЧКА-ДОШКІЛЬНИК

- Тато, а чому йде дощ?
- Підеш до школи, Вовочко, дізнаєшся.
- Тату, а у Баби Яги є бабенятка?
- Звідки я можу знати?
- Тату, а навіщо коняці коси на плечах?
- Запитай у коняки.
- Тату, а мотоцикл не любить цукерки?
- Не знаю, я його не запитував.
- Тату, а ти не сердися, що я тебе про все питаю?
- Що ти, Вовочко! Як можна? Адже, чим більше ти запитуватимеш, тим більше будеш знати. От же непосидюче! Хоч би до школи його швидше відправити...

#### 2. ВОВОЧКА-МАТЕМАТИК

- Татусю, допоможи задачу розв'язати.
- Прийде мама, допоможе.
- Тату, на кухні кран прорвало. Вода тече.
- Прийде мама, відремонтує.
- Що це паленим пахне?
- А, то на кухні білизна згоріла.
- А чому ж ти мовчиш?
- Прийде мама, погасить.

**3. ВОВОЧКА-МОВОЗНАВЕЦЬ**

— Яке завдання в нас було,  
Петров? Позначити число  
В іменниках: «штани», «весна».  
Чи однина, чи множина?  
— То ти вже виконав чи ні?  
— «Весна», це ясно, в однині.  
От зі штанами щось не те...  
Завдання дуже не просте...  
І чим же поясни мені.  
Оці «штани» такі складні?  
У чому складність поясни.  
— У чому складність? Бо «штани»  
До половини — однина,  
А трохи нижче — множина!

**4. ВОВОЧКА-ТЕОРЕТИК**

— Чому твій маленький братик так кричить?  
— А чому йому не кричати? Якби у вас не було ані волосся, ані  
зубів, якби ноги вас не тримали, а руки не слухалися, ви ще не так  
закричали б.

**5. ВОВОЧКА-СКИГЛІЙ**

— Мамо-о-о-о-о! Хочу ва-ре-ни-ків!  
— Іди, їж. На столі повна миска стоїть.  
— Еге! Вже не хочу. Я думав, що вже нема.

**6. ВОВОЧКА — СПРАВЖНІЙ ДРУГ**

— А що б ти, Вовочко, зробив, якщо б твій друг почав несподі-  
вано тонути?  
— Збігав би до села за допомогою.  
— Так село ж далеко.  
— А я б заради друга ще дальше побіг.

**7. ВОВОЧКА — ЮНИЙ НАТУРАЛІСТ**

— Тату! У діжку з квасом мишка впала.  
— Ну так ти її витяг?  
— Еге ж! Буду я її витягати! Я піймав кішку, кинув в діжку, щоб  
вона її з'їла.

В о в о ч к а. Ой розсмішили, ой не можу! Бачите, який я весе-  
лий. Як же ви без мене?

Співає на мелодію пісні Ф. Кіркорова «Зайка моя».

**ПІСНЯ ВОВОЧКИ**

Жвачка моя, я — твой фантик,  
Кукла моя, я — твой бантик.  
Лейка моя, я — твой зонтик.  
«Фанта» моя, я — твой ротик,  
Клякса моя, я — твой ластик.

Я уроки не учу, дурью маяться хочу.  
Потому что только, только  
Лень мне по плечу.  
Я гуляю целый день.  
Буду я тупой, как пень,  
Потому что на меня с утра напала лень.  
Я ночами классно сплю,  
Ведь уроков не учу,  
Ведь совсем уроки не учу  
И не хочу!

— І навіщо ви тут зібралися? Вам не лінь? Краще б на дивані поле-  
жали. Ну, хто навчатися не хоче? Гайда зі мною, відпочинемо! Чай-  
ку поганяємо... Який може бути корабель? Які спогади? Що в них  
особливого? Адже одні гарні, а інші дуже неприємні! Бр-р-р-р! Що  
ви пригадуватимете?

1 - й у ч е н ь. Як читати вчилися!

2 - й у ч е н ь. Як писати вчилися!

В о в о ч к а. Читати, писати — так це ж працювати треба.

3 - й у ч е н ь. Звісно, чотири роки ми наполегливо навчались,  
вивчаючи всі учені премудрості!

В о в о ч к а. Це важко!

4 - й у ч е н ь. Адже без труда не витягнеш рибки зі ставка!

В о в о ч к а. Та її в магазині купити можна!

5 - й у ч е н ь. У якому?

В о в о ч к а. У риб'ячому.

6 - й у ч е н ь. А як ти його пізнаєш?

В о в о ч к а. За запахом.

7 - й у ч е н ь. А як взуття купуватимеш? Теж за запахом зна-  
йдеш? Читати рекламу слід уміти!

В о в о ч к а. А як цього навчитись?

8 - й у ч е н ь

Сьогодні беремо тебе з собою  
У дуже дальню й нескінченну путь.  
Нехай знання подружаться з тобою,  
А ти їх збережи і не забудь.

Звучить пісня.

**Перша зупинка. Наш клас**

Прошло чотири роки — багато це чимало —  
Коли нас, шестирічних, вели за руки мами.  
З великими букетами, з портфелями новенькими  
Боялись всього ми навкруг, бо ще були маленькими.  
Та швидко ми освоїлись, із класом ознайомились,  
Боялись лиш дівчата, бо тут їх небагато.

Мама перший раз до школи привели давненько нас.  
Не забудь цього ніколи — першу вчительку і клас,  
І дівчаток банти пишні, і портфелики в руках,  
Губки, наче стиглі вишні і цікавість у очах.  
Хлопчаки усі швиденькі, і рухливі, і меткі.  
Ми були такі маленькі, а ось вирости які.

1. І хіба смикнеш Діану за косичку, як колись?  
Треба стати на драбину, щоб до неї дотягтись. (*Коростовська*)
2. Б'ють тепер батьки тривогу: де взуття велике взять.  
Ось наприклад, Сашка ноги має номер 25. (*Масляниця*)
3. Влада вміє все робити: вишивати й суп варити.  
Вміє навіть здачі дати, якщо будеш драгувати. (*Кукушкіна*)
4. Наш Денис завжди у центрі — когось б'є й мотає нерви.  
Всіх дівчаток любить трішки, наче кіт, а ми всі — мишки. (*Харчев*)
5. Зовсім інший Ваня наш — серйозний він й старанний.  
В класі кожному він рад, за все відповідальний. (*Сидоров*)
6. Миколка любить м'яч ганяти, дрова у лісі позбирати,  
Від запахів спортзалу він балдіє, і стати футболістом класним мріє. (*Каналаш*)
7. З вами хто може пограти і задачу дасть списати?  
Пізніше всіх додому йде і вас до двору доведе? (*Мітюкова*)
8. Нас Діма вміє розсмішити, а коли треба — пожаліти.  
Про щось частенько забуває, неначе він склероз вже має. (*Свистунов*)
9. Про мене кажуть, що малий, не дуже гарно вчуся,  
Але ж я вдачею такий, змінюсь, як оженюся! (*Максимець*)
10. Олега всі ми поважаємо. І нас він теж не ображає.  
Кого полюбить, неодмінно, смикне за коси він відмінно. (*Яковенко*)
11. В перший клас колись прийшов я хлопчиком біленьким,  
Але потім потемнішав, бо став розумненьким. (*Капустян*)
12. Я на уроках зітхаю, а іще частіше сплю.  
Свою справу добре знаю, саме так я гав ловлю. (*Свіридов*)
13. З дитинства гратися люблю я в любых умовах,  
І ніколи я не сплю, а бавлюсь на уроках. (*Інатова*)
14. Дуже хочу я навчатись, мені ніколи гуляти,  
Буду діточок навчати, бо учителем бажаю стати. (*Плетенецька*)
15. Оленка краще всіх читає, знання легко всі здобуває,  
В олімпіадах перемагає, а як красиво вишиває! (*Сергєєнкова*)
16. Із своїм класом розлучатись зовсім, друзі, не хочу,  
Із вами поруч, щоб навчатись, пішки із села я прийду. (*Лістрова*)
17. За всі справи я беруся, труднощів я не боюся.  
Клас для мене як родина — сім'я велика і єдина. (*Прохорова*)
18. Обіцяємо ми Настю не дражнити,  
А завжди із нею в мирі жити.  
Бо Настя дасть завжди нам щось списати,  
Такі таланти треба нам оберігати! (*Гайдай*)

19. Хто більше всіх тваринок має, за ними добре доглядає?  
Собачка з нею засинає, бо Настя добру вдачу має. (*Антонова*)
20. Багато зіграно ролей. Співає як Аніта Мей.  
Мабуть, артисткою Настюша мріє стати,  
Ми їй бажаємо лиш так тримати. (*Белимова*)
21. Хоч навчатись не виходить, Оленка щось собі знаходить:  
На уроці малювати чи у Насті щось списати,  
Дошку краще всіх помити, гаву швидше всіх зловити. (*Романова*)
22. Надійка — дівчинка чудова. Сміється зараз, бо про неї мова.  
Дружити любить з усіма, без Юлі і прожить не може дня. (*Дзюрська*)
23. Самий добрий, самий чемний, всім цікавий і приємний —  
Вадик всіх нас поважає, тому багато друзів має. (*Ковальчук*)

У с і р а з о м

Ось такий наш дружний клас —  
Ще не раз здивує вас!

Звучить пісня «Із чого ж бо, із чого ж бо зроблені наші хлоп'ята?».

В о в о ч к а

Ваш клас я полюбив, зізнаюсь чесно,  
Хочу я мати друзів, як чудесно,  
Що зараз ви відверто нам про всіх розповіли,  
Але ніхто за це вам не розбив носи.  
Замучився я всіх вже ображати  
І друзів я таких, як ви, лиш мрію мати.  
Я твердо вирішив навчатись,  
Бо скільки ж можна лінуватись?

У с і р а з о м

З радістю приймемо тебе у наш клас,  
Для нових випробувань буде ще час.

**Друга зупинка. Наші вчителі**

У ч н і (*по черзі*)

1. Сьогодні привітати щиро хочемо ми своїх добрих вчителів.  
Ми їм свої вітання приурочимо, найкращі причитаємо вірші.
2. Я не забуду ніколи першої в школу путі,  
Зошит, Буквар мій у школі, вчительку першу в житті.
3. Перша вчителька! Добра, терпляча,  
Наче мама, була нам усім.  
І любов її щира, гаряча,  
Зігрівала сердечко малим.
4. Пам'ятаю і зараз, крізь роки,  
Перші труднощі, перший наш клас  
І веселі, цікаві уроки —  
Як же швидко пролинув той час!

5. Ми малі на лінійці стояли,  
А в очах і цікавість і страх.  
В ручках квіти в букетах тримали,  
І тремтіла тривога в очах.
6. Ти ж — як фея, і добра, і мила,  
Усміхнулася лагідно нам.  
Як же щиро ти всіх нас любила!  
Як нас завжди хвалила батькам!
7. Пустували не раз і не два,  
І уроки зривати уміли.  
В вас боліла від нас голова,  
Але ви все одно нас любили.
8. Тож пробачте сьогодні за все:  
Жарти, витівки наші невдалі.  
Нас життя вже на крилах несе  
В невідомі, незвідані далі.  
Звучить пісня «Перша вчителька».
9. Чотири роки разом ми ішли, всього було:  
Комусь носи товкли,  
У голос вчительки замріяно вслухались,  
І, галасуючи, в їдальні ми штовхались.
10. Пробачте нас за двійки непримітно,  
Які отримували ми не раз.  
Та обіцяєм: будем вчитись на відмінно,  
Щоб не підвести і не осоромить вас.
11. Пробачте за недоспані ночі,  
Які над зошитами вдома провели,  
За те, що нервів стільки з'їли з нами,  
Щоб ми писати й рахувать змогли.
12. Сьогодні ми прощаємося з вами,  
І більше ви не будете нас вчить.  
У клас до нас прийде вже інша мама,  
Щоб за неправильні вчинки посварить.
13. Та ми ніяк не можемо уявити,  
Що двері в клас відкриєте не ви.  
Що вже не скажете: «Добривдень, діти!  
Ой, як за літо всі ви підросли».
14. Вам доземно вклоняємось ми  
За любов, за турботу, горіння,  
Ми дорослими станем людьми,  
То ж спасибі за ваше терпіння.
15. Ми в житті вас не забудемо  
І пам'ятати завжди будемо,

І слово, й усмішку ласкаву  
То хитрувагу, то лукаву.  
І ту любов, що віддавали,  
Серця дитячі зігрівали.  
За все ми вдячні вам без ліку,  
Спасибі ніжне і велике.  
Діти вручають квіти першій вчительці.

16. А ще альбом оцей вручаємо,  
В нім фото і малюнки є.  
Ким станемо, ми ще не знаємо,  
Та мрія в кожного з нас є.  
І мрію ту ми записали  
У цей альбом, нехай лежить.  
І просим вас, щоб зберігали,  
Бо час так швидко пробіжить.  
А через кілька років може,  
Ми знову класом зберемось.  
Тоді побачимо у час погожий  
Ким стали ми і що збулось.  
Діти вручають альбом із фотографіями найкращих моментів шкільного життя.

#### В о в о ч к а

Я дуже хочу стати капітаном  
На кораблі під назвою «Життя»,  
Але ж навчатись добре треба — знаю,  
Хто ж дасть мені такі міцні знання?

#### У ч и т е л ь

Тебе я з радістю навчу  
Книжки читати і життя любити.  
Дітей усіх по-справжньому люблю —  
І навіть пустунів, куди їх діти?  
Вам всім бажаю лиш добра,  
Старанно і натхненно вчиться.  
І хай існує істина проста:  
«В житті завжди вам мудрість знадобиться».

— Любі діти! Я від щирого серця зичу вам тільки попутного вітру у вашому плаванні великою Країною Знань. Попереду на вас чекають нові випробування, нові предмети і нові вчителі. Але хай труднощі вас не лякають. Вірте в себе, свої сили, і у вас обов'язково все вийде. Запам'ятайте: справжньою людиною може стати тільки тоді, коли твердо і впевнено йде до своєї мети. Бажаю, щоб ваші мрії здійснювались, а ваші батьки пишалися вами.

На нашому святі сьогодні присутні гості — учителі. До них — наше слово.

## У ч н і (по черзі)

1. Завуч і директор, як тато і мама,  
В школі коханій моїй.  
Знаємо всі ми — важко нести їм  
Влади тягар на собі.  
Вам співчуваємо, щастя бажаємо  
На довгі-предовгі роки.  
Сили, наснаги, здоров'я й відваги  
Зичимо вам залюбки.  
— Ці слова прозвучали для... Квіти — для них!
2. Музика — предмет не новий,  
Мальовничий, пречудовий  
І цікавий нам всією  
Неповторністю своєю.  
Альберта Олексійовича ми дуже-дуже любимо  
І пісні, ті що вивчили, ніколи не забудемо.  
В п'ятий клас коли прийдемо — вчителя не підведемо,  
Ноти гарно будемо вивчати і в конкурсах завжди перемагати.  
— Квіти — учителеві музики!
3. Ми із Владою на групу поспішаєм залюбки.  
Тут ми зробимо уроки і проводимо танки.  
Поспішаєм, почитаєм і в чудову гру пограєм.  
Дуже весело усім.  
— Вітаємо вихователів групи подовженого дня. Квіти — для них!
4. А англійську і французьку ми вивчаєм залюбки,  
В Англію й Париж готові придбати зараз вже квитки.  
О, бонжур, месьє, хелоу, сільвупле, мадам, донт ноу,  
Ван, труа, о ксьюзмі, плиз, ай лав ю е скул енд триз.  
Всі слова перемішались — але ми усі старались,  
Мови вивчить на відмінно, і ми довчим все неодмінно!  
— Квіти — для вчителів англійської та французької мови!
5. Хто нам завжди допоможе розібратись в морі книг?  
Ще й цікавого багато всім розкаже тут про них?  
Дасть нам корисну пораду, втомленій душі відряду,  
Хто у смутку звеселить, і сміятися звелить?  
Зрозуміло — це не пекар, і ніякий не аптекар,  
Це — шановний усіма наш шкільний бібліотекар!  
— Нашому бібліотекареві ми даруємо квіти!
6. Організатора вітаємо, їй здоров'я побажаємо,  
Щоб про нас не забувала, танцям і пісням навчала,  
А у конкурсах майбутніх, у змаганнях незабутніх  
Пам'ятала про наш клас й допомагала кожний раз.  
— Квіти — організаторові!

7. Документи оформляє і печатки проставляє,  
Графіки складає вміло, гарно робить кожне діло  
Наш шановний секретар.  
— Квіти — секретареві школи!
  8. Ми всіх гостей вітаємо і шлем палкий привіт,  
Щастячка бажаємо на багато літ.  
Хай же зло і горе обмина ваш дім,  
Щоб сміх і радість завжди були в нім.  
— Квіти — гостям-учителям!
  9. Майбутню вчительку свою щиро ми вітаємо,  
Гарні побажання їй ми посилаємо.  
Вам даруєм чарівну ручку скорописку,  
Щоби гарні лиш писали ви батькам записки,  
Швидко щоб перевіряли наші всі завдання,  
Щоб не довелось вам сліпнути з вечора до рання.  
Щоб лиш гарнії оцінки виводила ручка,  
Щоб ви нею розписались, як буде получка.  
— Квіти — майбутньому класному керівникові!
- Третя зупинка. Наша родина**  
Є дивних спогадів багато у кожної родини,  
Щасливих днів, прекрасних див — розкажемо ми нині,  
Як дітки швидко підростали й батьків щоразу дивували.
- У ч и т е л ь. Готуючись до сьогоднішнього свята, ми провели в класі конкурс малюнків «Щасливий день моєї родини». Дивіться, що з цього вийшло!
- Шановні дорослі! Відгадайте, будь ласка, свою сім'ю на малюнку і дайте відповідь на дуже цікаве запитання (*кожній родині ставиться одне запитання*).
- Чи дошкуляв вам уночі... і хто частіше підходив до колиски?
  - Якими були вага і зріст вашої дитини при народженні?
  - Які слова ваша дитина вимовила вперше?
  - Якою є улюблена казка вашої дитини?
  - Які квіти ви подарували дружині в день, коли ви забирали її з дитячого пологового будинку?
  - Якими є улюблені страви вашої дитини?
  - Скільки місяців виповнилося вашій дитині, коли вона почала ходити?
  - Якого кольору була дитяча коляска дитини?
  - Яку подію з першого року життя сина ви найбільше пам'ятаєте?
  - Коли ваша дитина почала добре говорити?
  - Як ви вважаєте, на кого схожий ваш син?

- Хто допомагав, коли донька була маленькою?
- Ким мріє стати ваш син?
- Які подарунки найбільше любить ваша доня?
- Чим захоплюється ваша дитина?
- Коли у вашої дитини з'явився перший зубик?
- Чи найбільше цікавиться ваша донька?
- Яким був день, коли народилася ваша дитина?
- Хто придумав ім'я вашій дитині? Що воно означає?
- Кого ви чекали перед народженням синочка?
- Хто найкращий друг вашої дитини?
- Чим любить займатися ваша дитина, коли вас немає вдома?
- Щоб ви побажали своїй дитині?

У ч и т е л ь. Ось скільки цікавого ми дізналися! Але гадаю, що буде ще цікавіше дізнатися про ваші родини від самих дітей.

Діти відповідають, передаючи одне одному уявний «мікрофон».

#### Метод «Мікрофон»

- Назви найщасливіший день у твоїй родині.
- Чого ти навчився у своїх рідних?
- Що ти робитимеш, якщо тобі хочеться пограти, а мама дуже втомилася?
- Граючи в футбол, ти розбив вікно у сусіда. Твої дії?
- Ти зробив якийсь поганий вчинок. Вибачатися перед батьками важко, але намагайся зробити це зараз.
- Чи хочеш ти мати братика чи сестричку? Попроси зараз про це у своїх батьків.
- Що б ти побажав своїм рідним?
- Яким татом чи матусею ти мрієш стати?

У ч и т е л ь. Ваші думки та мрії прекрасні. Я бачу, що наші родини дружні, тому із задоволенням пограють із нами.

#### Перший конкурс «Розумники й розумниці»

Викликаються три команди — дитина і хтось із батьків. Кожній команді ставиться питання. За кожну правильну відповідь — жетон. Виграє команда, яка найбільше отримала жетонів.

- Скільки хвилин потрібно варити яйце, зварене круто? (Ніскільки)
- У якому місяці 28 днів? (У кожному)
- Дівчинка купила 3 тістечка по 2 гривні кожне. Скільки грошей залишилося? (Ми не знаємо скільки у неї було.)
- У яке відро не можна налити води? (У повне)
- Двоє поросят і чотири хвостики. (Черевики і шнурки)

- Чи може лелека назвати себе птахом? (Він не може розмовляти.)
- Летіло п'ять диких качок. Мисливець убив двох. Скільки лишилося? (Дві, адже він їх убив, а решта полетіли.)
- Маю батька і мати, але я їм не син. Хто я? (Донька)
- — А скільки ти, бабо, піймала горобців?  
— Оце, синку, тільки цього впіймаю, то ще залишиться 9, щоб було 10. (Жодного не впіймала.)

- Від чого в качки ноги червоні? (Від коліна)
- Під яким кущем під час дощу сидить заєць?(Під мокрим)
- Розкажіть скоромовки.

*У чотирьох черепашок четверо черепашенят.*

*У таксі таксі тісно.*

*Ворона проворонила вороненя.*

*Ішов лісом лось.*

*Для мишки нема звіра страшного від кішки.*

*На столі стоїть сільниця. У сільниці — сіль.*

*Розкажу вам про покупки, про покупки, про покупки, про покупки мої.*

*У кучера кучері перекручені.*

*По росі пробігло поросля.*

*Додаткове завдання для команд, які програли*

Показати пантомімою, як ви їсте морозиво, а воно тане і тече по руках (смачний банан, кислий лимон).

#### Другий конкурс «Збери дитину до школи»

Знову викликаються інші три команди. Необхідно зібрати дитину до школи: одягнути шапку, шарф, вивернутий піджак вивернути та одягнути правильно, надіти ранець на спину й сказати: «Готово!»

#### Третій конкурс «Іграшка по колу»

Велика команда утворює коло. Під музику передається іграшка. Коли музика зупиняється, гравець, який тримає іграшку, виходить. Останній, хто залишився, — переможець. (Посередині гри можна використати другу іграшку, щоб їх виявилось дві.)

*Четвертий конкурс «У танці ти не підведи, а швидше іграшку схопи»*

Викликаються учасники — батьки та діти. Усі утворюють коло. У центрі — іграшки. Їх на одну менше, ніж учасників. Поки музика грає — усі танцюють. Коли музика зупиняється — необхідно схопити іграшку. Кому не дісталася іграшка — залишає гру. Виграє останній, хто залишиться в грі.

**П'ятий конкурс «Табурет, що зник»**

У конкурсі беруть участь дитина і батько. На відстані 2–3 метрів розташовують 2 табурети. На них сідають гравці із зав'язаними очима. За командою вони підводяться, роблять уперед 6 кроків, роблять 3 повних обороти та займають своє місце на табуреті. Виграє той, хто зумів це зробити першим.

**Шостий конкурс «Що змінилося?»**

На столі виставлені 10 іграшок. Мамі та донці пропонується запам'ятати порядок їх розташування. Гравцям зав'язуються очі. Певні іграшки міняють місцями. Гравцям пропонують відповісти, що змінилося.

**Сьомий конкурс «Скажи добре словечко»**

Гра пропонується тим дітям, які не отримали приз, та дорослим. Гравці утворюють коло та передають одне одному писанку як символ добра і справедливості з добрими словами про того, кому її передають. Наприклад: «Який ти прекрасний», «У тебе найчарівніші очі», «Ти найдобріший», «З тобою мені дуже легко» тощо.

**У ч и т е л ь.** Де панують злагода, мир і тишина в родині, блаженні там люди, щаслива сторона. Від щирого серця бажаю всім родинам щастя і злагоди на довгі-довгі роки.

**Четверта зупинка. Вітальна**

— Зараз ми попросимо директора гімназії вручити нам табелі про закінчення початкової школи.

**У ч н і (по черзі)**

1. Ми відмінників вітаємо,  
З успіхами у навчанні,  
Їх ми щиро привітаємо,  
Будьте завжди старанними!
2. Хорошистам побажаємо  
Ми від них не відставати,  
І «дев'ятки» на «десятки»  
Якнайшвидше виправляти.
3. Всім останнім побажаємо  
Наснаги, терпіння, труда,  
Бо без нього, ми вже знаємо:  
Не дістанеш навіть рибки із пруда.
4. Для нас іще буде школа і навчання,  
І вересень всіх скличе на поріг,  
Та з класом цим прийшла пора прощання,  
І перед нами безліч є доріг.

5. Та вчительку і клас цей не забудемо,  
У пам'яті навіки збережемо.  
І всі сьогодні щиро обіцяємо,  
Що своїх дітей в клас свій приведемо.

Звучить пісня «Прощавай, четвертий клас!» (під мелодію пісні «Милая моя»).

1. Ось і скінчилося все, нам прощатися час,  
Ми розстаємось з тобою, 4-А клас.  
Тугою прощання наповнилась наша душа,  
Ось і скінчилося все — розставатись пора.

**П р и с п і в:**

Прощай, четвертий клас! В нашій школі диво,  
Останнього дзвінка тут чути переливи.  
Хай завжди у нас буде все відмінно —  
Ми знову прийдем в клас цей неодмінно. (Двічі)

2. Всіх ми вітаємо в цей приурочений час,  
Гарні вітання сьогодні прийміть ви від нас.  
Виросли швидко і стали дорослими ми,  
Всім побажаємо щастя на довгі роки!

**П р и с п і в.**

Хай завжди у вас буде все відмінно,  
Зустрінемось не раз тут ми непримінно,  
Прощай, четвертий клас і школо початкова,  
Ми чергу малюкам передаємо знову. (Двічі)

**У ч и т е л ь.** Право передати естафетну паличку Знань надається найкращій учениці класу, призерові шкільних та міських олімпіад Сергеєнкової Олені.

**Ч е т в е р т о к л а с н и ц я**

Я бажаю тобі гарно вчитись  
І ніколи в житті не лінитись,  
Бо найкраще тому в світі жити,  
Хто з науками вміє дружити.  
Хай для тебе лиш сонечко сяє,  
Хай біда тебе завжди минає,  
З усіма будь ласкава й привітна,  
Будь знаннями своїми примітна.  
Естафету ти нашу прийми —  
В перший клас тільки з радістю йди,  
Я від всіх побажаю удачі і щасливої, гарної вдачі.

**М а й б у т н я п е р ш о к л а с н и ц я**

Ми вас всіх не підведемо,  
В перший клас сюди прийдемо.  
Обіцяєм гарно вчитись,  
З вами радістю ділитись.

А якщо нам буде туго —  
До вас прийдем, як до друга.  
Ви нас завжди захищайте,  
Малюкам допомагайте.  
Вчителя не підведіть,  
В п'ятий клас ви гідно йдіть.  
Думаю, іще не раз,  
Вас зустріне оцей клас.  
То ж до зустрічі, гудбайте,  
До нас швидше прибігайте!

## ВИСНОВКИ

Отже, запропонована мною модель гімназії Козацька республіка, спрямована на збереження здоров'я учасників навчально-виховного процесу, на всебічний розвиток особистості, дає можливість зробити крок до освіти майбутнього, а також підвищує статус гімназії.

Я пропоную в кожній школі створити таку модель (можливо, за нашим прикладом), адже без мети і бачення результатів навчально-виховної діяльності, розвиток освіти неможливий. Одна людина не спроможна змінити світ, а тільки тоді, якщо ми разом будуватимемо найкраще майбутнє, Україна стане сильною, економічно-розвиненою та справді незалежною державою. А для цього потрібна цілеспрямованість, віра в краще, бажання пошуку кожної людини і в цілому нації.

Моделі розвитку гімназії в Україні не просто потрібні, а вкрай необхідні. Вони, без сумніву, значною мірою впливають на формування сучасної молоді та виховують справжнього громадянина незалежної держави. Вони формують не тільки всебічно розвинуту особистість (лідера), але й зовсім новий тип людини — будівника майбутнього.

Закликаю всіх небайдужих людей обрати наш шлях впровадження моделі існування сучасної школи, ознайомитися ближче з нашим досвідом. Можливо, вас це зацікавить і ви приєднаєтесь до нас, отже, на одне небайдуже серце стане більше, а це означає, що добро, віра в здібності кожної дитини в цьому світі, збереження її здоров'я почнеться саме з вас.

Дорога добра не проста,  
Вона небайдужих єднає,  
Нехай же тепло не згаса  
І в серці у кожному палає!



## Додаток 2

## МОДЕЛЬ ВИПУСКНИКА ЯСЕНІВСЬКОЇ ГІМНАЗІЇ № 2

| Сфера компетентності              | Характеристика сфер компетентності випускника гімназії  |
|-----------------------------------|---|
| Готовність до безперервної освіти | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Пізнавальна активність, начитаність, глибокі знання з окремих галузей науки і практики.</li> <li>2. Уміння використовувати теоретичні знання на практиці, здатність до творчості.</li> <li>3. Лінгвістична компетентність, уміння обґрунтувати свої судження.</li> <li>4. Сформованість стійкої потреби у навчанні, самодисципліна, наявність умінь і навичок до самостійної, регулярної навчальної праці.</li> <li>5. Потреба у використанні додаткових джерел для розв'язання пізнавальних завдань, уміння вести науково-дослідницьку роботу</li> </ol>   |
| Культурно-дозвільна               | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уявлення про суть вільного часу та вміння використовувати його для саморозвитку.</li> <li>2. Здатність оцінювати культурно-дозвільні можливості навколишнього соціуму з метою активного пошуку й організації форм дозвілля, що відповідають особистісним уподобанням, здібностям, зацікавленням.</li> <li>3. Уміння планувати вільний час, раціонально використовувати його для творчого дозвілля.</li> <li>4. Спрямованість особистості на сприйняття світових культурних надбань, наявність уявлень про сутність і причини виникнення явищ антикультури у суспільстві.</li> <li>5. Сформованість уявлення про сутність неформального спілкування, співвідношення спілкування та етикету, якості особистості, що сприяють налагодженню контактів з іншими людьми, комунікабельність</li> </ol> |
| Особистісно-етична                | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гуманістична орієнтація в системі особистісних цінностей.</li> <li>2. Моральна чесність на підставі етнокультурних, національних, загальнолюдських цінностей.</li> <li>3. Самоповага, відповідальність за себе, самокритичність, почуття власної гідності, самодисципліна; уміння культурно захиститися від несправедливості.</li> <li>4. Сформованість моральних якостей: толерантність, чесність, гідність, працелюбність, правдивість, совість, повага до інших людей, відповідальність за них</li> <li>5. Зорієнтованість на зміну свого стилю життя заради захисту дозвілля; дбайливе ставлення до живої природи</li> </ol>  |

## ДОДАТКИ

## Додаток 1

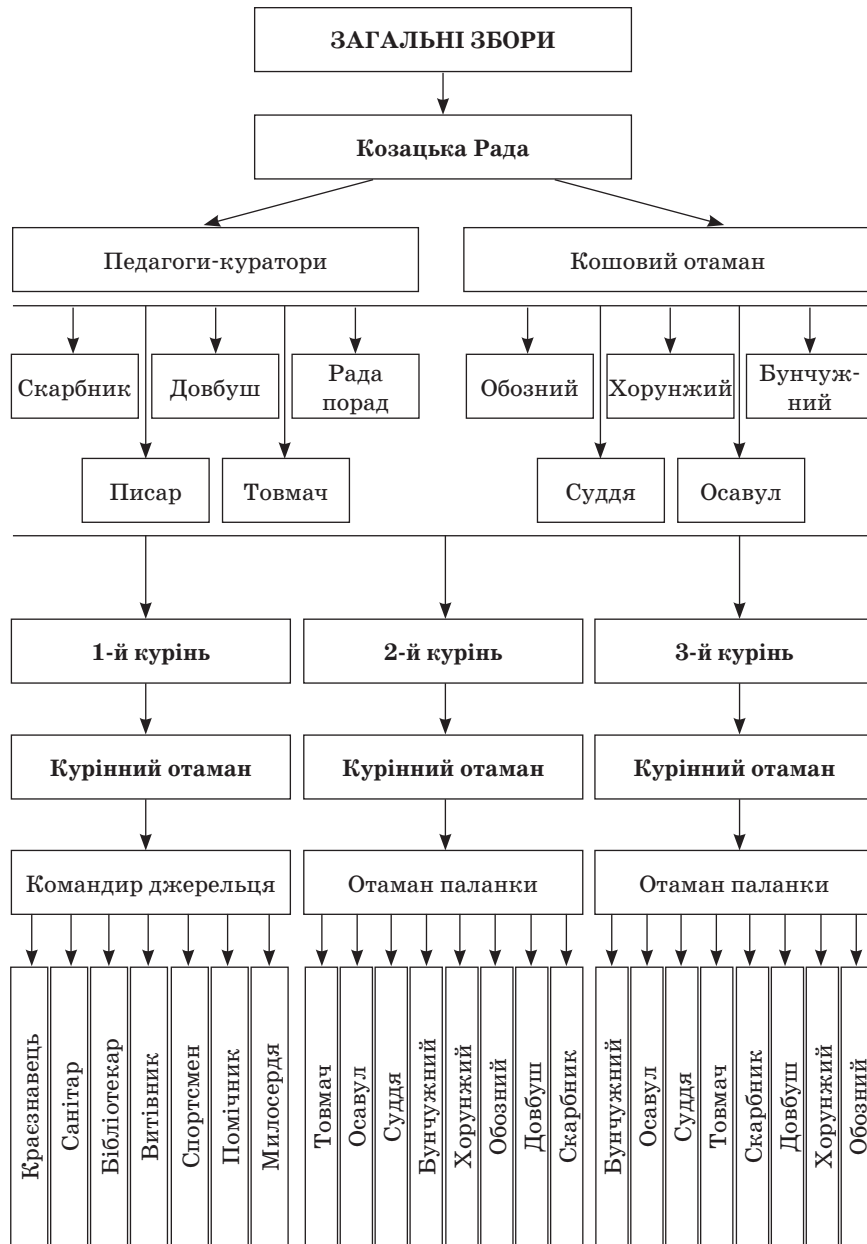


| Сфера компетентності            | Характеристика сфер компетентності випускника гімназії   |
|---------------------------------|--|
| Професійно-трудова              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уявлення про світ сучасних професій, особливості різних видів трудової діяльності та свої можливості щодо майбутньої професійно-трудової діяльності.</li> <li>2. Знання основних законодавчих документів про працю, права й обов'язки неповнолітніх у трудовій сфері.</li> <li>3. Високий рівень володіння навичками самообслуговування з метою створення умов для повноцінного життя.</li> <li>4. Наявність уявлень про загальну ситуацію на ринку праці, тенденції щодо трудової зайнятості, перспектив розвитку, основних промислових видів діяльності в державі, регіоні, місті.</li> <li>5. Високий рівень володіння навичками самообслуговування з метою створення умов для повноцінного життя.</li> <li>6. Самоорганізація, вміння визначитися в період профільного навчання з перспективою адекватного професійного самовизначення й подальшого вдосконалення своїх професійних можливостей</li> </ol> |
| Психолого-фізіологічна зрілість | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уявлення про свій темперамент, характер, стан здоров'я.</li> <li>2. Дотримання правил особистої гігієни, негативне ставлення до шкідливих звичок.</li> <li>3. Уміння самоорганізації у дотриманні режиму праці й відпочинку; здатність до рефлексії й психофізіологічної саморегуляції.</li> <li>4. Регулярність заняття фізичною культурою, спортом, правильне харчування.</li> <li>5. Наявність навичок безконфліктної поведінки, досвіду збереження та зміцнення здоров'я, фізичного стану і досконалості свого зовнішнього вигляду</li> </ol>  |
| Сімейно-побутова                | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Усвідомлення сутності ознак дорослої людини: громадянська зрілість, моральна цілісність, особливості рольової поведінки, пов'язаної зі штатною.</li> <li>2. Уявлення про сутність сім'ї: соціальні функції сім'ї, етичні та правові аспекти сімейного життя, фізіолого-гігієнічні основи сімейного життя, обумовленість труднощів становлення родини.</li> <li>3. Володіння певними господарсько-економічними навичками.</li> <li>4. Дотримання етичних, правових, фізіологічних, гігієнічних аспектів статевих взаємин.</li> <li>5. Сформованість особистісної потреби у турботі, милосерді й терпимості до рідних і близьких</li> </ol>  |

| Сфера компетентності    | Характеристика сфер компетентності випускника гімназії   |
|-------------------------|--|
| Соціально-комунікативна | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Висока культура мовлення й мислення. Вільне володіння державною мовою та немовними засобами спілкування, активного слухання, знаходження стилю й тону спілкування.</li> <li>2. Здатність емоційно реагувати на переживання інших людей, урахування особливостей та психологічний стан співрозмовника.</li> <li>3. Розвиток власних комунікативних можливостей на основі самоусвідомлення, самоаналізу, та знань і вмінь, що забезпечують об'єктивне сприйняття оточуючих.</li> <li>4. Уміння вести діалог, обґрунтовувати свої міркування і життєві позиції.</li> <li>5. Розуміння, толерантне сприйняття й повага культурних відмінностей на засадах державотворчої самовизначеності й патріотизму</li> </ol> |
| Суспільно-правова       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знання основних положень Конституції України, політичної структури сучасної держави та державної влади.</li> <li>2. Уявлення про права й обов'язки громадянина України, члена учнівського колективу та їхня реалізація.</li> <li>3. Знання законів, що регламентують участь громадян у різних формах суспільно-політичної діяльності.</li> <li>4. Дотримання норм і правил людського співіснування.</li> <li>5. Високий рівень національної самосвідомості, ініціативність у громадському житті класу та гімназії.</li> <li>6. Здатність кооперації, наявність досвіду роботи у виборних органах учнівського самоврядування</li> </ol>   |

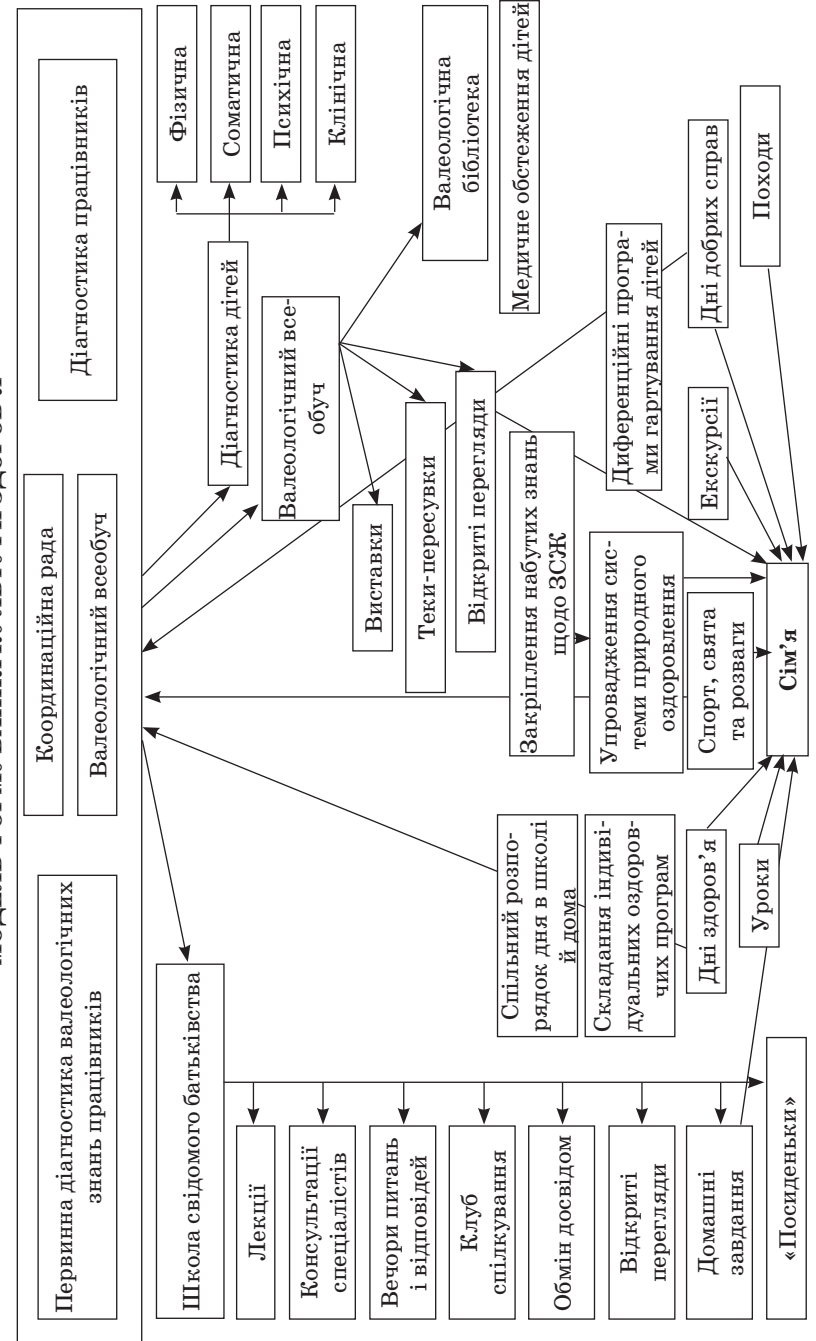
Додаток 3

СТРУКТУРА САМОВРЯДУВАННЯ ЯСЕНІВСЬКОЇ СІЧІ



Додаток 4

МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я



## Додаток 5

## РОБОТА УЧАСНИКІВ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ ЩОДО РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ





## Додаток 8

## ДІАГНОСТИКА І КОРЕКЦІЙНА КАРТА ДІТЕЙ \_\_\_\_\_ КЛАСУ

Клас \_\_\_\_\_. Дата I обстеження: \_\_\_\_\_. Дата II обстеження: \_\_\_\_\_

Лікар: \_\_\_\_\_

| Клінічна діагностика |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
|----------------------|------------|-------------------------|------------------|-----------------------|----------------|----------------|-----|-------------------|----------------|----------|
| № з/п                | ПІБ дитини | Серцево-судинна система | Дихальна система | Опорно-руховий апарат | Травна система | ЦНС, зір, слух | ЧДХ | Інші захворювання | Група здоров'я | Корекція |
| 1                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 2                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 3                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 4                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 5                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 6                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 7                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 8                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 9                    |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 10                   |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 11                   |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 12                   |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 13                   |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 14                   |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |
| 15                   |            |                         |                  |                       |                |                |     |                   |                |          |

## Додаток 9

МЕТОД ІНДЕКСІВ У ДІАГНОСТИЦІ СТАНУ ЗДОРОВ'Я І ФІЗИЧНИХ  
МОЖЛИВОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ

Індекс — величина співвідношення двох або кількох антропометричних ознак. В основі індексів — зв'язки антропометричних ознак.

Розрахунок індексу фізичного розвитку (ІФР) й оцінювання рівня функціональних можливостей за О. Дубогай.

$$\text{ІФР} = P - (\text{МТ} + \text{ОГК}),$$

P — зріст стоячи, см;

МТ — маса тіла, кг;

ОГК — окружність грудної клітки, см.

Оцінювання індексу фізичного розвитку

| Значення ІФР, у. о. | Рівень функціональних і рухових можливостей |
|---------------------|---|
| < 23, 1             | Низький                                     |
| 23,1 – 31,9         | Нижче ніж середній                          |
| 32,0 – 37,9         | Середній                                    |
| 38,0 – 42,8         | Вище ніж середній                           |
| > 42,8              | Високий                                     |

## Проба Руф'є

У досліджуваного, який лежить на спині, протягом 5 хв визначають частоту серцевих скорочень (ЧСС) за 15с (P1), потім упродовж 45 с досліджуваний виконує 30 присідань. Після завершення стандартного навантаження лягає на спину й у нього знову визначають ЧСС за перші 15 с (P2), а потім останні 15 с першої хвилини відновлення (P3). Оцінку фізичної працездатності проводять за формулою. Індекс Руф'є-Діксона:

$$V = \frac{(P_2 - 70) + (P_3 - P_1)}{10},$$

Добрий: від 0 до 2, 9.

Задовільний: 6–8.

Середній: 3–6.

Поганий: вище ніж 8.

## Додаток 10

## ЕКСПРЕС-ОЦІНЮВАННЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Паспорт здоров'я № 1 (хлопчики)

Вік (років, місяців) \_\_\_\_\_ Дата вимірювання \_\_\_\_\_

| № з/п | Ознаки  | Результати | Бали |
|-------|---|------------|------|
| 1     | Зріст (см)  |            |      |
| 2     | Маса (кг)   |            |      |
| 3     | Артеріальний тиск (АТ) — мм рт. ст.                     |            |      |
| 4     | Частота серцевих скорочень (ЧСС) у спокої (за 15 с), Р1 |            |      |
| 5     | ЧСС після 30 присідань, Р2                              |            |      |
| 6     | ЧСС через 45 с після присідань, Р3                      |            |      |
| 7     | Життєва ємність легень (ЖЄЛ)                            |            |      |
| 8     | Динамометрія  |            |      |
| 9     | Індекс Руф'є  |            |      |
| 10    | Ваговий індекс (ВІ)                                     |            |      |
| 11    | Дихальний індекс (ДІ)                                   |            |      |
| 12    | Силовий індекс (СІ)                                     |            |      |

## ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я

| Показник   | Хлопчики               |                        |                       |                   |            |
|--|------------------------|------------------------|-----------------------|-------------------|------------|
|  | Низький                | Нижче ніж середній     | Середній              | Вище ніж середній | Високий    |
| Дихальний індекс ЖЄЛ / маса тіла, мл/кг                      | 45<br>(0)              | 46–50<br>(1)           | 51–60<br>(2)          | 61–69<br>(3)      | 70<br>(40) |
| Індекс «подвійного добутку» (частота серц. скор. × АТ) / 100 | 101<br>(0)             | 91–100<br>(1)          | 81–90<br>(2)          | 75–80<br>(3)      | 74<br>(4)  |
| Ваговий індекс (індекс Кетє) — маса тіла / зріст, г/см       | Більше ніж 400<br>(–3) | Більше ніж 400<br>(–3) | Менше ніж 350<br>(–1) | 350<br>(0)        | 400<br>(0) |
| Індекс Руф'є в ум. од.                                       | 14<br>(–2)             | 11–13<br>(–1)          | 6–10<br>(20)          | 4–5<br>(5)        | 3<br>(7)   |
| Силовий індекс (динамометрія / маса тіла) × 100 %            | 45<br>(0)              | 45–50<br>(1)           | 51–60<br>(2)          | 61–65<br>(3)      | 66<br>(4)  |
| Сума балів   | 2                      | 3–5                    | 6–10                  | 11–12             | 13         |

## Додаток 11

## ЕКСПРЕС-ОЦІНЮВАННЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Паспорт здоров'я № 2 (дівчатка)

Вік (років, місяців) \_\_\_\_\_ Дата вимірювання \_\_\_\_\_

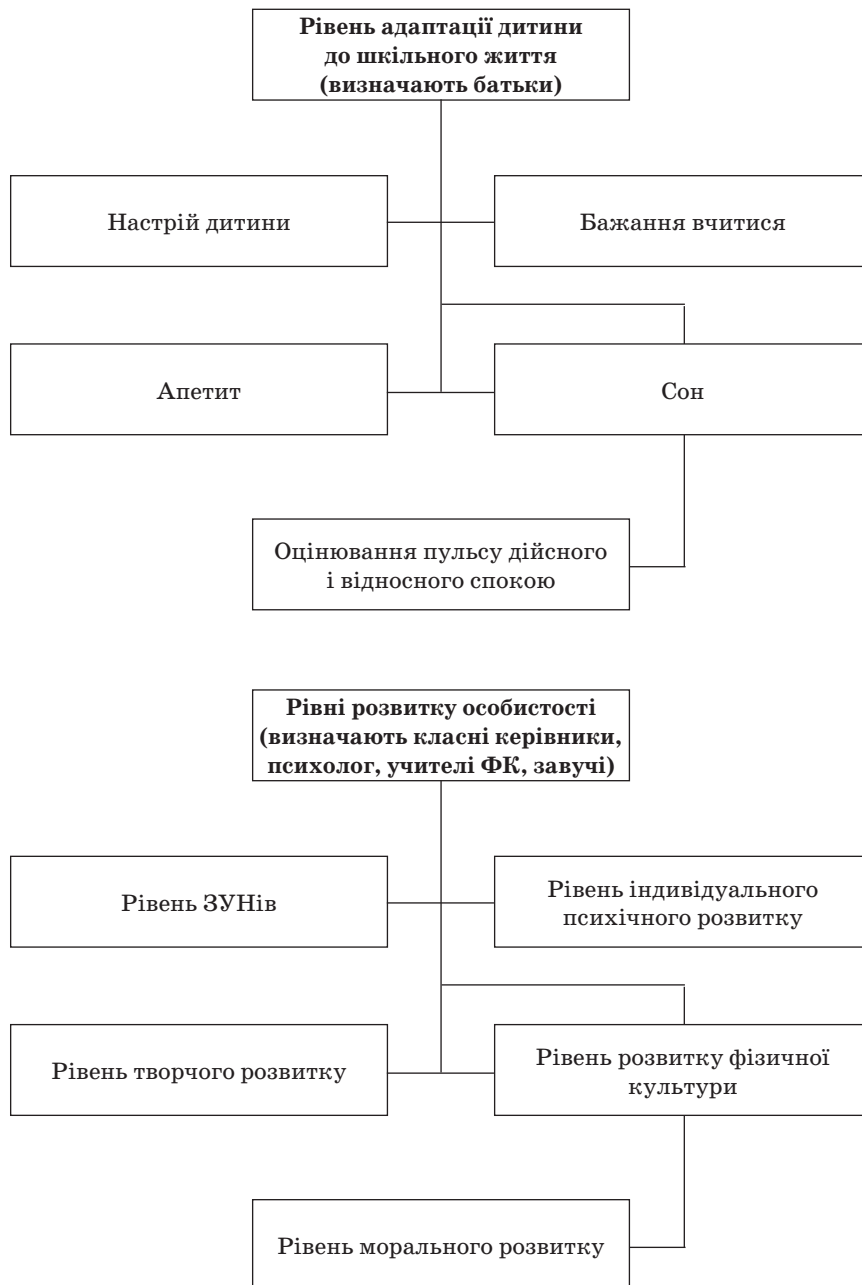
| № з/п | Ознаки  | Результати | Бали |
|-------|---|------------|------|
| 1     | Зріст (см)  |            |      |
| 2     | Маса (кг)   |            |      |
| 3     | Артеріальний тиск (АТ) — мм рт. ст.                     |            |      |
| 4     | Частота серцевих скорочень (ЧСС) в спокої (за 15 с), Р1 |            |      |
| 5     | ЧСС після 30 присідань, Р2                              |            |      |
| 6     | ЧСС через 45 с після присідань, Р3                      |            |      |
| 7     | Життєва ємність легень (ЖЄЛ)                            |            |      |
| 8     | Динамометрія  |            |      |
| 9     | Індекс Руф'є  |            |      |
| 10    | Ваговий індекс (ВІ)                                     |            |      |
| 11    | Дихальний індекс (ДІ)                                   |            |      |
| 12    | Силовий індекс (СІ)                                     |            |      |

## ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я

| Показник   | Дівчатка               |                        |                       |                   |            |
|--|------------------------|------------------------|-----------------------|-------------------|------------|
|  | Низький                | Нижче ніж середній     | Середній              | Вище ніж середній | Високий    |
| Дихальний індекс ЖЄЛ / маса тіла, мл/кг                      | 40<br>(0)              | 41–47<br>(1)           | 48–55<br>(2)          | 56–65<br>(3)      | 66<br>(40) |
| Індекс «подвійного добутку» (частота серц. скор. × АТ) / 100 | 101<br>(0)             | 91–100<br>(1)          | 81–90<br>(2)          | 75–80<br>(3)      | 74<br>(4)  |
| Ваговий індекс (індекс Кетє) — маса тіла / зріст, г/см       | Більше ніж 400<br>(–3) | Більше ніж 400<br>(–3) | Менше ніж 327<br>(–1) | 327<br>(0)        | 375<br>(0) |
| Індекс Руф'є в ум. од.                                       | 14<br>(–2)             | 11–13<br>(–1)          | 6–10<br>(20)          | 4–5<br>(5)        | 3<br>(7)   |
| Силовий індекс (динамометрія / маса тіла) × 100 %            | 40<br>(0)              | 41–45<br>(1)           | 46–50<br>(2)          | 51–56<br>(3)      | 66<br>(4)  |
| Сума балів   | 2                      | 3–5                    | 6–10                  | 11–12             | 13         |



## Додаток 12



## Додаток 13

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ  
ДО ШКІЛЬНОГО ЖИТТЯ У ЯСЕНІВСЬКІЙ ГІМНАЗІЇ № 2  
(за п'ятибальною системою через анкетування батьків)

| Клас         | Настрій дитини | Бажання навчатися | Апетит | Сон | Оцінювання пульсу і відносного спокою |
|--------------|----------------|-------------------|--------|-----|---------------------------------------|
| 1-А          | 4,7            | 4,8               | 4,4    | 3,4 | 4,2                                   |
| 1-Б          | 4,6            | 4,7               | 4,6    | 4,5 | 4,1                                   |
| 2-А          | 4,4            | 4,5               | 4,6    | 4,2 | 4,4                                   |
| 2-Б          | 4,2            | 4,1               | 4,6    | 4,1 | 3,4                                   |
| 3-А          | 4,4            | 4,3               | 4,5    | 4,5 | 4,2                                   |
| 3-Б          | 4,7            | 4,2               | 4,3    | 4   | 4,2                                   |
| 4-А          | 4,8            | 4                 | 4,2    | 4,3 | 4,5                                   |
| 4-Б          | 4,4            | 4,1               | 4,1    | 4,4 | 4,2                                   |
| 5-А          | 4,5            | 4,2               | 4,4    | 4   | 4,6                                   |
| 6-А          | 4,8            | 4,3               | 4,6    | 4,2 | 4,3                                   |
| 6-Б          | 4,5            | 3,9               | 4,2    | 4,4 | 4,2                                   |
| 7-А          | 4,6            | 3,8               | 4      | 4,2 | 4,4                                   |
| 7-Б          | 4              | 3,7               | 4,3    | 4,1 | 4,6                                   |
| 8-А          | 3,7            | 3,6               | 4,3    | 4,5 | 4,4                                   |
| 8-Б          | 3,6            | 3,4               | 4,3    | 4,6 | 4,3                                   |
| 9-А          | 3,8            | 3,7               | 4,5    | 4,6 | 4,2                                   |
| 9-Б          | 4,3            | 4,3               | 4      | 4,2 | 4,6                                   |
| 10           | 4,5            | 4,6               | 4,3    | 4,4 | 4,6                                   |
| 11-А         | 4,6            | 4,7               | 4,3    | 4,6 | 4,4                                   |
| 11-Б         | 4,7            | 4,6               | 4,2    | 4,4 | 4,7                                   |
| Середній бал | 4,4            | 4,2               | 4,4    | 4,4 | 4,5                                   |

## Додаток 14



## Додаток 15



## Додаток 16



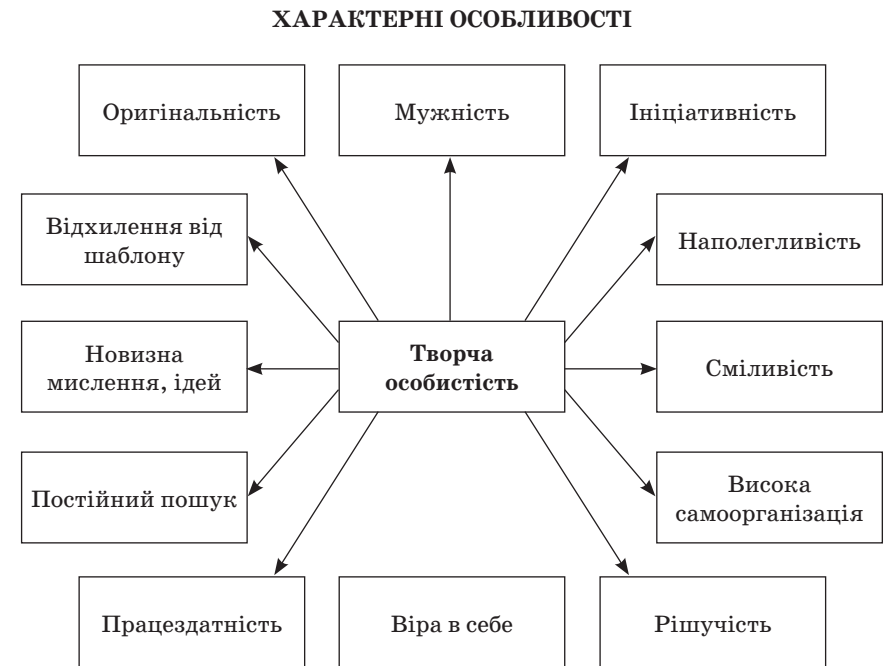
## Додаток 17



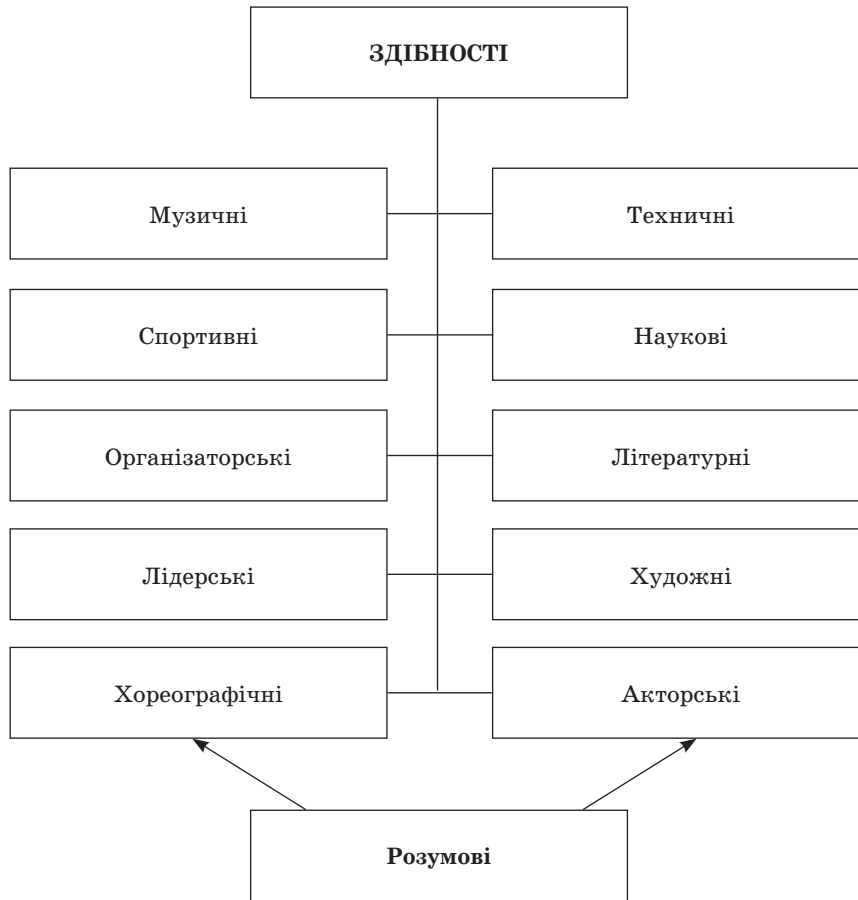
## Додаток 18



## Додаток 19



## Додаток 20



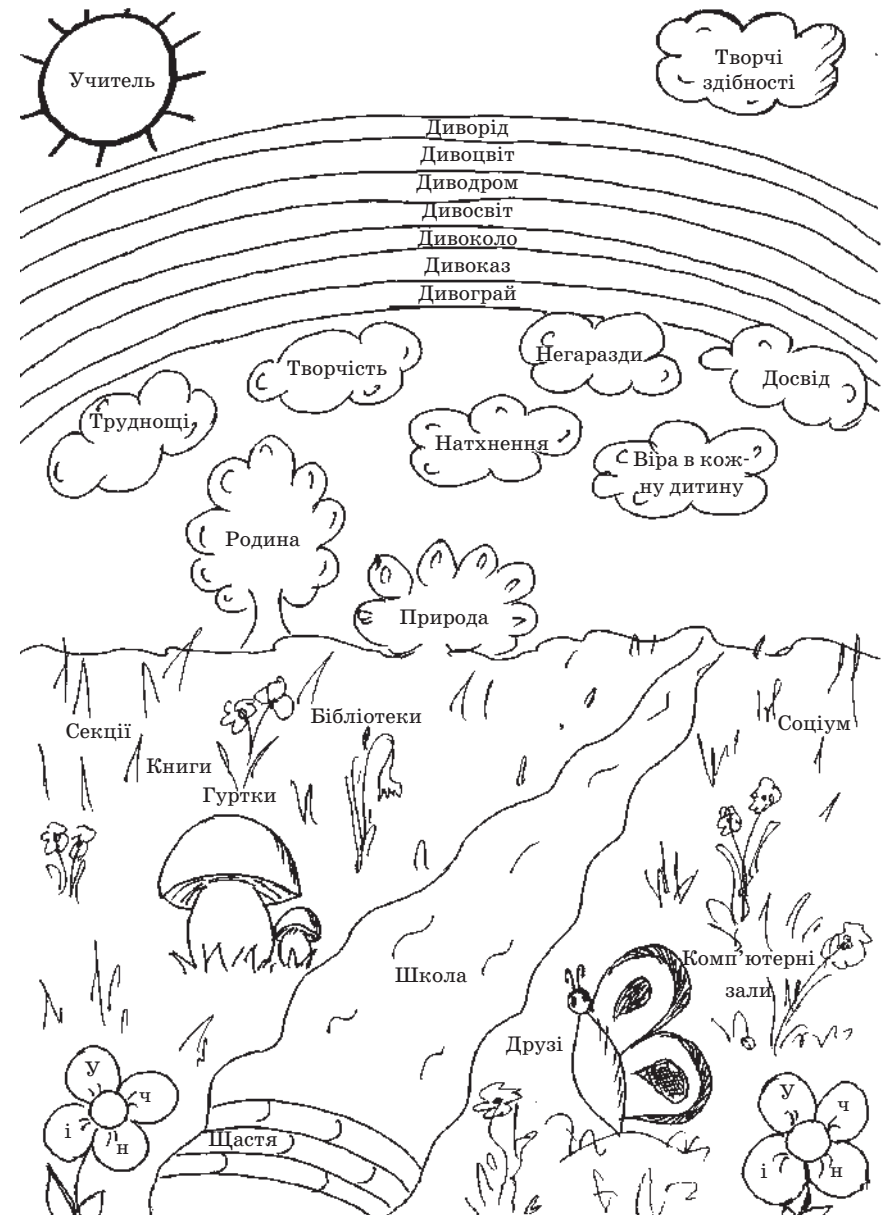
## Додаток 21

## СТАДІЇ РОЗВИТКУ ТВОРЧОГО МИСЛЕННЯ

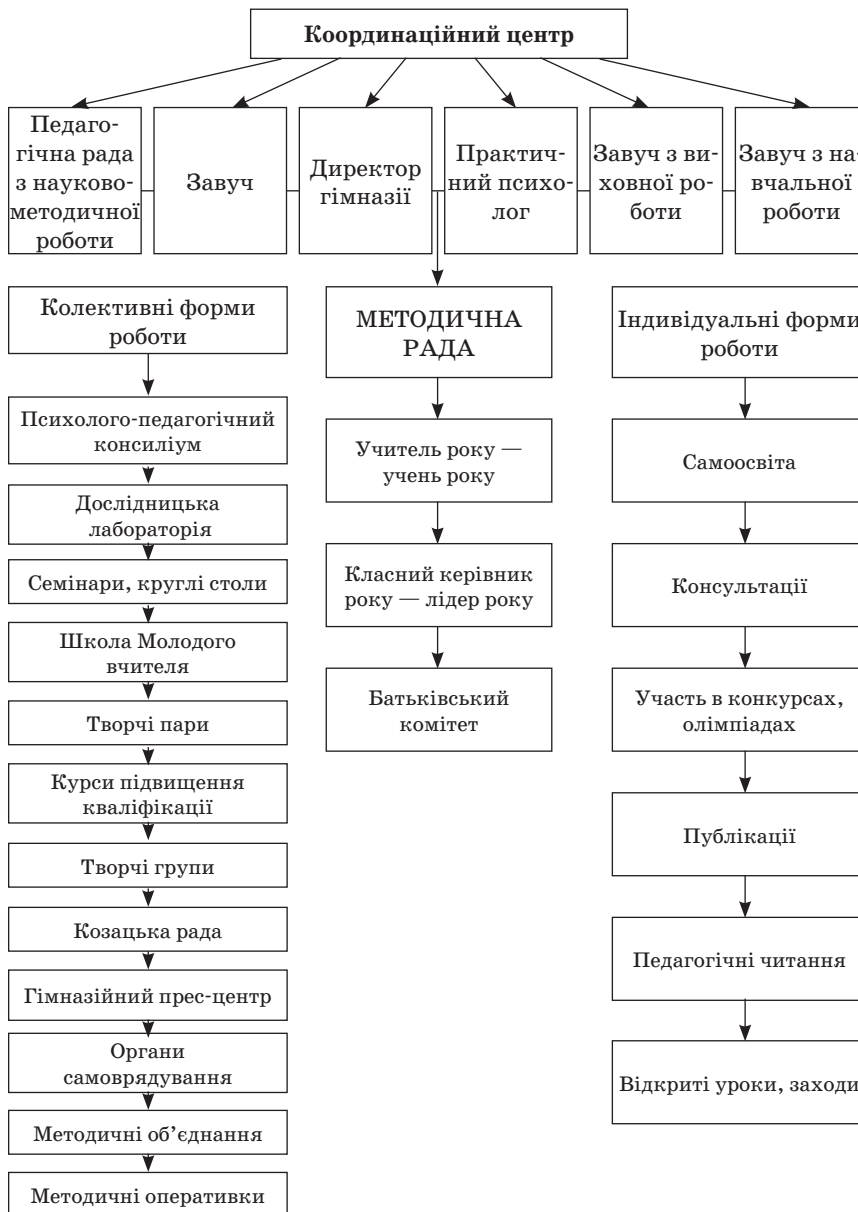
- 1) Образно-дійове мислення (від 5–6 років);
- 2) причинне мислення (від 8–9 років);
- 3) евристичне мислення (від 11–12 років).

## Додаток 22

## ВИХОВНА ПРОГРАМА «СІМ МАЛЕНЬКИХ ДИВ»



## Додаток 23

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОЇ РОБОТИ ЯСЕНІВСЬКОЇ  
ГІМНАЗІЇ № 2

## Додаток 24

СТРУКТУРА ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ РОБОТИ ЯСЕНІВСЬКОЇ  
ГІМНАЗІЇ № 2

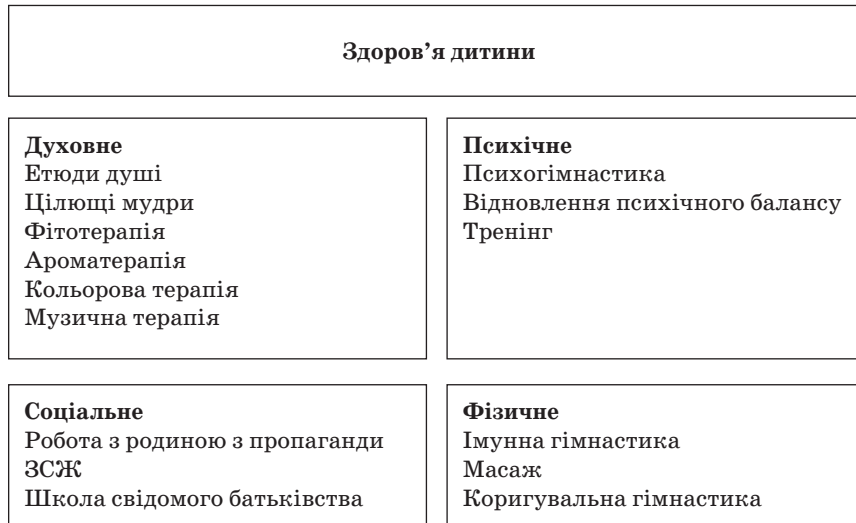
## Додаток 25

СТРУКТУРА СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ В ЯСЕНІВСЬКІЙ  
ГІМНАЗІЇ № 2

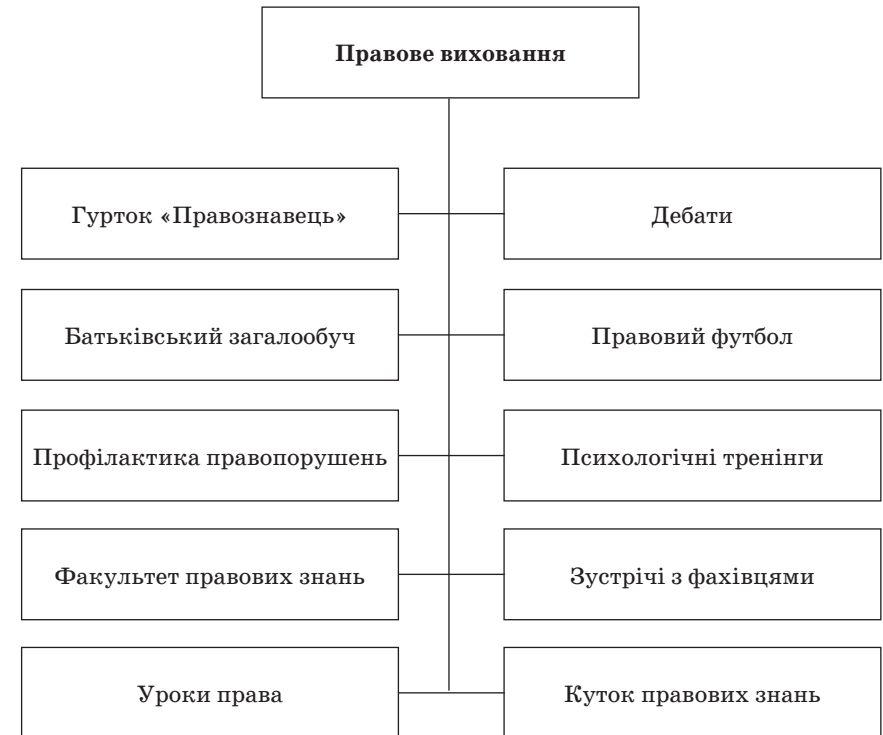
## Додаток 26

СТРУКТУРА ОРГАНІЗАЦІЇ ДОЗВІЛЛЯ ЯСЕНІВСЬКОЇ  
ГІМНАЗІЇ № 2

## Додаток 27

УПРОВАДЖЕННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДІВ  
ЩОДО ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ

## Додаток 28

СТРУКТУРА ОРГАНІЗАЦІЇ ПРАВОВОГО ВИХОВАННЯ ЯСЕНІВСЬКОЇ  
ГІМНАЗІЇ № 2

## ЛІТЕРАТУРА

1. *Безлюдна Н.* Розвиток мислення у спадщині Сухомлинського // Початкова школа. — 1998. — № 4. — С. 14.
2. *Впроваджуємо* козацьку педагогіку. — Рівне, 1996.
3. *Вчимо* дітей мислити творчо // Бібліотечка вчителя початкової школи. — К.: ПВПД — Допоможи дитині. — 1998. — № 15–16.
4. *Ган'юк Г. В.* Нестандартні завдання з математики — засіб розвитку творчих здібностей // Початкова школа. — 1991. — № 12.
5. *Гончаров Т.* Дитячі громадські організації України — на захисті прав та інтересів дітей // Початкова школа. — 2000. — № 8.
6. *Гильбух Ю. З.* Умственно одаренный ребенок. Психология, диагностика, педагогика. — К: РОВО — Укрвузполиграф, 1992.
7. *Дитячі громадські організації.* — Х.: Основа, 2004.
8. *Дитячі об'єднання України // Директор школи.* Україна. — 2004. — № 21–23.
9. *Зак А.* 600 игровых задач. — Ярославль, Академия развития, 1998.
10. *Калкіна Т.* Дидактичний матеріал за творчістю видатного педагога // Дивослово. — 1998. — № 3. — С. 24.
11. *Ковалев А. Г., Мясцев В. Н.* Психологические особенности человека. В 2 т. — Т. 2. Способности. — Л., 1980. — С. 59.
12. *Мельникова С.* Тести на уроці мови // Дивослово. — 1997. — № 10. — С. 15–17.
13. *Омельчук С.* Безсполучникове складне речення: формування стилістичних умінь і навичок // Дивослово. — 2000. — № 11. — С. 36–39.
14. *Неживой О. І.* Споріднені творчістю. — Луганськ: Книжковий світ, 1998.
15. *Педагогіка і психологія // Науково-теоретичний та інформаційний журнал Академії педнаук України.* — К., 1995. — № 3 (8).
16. *Педагогический поиск / Сост. Ш. А. Баженова, Пер. с рус.* — К.: Рад. шк., 1988. — С. 98–100.
17. *Плюкіна Н.* Формування вміння вчитися, як один із факторів розвитку творчих здібностей учнів // Початкова школа. — 1997. — № 12. — С. 39–45.
18. *Решетников П. Д.* Развитие творческих способностей младших школьников в технической деятельности // Початкова школа. — 1987. — № 1. — С. 44–46.
19. *Родарі Джанні.* Грамматика. Фантазии. Введение в искусство придумывания историй. — М.: Прогресс, 1978. — С. 6.
20. *Сухомлинський В. О.* Вибрані твори. У 5 т. — К.: Рад. школа, 1984. — Т. 1. — С. 97.
21. *Чудновский В.* Развитие способностей // Воспитание школьников. — 1990. — № 4. — С. 32.
22. *Теплов Б. М.* Способности и одаренность // Психология. — М., 1948. — С. 42.
23. *Штерн В.* Умственная одаренность. — Спб., 1997.
24. *Чудновский В.* Развитие способностей // Воспитание школьников. — 1990. — № 4. — С. 32.
25. *Яковлев Е. А.* Развитие творческого потенциала личности школьника // Вопросы психологии. — М.: Школа-пресс, 1996. — № 3. — С. 69–75.
26. *Яремчук Н.* Розвиток усного мовлення восьмикласників // Дивослово. — 2001. — № 2. — С. 54.



*Навчальне видання*

**РИБАЛЬЧЕНКО Світлана Євгенівна**

**Формування культури здоров'я учнів  
засобами інноваційних технологій**

**Модель начального закладу — Школа сприяння здоров'ю**

Головний редактор *Ю. С. Бардакова*

Редактор *О. В. Грабар*

Технічний редактор *О. В. Лебедєва*

Коректор *О. М. Журенко*

Підп. до друку 12.05.10. Формат 60×90/16. Папір газет. Гарнітура Шкільна. Друк офсет.

Ум. друк. арк. 9,00. Зам. № 10-05/17-04.

ТОВ «Видавнича група «Основа»»

61001 м. Харків, вул. Плеханівська, 66

тел. (057) 731-96-33

**e-mail: office@osnova.com.ua**

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи КВ № 11453-326Р від 07.07.2006 р.

Віддруковано з готових плівок ПП «Тріада+»

м. Харків, вул. Киргизька, 19. тел.: (057) 757-98-16, 757-98-15

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 1870 від 16.07.2007р.