

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ

**КОМПЕТЕНТІСНИЙ ПІДХІД  
У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ  
ПОЗАШКІЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ**

Методичний посібник

Харків  
«Друкарня Мадрид»  
2015

УДК 379.821.015.311:159.952.13  
ББК 74.200я.43  
К 63

*Схвалено для використання в позашкільних навчальних закладах науково-методичною комісією з позашкільної освіти Науково-методичної ради з питань освіти МОН України (протокол № 4 від 24 листопада 2014 року).*

*Схвалено Міністерством освіти і науки України до видання з грифом «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» (Лист МОН України № 1/11-2680 від 27 лютого 2015 року).*

**Авторський колектив:**

В. В. Вербицький, А. Е. Бойко, А. В. Корнієнко, О. В. Литовченко, О. П. Липецький, О. І. Любич, В. Л. Маринич, В. В. Мачуський, Г. П. Пустовіт

**Рецензенти:**

**Н. М. Лавриченко** – доктор педагогічних наук, професор, головний науковий співробітник НЦ МАНУМ;

**О. А. Комаровська** – кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник, завідувач лабораторії естетичного виховання Інституту проблем виховання НАПН України

**Компетентнісний підхід у навчально-виховному процесі позашкільного навчального закладу : метод. посіб. / В.В. Вербицький, А.Е. Бойко, А.В. Корнієнко та ін. ; за ред. В. В. Мачуського. – Харків : «Друкарня Мадрид», 2015. – 178 с.**

ISBN 978-617-7294-17-6

До методичного посібника увійшли навчальні програми з позашкільної освіти для різних напрямів і типів позашкільних навчальних закладів, розроблені на основі компетентнісного підходу. Зокрема представлено навчальні програми для гуртків соціально-реабілітаційного, науково-технічного, дослідницько-експериментального, еколого-натуралістичного, художньо-естетичного, оздоровчого, фізкультурно-спортивного, гуманітарного, бібліотечно-бібліографічного напрямів позашкільної освіти. Практичну цінність мають представлені методичні рекомендації, що забезпечуватимуть реалізацію навчальних програм у навчально-виховному процесі позашкільних навчальних закладів з метою ефективного формування базових компетентностей у вихованців.

Методичний посібник адресовано науковим і практичним працівникам системи освіти, педагогічним працівникам позашкільних навчальних закладів, аспірантам, студентам.

УДК 379.821.015.311:159.952.13  
ББК 74.200я.43

ISBN 978-617-7294-17-6

© Інститут проблем виховання НАПН України, 2015  
© «Друкарня Мадрид», 2015

## ЗМІСТ

<b>Вступ</b> .....	5
Сучасне розуміння компетентнісного підходу в навчально-виховному процесі .....	7
<b>Розділ 1. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ СОЦІАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО НАПРЯМУ</b> .....	12
1.1.Формування соціальної компетентності учнів позашкільних навчальних закладів.....	12
1.2.Форми і методи формування складових соціальної компетентності учнів.....	14
1.3.Діагностика складових соціальної компетентності учнів.....	18
1.4.Матеріали для проведення дискусій, бесід.....	20
1.5.Тренінгові вправи.....	32
<b>Розділ 2. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ НАУКОВО-ТЕХНІЧНОГО ТА ДОСЛІДНИЦЬКО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО НАПРЯМІВ</b> .....	35
2.1.Визначення базових компетентностей в гуртках науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів позашкільної освіти.....	35
2.2.Особливості формування базових компетентностей у вихованців позашкільних навчальних закладів в гуртках науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів.....	37
2.3.Методи формування базових компетентностей у вихованців позашкільних навчальних закладів в гуртках науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів.....	39
2.4.Проектна та конструкторська діяльності як засіб формування базових компетентностей у вихованців науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів позашкільних навчальних закладів ...	42
<b>Розділ 3. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ ХУДОЖНЬО-ЕСТЕТИЧНОГО НАПРЯМУ</b> .....	49
3.1.Декоративно-ужиткове мистецтво як засіб формування етнокультурної компетентності.....	49
3.2.Співпраця педагогів позашкільних навчальних закладів та батьків у формуванні етнокультурної компетентності учнів.....	52
3.3.Методи формування етнокультурної компетентності.....	58
3.4.Майстер-клас як одна з форм заняття в гуртках художньо-естетичного напрямку у позашкільних навчальних закладах.....	61
3.5.Методична розробка заняття «Майстер-клас з вироблення писанок».....	63

<b>Розділ 4. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ ОЗДОРОВЧОГО ТА ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО НАПРЯМІВ.....</b>	<b>70</b>
4.1.Методика формування здоров'язберігаючої компетентності у вихованців гуртків оздоровчого та фізкультурно-спортивного напрямів.....	70
4.2.Комплекс ранкової гімнастики для учнів 3-4 класів «У світі тварин».....	81
4.3.Методичні рекомендації для керівників гуртків щодо практичного заняття «Оптимізація розумової діяльності гуртківців».....	84
<b>Розділ 5. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ ГУМАНІТАРНОГО ТА БІБЛІОТЕЧНО-БІБЛОГРАФІЧНОГО НАПРЯМІВ.....</b>	<b>97</b>
5.1.Комунікативна компетентність як базова освітня компетентність учнів позашкільних навчальних закладів .....	97
5.2.Форми та методи формування комунікативної компетентності.....	98
5.3.Матеріали для проведення тренінгів формування комунікативної компетентності.....	107
<b>Література.....</b>	<b>112</b>
<b>Додатки.....</b>	<b>115</b>
1. Навчальна програма з позашкільної освіти соціально-реабілітаційного напрямку «Клуб старшокласників “Точка зору” .....	115
2. Навчальна програма з позашкільної освіти науково-технічного напрямку «Юний конструктор-дослідник».....	126
3. Навчальна програма з позашкільної освіти художньо-естетичного напрямку «Петриківський розпис».....	134
4. Навчальна програма з позашкільної освіти художньо-естетичного напрямку «Мистецтво нашого народу».....	139
5. Навчальна програма з позашкільної освіти художньо-естетичного напрямку «Валяння вовни».....	146
6. Навчальна програма з позашкільної освіти оздоровчого напрямку «Оздоровча гімнастика».....	150
7. Навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Оздоровчий волейбол».....	160
8. Навчальна програма з позашкільної освіти оздоровчого напрямку «Школа радості і здоров'я».....	168
9. Навчальна програма з позашкільної освіти гуманітарного напрямку «Мистецтво спілкування».....	173

## ВСТУП

Важливими проблемами сучасної освіти є її доступність, якість та ефективність для суспільства й особистості. Зміни в ідеології загальної освіти, такі як гуманізація, прагнення до реформування і модернізації, турбота про забезпечення якості освіти надають особливої актуальності і позашкільній освіті.

Позашкільна освіта є складовою системи неперервної освіти, визначеної Конституцією України, Законами України «Про освіту» та «Про позашкільну освіту», Положенням про позашкільний навчальний заклад тощо. Орієнтиром у розвитку сфери позашкільної освіти України стала Державна цільова програма розвитку позашкільної освіти на період до 2014 року. Основною метою цих документів є забезпечення вільного творчого, інтелектуального, духовного розвитку дітей у позашкільних навчальних закладах, доступності позашкільної освіти, гарантування громадянам права на її здобуття. Вона спрямована на розвиток здібностей та обдарувань вихованців, учнів і слухачів, задоволення їхніх інтересів, духовних запитів і потреб у професійному визначенні.

Система позашкільного навчання й виховання унікальна, оскільки тут зосереджені вільна мотивація дитини до пізнання й творчості, великий альтернативний спектр видів діяльності, надзвичайні можливості залучення дітей до актуальної, фізичної, мистецької, дозвільної культури.

Позашкільна освіта орієнтована на свободу вибору дитиною видів і форм діяльності, темпів і термінів навчання, результатів навчання та розвитку. Забезпечення свободи вибору стає для сучасної позашкільної освіти головною умовою гуманізації всієї життєдіяльності дитини, її відносин з іншими вихованцями, вихованців із педагогами.

Сучасний позашкільний навчальний заклад нині реалізує дві функції: навчальну (задоволення різноманітних освітніх послуг дітей, поглиблення знань, здобутих у школі) та соціально-педагогічну (соціальний захист та

реабілітація дитини, створення умов комунікації, рекреації та особистісної самореалізації).

Реалізація цих двох функцій відбувається з позиції педагогіки розвитку, для якої головним є особистість, її ціннісні орієнтації, пізнавальні, фізичні, інтелектуальні, творчі здібності, а не лише певний обсяг знань, навичок і вмінь.

Система позашкільної освіти України наразі перебуває на важливому етапі розвитку, переходу до якіснішого стану. Одним зі слабких місць є удосконалення науково-методичного забезпечення діяльності позашкільного навчального закладу. Відповідно, потребує удосконалення зміст позашкільної освіти, його регламентація та обґрунтування на наукових засадах.

Зроблені перші кроки в розробці програмного забезпечення. Але варто враховувати, що позашкільна освіта дуже динамічна, з великим спектром видів діяльності. Тому поповнення програмної бази має відбуватися неперервно.

Нині одним із перспективних підходів у педагогічній науці є компетентнісний підхід. Це такий вид змісту освіти, котрий не зводиться до знаннєво-орієнтаційного компонента, а передбачає набуття досвіду вирішення життєвих проблем, виконання ключових функцій, соціальних ролей. На основі компетентнісного підходу розроблені навчальні програми з позашкільної освіти, які представлені у цьому посібнику.

Це навчальні програми соціально-реабілітаційного, художньо-естетичного, науково-технічного та оздоровчого напрямів для гуртків позашкільних навчально-виховних закладів.

При складанні програм автори враховували обсяг знань дітей та юнацтва з основних предметів загальноосвітньої школи, вікові особливості гуртківців, досягнення педагогічної науки і практики.

Усі програми є авторськими, апробованими у позашкільних закладах і мають практичне спрямування.

## СУЧАСНЕ РОЗУМІННЯ КОМПЕТЕНТІСНОГО ПІДХОДУ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ

Тенденцією розвитку освіти у цивілізованому світі є впровадження у педагогічну практику зарубіжних країн компетентісно-орієнтованої освіти, яка сприяє набуттю учнями компетентностей, необхідних у житті. Теорія компетентісного підходу в освіті розроблялася і була представлена в працях зарубіжних учених Р. Бадера, Д. Мертенса, Б. Оскарсона, А. Шелтена. Українські перспективи компетентісного підходу в сучасній освіті досліджували вчені І. Бех, Н. Бібік, О. Биковська, Л. Ващенко, І. Єрмаков, В. Вербицький, О. Локшина, О. Кононко, О. Пометун, О. Савченко, та ін. Практичну реалізацію компетентісного підходу, формування компетентностей особистості розкрили в своїх роботах російські вчені В. Болотов, І. Зимня, Е. Зеєр, А.Золотарьова, М. Катуніна, В. Лаптев, О. Лебедев, Н. Радіонова, В. Серіков, А. Тряпицина, А. Хуторський, С. Шишов та ін.

Поняття компетентність досить широке. До нього відносять навчальні здібності, знання та навички, моральні цінності, ставлення. Компетентний (від лат. *competent* — (належний, відповідний) — досвідчений у певній галузі, якому притаманні компетентність, поінформованість, обізнаність, авторитетність.

Різні науковці за структурою поняття компетентності вичленяють предметно-знаннєву, організаційну, технологічну, екологічну, правову, політичну, культурологічну, соціальну, економічну компетентність, а також компетентність у сфері комунікативної діяльності та у сфері особистого і повсякденного життя людини.

Так, на думку О. Кононко, компетентність не означає лише доступну вікову поінформованість дитини в широкому колі життєвих проблем. Вона передбачає цілий комплекс характеристик: розвинений чуттєвий досвід; навички практичного життя; розвинені потреби, здібності, звички; набір

базових особистих властивостей, які гарантують дитині пристосованість до життя; уміння орієнтуватись у змінних умовах, знаходити оптимальні засоби реалізації свого особистісного потенціалу [4].

Відповідно до концептуального положення академіка І. Беха, недоцільним є ототожнення навчальних здібностей, знань і умінь з компетентностями. Компетентність він трактує як **досвідченість** суб'єкта у певній життєвій сфері. Змістовий наголос тут робиться на досвідченості, а не на обізнаності чи поінформованості суб'єкта у певній галузі. Розкриваючи структуру досвідченості І. Бех виділяє два рівні сформованості компетентності особистості: вищий і нижчий [4].

За стихійного способу формування досвідченості учень на певному етапі вікового розвитку шляхом проб і помилок, або ж за допомогою механізму наслідування оволодіває рядом різноманітних практичних способів дій (комунікативних, соціальних, предметно-перетворювальних тощо). Вони забезпечують його функціонування в перш за все у найближчому соціальному оточенні, а далі й у більш широкому просторі.

Таким чином, у нього формується як практична вмільість реалізації цих способів у певних ситуаціях (уміння й навички), так і відповідні знання про ці способи. При цьому у суб'єкта закономірно відсутня теоретична основа таких способів дій. Постійне вправління у практичних способах дій призводить до розвитку досвідченості суб'єкта. За такого способу набуття досвідченості, І. Бех говорить про **нижчий рівень компетентності особистості**. Визначальними характеристиками цього рівня компетентності є недостатня узагальненість та обмеження перенесення засвоєваних практичних способів дій на інші об'єкти, враховуючи специфіку нових обставин. Центральним мотивом цього рівня компетентності виступає необхідність суб'єкта пристосовуватись до вимог, які ставить життя [4].

Як вказує І. Бех, компетентнісний підхід в сучасній освіті повинен забезпечити **вищий** рівень компетентності учнів. Він наголошує, що даний рівень репрезентується сформованістю у суб'єкта поняття „компетентність”



як єдності, де науково орієнтовна основа дії визначає логіку її практичного виконання, яка полягає у інтелектуально-моральній саморегуляції, спрямованій на ефективне вирішення суб'єктом певних життєвих проблем. Компетентність вищого рівня як відповідне уміння спонукається мотиваційною основою, провідним мотивом якої є прагнення до самоствердження та широкі соціальні мотиви. Принциповим моментом компетентності вищого рівня є те, що він безпосередньо залежить від якості навчальних здобутків, які повинні трансформуватися у систему компетентностей суб'єкта. Лише власні теоретичні надбання, вказує І. Бех, мають достатній потенціал для такої компетентності. Отже, тільки педагогіка розвитку може забезпечити розвиток в учня компетентності вищого рівня [4].

Розглядаючи компетентнісний підхід, логічно буде коротко висвітлити основні положення поняття **досвіду** (досвідченості), стосовно учнівської молоді із врахуванням їх вікових особливостей.

У процесі пізнання, у результаті власної практичної діяльності, формується індивідуальний досвід кожного суб'єкта. Чим досвідченіша людина, тим різноманітніша її діяльність, як результат різноманітним стає й сформований досвід. Але індивідуальний досвід суб'єкта не може бути ізольованим від інших людей. Отже, у результаті пізнання людина вступає у взаємодію з іншими людьми, порівнює власний досвід з їхнім та збагачує його за рахунок опанування досвіду попередніх поколінь. Досвід людства складається з сукупності індивідуальних досвідів усіх членів суспільства.

Крім досвіду уродженого, біологічно наслідуваного, існує ще досвід власний, що надбудовується над ним. У людини обидва ці види досвіду наявні, але головне місце займає третій: досвід суспільно-історичної практики, досвід людства, що засвоюється людиною під час життєдіяльності. Такий погляд збігається з думкою В. Попова, який доводить необхідність розробки поняття досвід взагалі, а також можливих специфічних видів досвіду як сторони людської практики [28].

У низці філософських досліджень досвід досліджується у зв'язку з

аналізом специфіки наукового пізнання, а тому в більшості випадків ототожнюється з експериментом, або з чуттєвим пізнанням взагалі, а також розглядається, як необхідна умова соціальної та історичної діяльності, спосіб діяльності та механізм трансформації культури. Одночасно з цим, сама культура виступає як механізм наступності сукупного соціального досвіду.

У суспільних науках найпоширенішим є визначення досвіду як характеристики діяльності суспільства, соціальної групи чи окремої людини. Поняття досвід містить структуру, умови реалізації того чи іншого способу діяльності. До основних рис досвіду відносять об'єктивність, що виходить з об'єктивності навколишнього світу, але при наявності в досвіді суб'єктивних моментів, бо досвід не може бути цілком незалежним від суб'єктів, що діють та пізнають світ.

Оскільки суб'єкт отримує певні знання, лише пізнаючи навколишній світ, то, у свою чергу, й освоєні знання стають підґрунтям для подальшого пізнання. У результаті формується досвід, який стає надбанням суб'єкта. Далі сформований досвід змінює не лише самого суб'єкта та його довкілля, але також змінює процес власного пізнання, робить його дедалі глибшим та ширшим. Цей процес постійного вдосконалення суб'єкта завдяки збагаченню досвіду може тривати все життя людини.

У розумінні процесу формування досвіду сучасні науковці виокремили етапи перебігу цього процесу, пов'язані передусім зі способами набуття досвіду, досвідченості людиною. До таких етапів належать умоглядний, який починається зі спостереження за навколишнім світом. Поступово в результаті першої самостійної діяльності відбувається формування **первинного досвіду**, що характеризується самостійними, інколи помилковими спробами знайти вихід із ситуації, що склалася, з опорою на отримані знання.

Процес набуття досвіду також залежить від особистісних властивостей суб'єкта, що відображають розвинені особистісні якості, важливі для будь-якої діяльності та сформовані інтелектуальні здібності. Чим більш кмітлива, ініціативна, обізнана з різних сфер життя людина, тим легше відбувається

процес набуття досвіду, тим глибший та змістовніший буде досвід за своїм наповненням.

Набуттю досвіду сприяють діяльність суб'єкта, його спілкування та взаємодія з іншими суб'єктами дійсності. Сформований досвід є підґрунтям для подальшого розвитку особистості суб'єкта. Чим досвідченіша людина, тим різноманітніша її діяльність, багатший словниковий запас, чіткіші дії, спрямовані на збагачення досвіду.

Узагальнюючи аналіз трактувань поняття досвід, ми сформулювали власне розуміння поняття первинного досвіду учнів. Отже, **первинний досвід** учнів ми визначаємо як елементарну форму відбиття змісту діяльності, що, з одного боку, є сукупністю отриманих раніше знань, а з іншого — виступає необхідною умовою для подальшого їх збагачення.

# Розділ 1.

## МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ СОЦІАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО НАПРЯМУ

### 1.1. Формування соціальної компетентності учнів позашкільних навчальних закладів

Соціальна компетентність учня як результат освіти визнана однією з *ключових* міжнародними документами та сучасними українськими освітніми стандартами.

Рекомендації Європейського парламенту та Європейської Ради (Від 18 грудня 2006 року щодо ключових компетентностей ціложиттєвої освіти (2006/962/ЕС) Додаток (Ключові компетентності для освіти впродовж усього життя – європейські рекомендації) визначили вісім *ключових компетентностей*, тобто таких, які кожен потребує для особистих досягнень і розвитку, активного громадянства, соціальної інклюзії та працевлаштування. Відповідно рекомендацій *соціальна компетентність* передбачає здатність конструктивно спілкуватися у різних середовищах, виявляти толерантність, висловлювати і розуміти різні точки зору, обговорювати, використовуючи вміння дотримуватися конфіденційності, а також почуття співучасті. Компетентність базується на відношенні до співпраці, асертивності і цілісності.

Враховуючи специфіку позашкільної освіти, її добровільних характер, відповідність соціальним запитам і процесам, спрямованість на соціальний результат, - соціальну компетентність учня правомірно визнають як *ключову для позашкільної освіти України*.

У педагогічній науці наявні різні підходи до визначення сутності компетентностей, проте більшість дослідників включають до структури феномену знання, вміння, досвід їх застосування, ціннісні орієнтації, мотиви та установки [27]. Таким чином, *соціальну компетентність учня позашкільного навчального закладу* розглядають як здатність доцільно діяти у соціальному середовищі на основі сукупності знань, умінь, ціннісних

орієнтацій, соціального досвіду, що є основою для його самореалізації в суспільстві.

У сучасних умовах варто підкреслити значення таких складових соціальної компетентності учнів, як здатність висловлювати і розуміти різні точки зору, орієнтація у соціальних процесах і сучасних суспільних тенденціях, інтеріоризація соціальних цінностей, як то мир, батьківщина, справедливість, співробітництво, відповідальність та ін.

Враховуючи специфіку діяльності позашкільних навчальних закладів, а також вікові особливості учнів, можливо визначити критерії соціальної компетентності. Для підлітків, старшокласників такі *критерії* можуть бути наступними:

- міра засвоєння соціальних знань, норм, цінностей, соціальних ролей;
- соціальна позиція особистості (цінності, система ставлень до соціальних процесів, інших людей, себе як члена суспільства);
- здатність до реалізації особистісного соціального потенціалу (спрямованість на самореалізацію у соціальній діяльності).

*Рівні* соціальної компетентності учнів підліткового, раннього юнацького віку наступі (кожний наступний рівень базується на попередньому, отже містить показники попереднього рівня):

- перший рівень – передбачає набуття учнями соціальних знань (про суспільні норми, суспільний устрій, про соціально схвалені і несхвалені форми поведінки в суспільстві), первинного розуміння соціальної реальності й щоденного життя;
- другий рівень – передбачає набуття учнями досвіду переживання і позитивного ставлення до базових цінностей суспільства (людина, сім'я, батьківщина, природа, мир, знання, праця, культура), ціннісного відношення до соціальної реальності в цілому;
- третій рівень – становлення власної соціальної позиції, прагнення до реалізації особистісного соціального потенціалу (спрямованість на

самореалізацію у соціальній діяльності).

Водночас, враховуючи, що цінності, мотивація виступають компонентом соціальної компетентності людини, можливо говорити про *чотири типи соціально компетентної особистості* учня за критерієм «соціальна позиція»:

- просоціальна позиція;
- нейтральна;
- егоїстична;
- асоціальна позиція.

Для учня з *просоціальною позицією* властиво прагнення сприяти у рішенні соціальних проблем, допомогти іншим, зробити щось корисне для суспільства. *Асоціальна позиція* виступає як протилежний «полюс», при цьому людина може бути соціально обізнаною, орієнтуватися у соціальних процесах і досягнути певного статусу у суспільстві.

## **1.2. Форми і методи формування складових соціальної компетентності учнів**

При виборі змісту, форм і методів, як можуть застосовуватися з метою формування складових соціальної компетентності учнів позашкільних навчальних закладів необхідно врахувати наступні чинники:

- вікові особливості;
- індивідуальні відмінності та інтереси учнів;
- специфіку навчальної програми, відповідного напрямку позашкільної освіти;
- актуальність змісту роботи у сучасних соціокультурних умовах.

Для учнів підліткового віку та старшокласників доцільними *методами* формування соціальної компетентності є наступні: дискусія, диспут, проблемна бесіда, тренінг та ін.

Розглянемо основні з перелічених методів.

**Дискусія** в соціальній сфері розглядається як спосіб організації

спільної діяльності з метою інтенсифікації процесу прийняття рішень в групі. З точки зору педагогіки, у дискусії можливо формувати вміння слухати і взаємодіяти з іншими учасниками, продемонструвати властиву для більшості проблем багатозначність рішень, навчити аналізу реальних ситуацій, вмінню відокремлювати важливе від другорядного. У педагогіці дискусія може використовуватися і як окремий педагогічний прийом, і як підхід до організації процесу навчання, і як освітня модель.

Значну увагу такому методу приділяють представники соціальної педагогіки (Р. Вайнола, А. Капська, Н. Нікітіна, М. Глухова та ін.). Розглядають наступні техніки проведення дискусій:

- техніка «парламентської» дискусії (передбачає розподіл учасників на кілька груп, в залежності від того, яку позицію вони займають. Найбільш типовими рольовими позиціями є «прихильники», «противники» і «незацікавлені»);

- техніка «дискусія з капелюхом» (засобом надання слова є символ – капелюх (кулька, іграшка, квітка тощо) (Р. Вайнола).

Орієнтовна схема підготовки засідань дискусійного клубу (групової дискусії) містить наступні етапи:

- Формулювання теми, питань для обговорення (вивішуються на стенді за кілька днів до проведення дискусії). Можна рекомендувати учасникам клубу познайомитися з матеріалами засобів масової інформації, сайтами, відео-матеріалами тощо.

- Між членами ініціативної групи можуть бути заздалегідь розподілені ролі: «преса» (фіксує всі висловлювання, готує прес-лист за підсумками обговорення); «адвокат» і «прокурор» (знайомлять аудиторію з фактами «за» і «проти» тих чи інших аспектів наркотизму); «соціологи» (готують статистичні дані, що стосуються кола обговорюваних проблем; використовують результати анкетування школярів). Однак слід пам'ятати, що такий попередній розподіл ролей надає обговоренню якийсь ігровий, штучний характер.

– Запрошення для участі в дискусії педагогів, батьків, фахівців різного профілю (коло запрошених визначають самі учні). Різновікові «круглі столи» бувають особливо цікавими, оскільки припускають аналіз оцінок і позицій людей різних поколінь, змушують учнів поглянути на проблему іншими очима, допомагають краще зрозуміти своїх педагогів, старших членів сім'ї тощо.

– Вибір ведучого. У його завдання входять контроль за ходом обговорення, залучення до обговорення максимально широкого кола учасників, регулювання і «згладжування» можливих конфліктів, що виникають по ходу обговорення, а також підбиття коротких підсумків по кожному з аналізованих питань - резюмування. У зв'язку зі складністю завдань, що стоять перед ведучим, в його ролі зазвичай виступає педагог. Однак у старших класах ведучим може стати і хтось із учнів (попередньо підготовлений).

– Початок дискусії є найбільш складним моментом, що визначає весь хід обговорення. Ведучому необхідно «завести» аудиторію, надати обговоренню щирий, довірливий характер. Зробити це легше, якщо є заздалегідь підготовлені учасники. Наприклад, можна почати з виступу групи «соціологів». Як правило, ведучому доводиться самому «задавати тон» дискусії. Так, він може першим висловитися з обговорюваного питання, попросити когось із учасників спростувати його думку тощо (Н. Нікітіна).

**Соціально-психологічний тренінг** розглядається як вид інтенсивного навчання з практичним спрямуванням; сукупність методів організації групової взаємодії для розвитку особистості та удосконалення групових відносин; сферу практичної психології. Соціально-психологічний тренінг орієнтований на розвиток в індивіда компетентності у соціальному спілкуванні (І. Зверева).

Основи теорії і практики соціально-психологічного тренінгу були розроблені американським психологом К. Роджерсом і ґрунтувалися на ідеях гуманістичної психології «самоактуалізуючої особистості». Ця ідея –



самовдосконалення особистості – здійснюються за рахунок розвитку групових відносин і створення особливої ситуації довірливого спілкування, в якій здійснюється усвідомлення себе та ін., обмін взаємовідчуттями, сприйняттям одне одного. К. Роджерс створив свою концепцію, спираючись на праці німецького психолога К. Левіна з «групової динаміки». К. Роджерс запропонував дві форми соціально-психологічного тренінгу: групи інтенсивного спілкування і групи організаційного розвитку.

**Соціально-рольовий тренінг** розглядається як метод навчання вирішенню внутрішніх конфліктів індивіда в ситуації відпрацювання навичок виконання тих чи інших соціальних функцій, вироблення і закріплення соціокультурних норм.

До даного методу можна віднести близький до психодрами, так званий **ситуаційний тренінг**, спрямований на формування тих чи інших соціальних умінь, необхідних у певних життєвих ситуаціях, зокрема при встановленні контакту з новими людьми. Цей вид тренінгу полягає в програванні конкретних епізодів, в яких один з учасників Т-групи (протагоніст) грає самого себе, а інші виступають в заданих психологом-тренером ролях, співвіднесених з певним сюжетом. Ситуаційний тренінг став подальшим розвитком ідей Дж. Морено в запропонованій ним техніці соціодрами.

Тренінг як форма роботи сприяє не лише набуттю знань про себе та інших, суспільство і світ, але також активному набуттю досвіду вирішення актуальних задач особистісного і соціального розвитку.

*Ведучому тренінгу* необхідно знати етичні правила групової роботи і дотримуватися них, оскільки участь у групі здійснює великий вплив на формування особистості.

*Основні принципи групової роботи:*

- Надання дітям повної інформації про роботу групи: її цілі, завдання, роботу, що планується, вимоги, що висуваються до учасників. Бажано, щоб кожен потенційний учасник дав згоду на участь у групі.
- Конфіденційність. Все, про що говориться в групі відносно

конкретних учасників, не має стати відомим третім особам. Це природна етична вимога, яка є умовою для створення атмосфери довіри, безпеки та саморозкриття.

– Принцип добровільності. Члени групи можуть не брати участь у тих чи інших вправах і ведучий має стояти на сторожі їхніх інтересів і захищати від можливого тиску збоку групи.

Забезпечення психологічної і фізичної безпеки учасників групи. В групі неприпустима фізична і вербальна агресія, вживання психоактивних речовин. З самого початку вводиться правило, коли учасники можуть говорити про свої почуття, але не мають давати оцінок (в першу чергу, негативних) поведінці і висловлюванням один-одного [26].

Соціально-психологічний тренінг має свої традиції та *структуру занять* (Л. Анн, А. Асмолов та ін.). Кожне заняття проводиться за певною схемою і включає такі елементи: розминку, основний зміст, рефлексія з приводу заняття.

*Розминка.* Містить вправи, які сприяють активізації учасників групи, створенню невимушеної, доброзичливої атмосфери.

*Основний зміст заняття.* Ця частина включає в себе лекції, ігри, дискусії, вправи, завдання, які допомагають зрозуміти і засвоїти головну тему заняття.

*Рефлексія заняття.* У кінці кожного заняття слід залишати час для того, щоб учасники змогли поділитися своїми почуттями, враженнями, думками.

На першому занятті приймаються правила групової роботи, додається вступна частина (ознайомлення з проблемою) і процедура знайомства учасників тренінгу.

### **1.3. Діагностика складових соціальної компетентності учнів**

Соціальна компетентність учнів виявляється у:

– виконуваних діях;

- вчинках і формах поведінки;
- судженнях і оцінках;
- рішеннях, які приймаються у ситуаціях вибору.

З метою діагностики складових соціальної компетентності учнів доцільним є застосування різноманітних *діагностичних методів*, зокрема: опитування (анкетування, тестування), спостереження, фокус-групи, метод незавершених речень та ін.

Наприклад, для визначення ієрархії цінностей учнів найчастіше застосовують **методику вивчення ціннісних орієнтацій М. Рокича** [29], засновану на прямому ранжируванні переліку цінностей. М. Рокич розрізняє два класи цінностей:

*термінальні* — переконання в тому, що кінцева мета індивідуального існування є вартою того, щоб до неї прагнути;

*інструментальні* — переконання в тому, що певний спосіб діяльності або властивість особистості є кращими у будь-якій ситуації.

Цей розподіл відповідає традиційному розподілу на цінності-цілі й цінності-засоби. Респондентові пропонуються два переліки цінностей (по 18 у кожному). У переліках випробуваний привласнює кожній цінності ранговий номер.

**Метод фокус-групи** відносять до так званих „якісних” методів соціологічних досліджень. Цей метод в останні роки отримав широке розповсюдження як один з найбільш оперативних і ефективних способів збору і аналізу соціальної інформації.

Фокус-група (від англ. *Focus group*) розглядається як бесіда (дискусія) невеликої групи людей за певним планом на заздалегідь поставлену вченим тему в безпосередньому (особистому) контакті в спеціально відведеному приміщенні. Р. Крюгер визначив фокус-групу як ретельно розпланувальну дискусію, призначену (задуману) для отримання думок з певної теми в незагрозливій, довірчій обстановці [12].

Сценарій фокус-групових дискусій зазвичай вибудовується за такою

*орієнтовною схемою.*

По-перше, він припускає коротку, але змістовну вступну промову модератора, в якій пояснюється причина даного зібрання, тема дискусії, її основна мета і завдання, контекст її бажаного обговорення, тобто той аспект проблеми, на якому слід фокусувати увагу всім учасникам дискусії.

Крім того, ведучий зобов'язаний у вступному слові: встановити правила проведення засідання, представити членам фокус-групи своїх помічників, мотивувати учасників на активне висловлювання і відстоювання своєї думки. Завершувати вступну промову слід чітким формулюванням першого, що виноситься на колективне обговорення, питання. Вкрай бажано, щоб питання формулювалися в такому вигляді, щоб зачіпали «за живе» всіх учасників дискусії, стимулювали їх активність.

Потім починається сама дискусія – виявлення думок з поставленого питання.

Після встановлення всього спектру цих думок, модератор підводить попередній підсумок, дякує всім виступаючим, особливо тим, які висловили оригінальні ідеї, і ставить на обговорення друге питання.

Після з'ясування головних шляхів подолання розбіжностей і їх чіткої публічної фіксації ведучим, відбувається їх «затвердження» учасниками фокус-групи. Іноді це робиться шляхом голосування, але частіше обходяться без нього. В останньому випадку, однак, обов'язково слід зафіксувати міру прийняття всіма (або більшістю) найбільш популярного варіанту вирішення обговорюваної проблеми. На цьому засідання фокус-групи завершується, але починається підсумковий етап роботи (обробка діагностичного матеріалу, формулювання висновків) [12].

Таким чином, застосування фокус-групового методу сприяє вивченню думок учнів, цінностей, ставлень до соціальних проблем чи явищ.

#### 1.4. Матеріали для проведення дискусій, бесід

##### *Людська честь і гідність. Приниження людської гідності як причина глобальних катастроф ХХ століття*

Які цінності у сучасному суспільстві? Чи актуальними є поняття «честь», «гідність», «совість», чи вони застарілі і є вже «архаїзмами»? А, між тим, в історії є чимало прикладів, коли загроза честі ставала причиною загибелі людини, а приниження гідності цілої нації – причиною загибелі мільйонів людей.

Але спочатку з'ясуємо, що являє собою людська гідність. За «Філософським словником» (за ред. І.Фролова) гідність трактується як «поняття моральної свідомості, що виражає уявлення про цінність особистості, відображає моральне ставлення людини до самої себе і суспільства до індивіда». Розуміння власної гідності поряд із совістю і честю є одним із способів усвідомлення відповідальності перед собою як особистістю. З іншого боку, гідність особистості вимагає і від інших людей поваги, визнання відповідних прав.

Поняття «честь» є близьким до гідності. Його розуміють як соціально-психологічну рису особистості, що проявляється у гідній її поведінці навіть у складних ситуаціях. Чесна людина не вдається до обману, дотримується слова, чесно виконує свої професійні обов'язки.

Якщо говорити про історичні приклади, потрібно проаналізувати психологічні причини глобальних катастроф минулого століття. Такий аналіз свідчить, що приниження і піднесення людської честі й гідності ставали чинниками масових ланцюгоподібних конфліктів світового масштабу. Так, можна стверджувати, що Перша і Друга світові війни стали наслідком приниження гідності. Перша світова війна була здетонована «боротьбою гідностей» між царськими дворами Європи – після вбивства влітку 1914 року в Сараєві ерц-герцога Фердинанда, двоюрідного брата імператора Австро-Угорщини Франца-Йосифа. Ціною такою боротьби уражених гідностей царських родин стали мільйони жертв.

Після поразки Німеччини у Першій світовій війні за Версальським мирним договором було анексовано частину її території, їй було заборонено мати сильну армію, що призвело до фактичного приниження національної гідності великого народу. Цією обставиною скористався Адольф Гітлер, який, спекулюючи на питаннях національної честі й гідності, розробив націонал-соціалістичну ідеологію, в основі якої була ідея вищості «арійської німецької нації», що стало каталізатором розв'язання і здійснення найкривавішої в історії людства Другої світової війни проти «нижчих», «неповноцінних», за ідеями нацизму, народів. Унаслідок такого аксіопсихологічного «підпалу» в пеклі світового багаття згоріло понад 60 мільйонів людей.

І чи не загрожують зараз людству загалом, окремим країнам і кожній особистості прояви вищості і презирства, нехтування одними народами інших, масове приниження населення можновладцями, безчестя і негідність деяких керівників. І чи не з'являться знову через це нові світові конфлікти, масові суспільні й особистісні катастрофи?.. (В. Рибалка) [32].

*Дискусія «Людська гідність: наслідки приниження». Питання дискусії:*

- Чи дійсно відчуття приниження гідності цілої нації може спровокувати такі наслідки, як визнання ідей нацизму (Німеччина, 1930-і роки)?
- Чи існує проблема приниження людської гідності в українському суспільстві? Як це може проявлятися?
- Чи бувають випадки приниження людської гідності у вашій школі?
- Як потрібно вчинити у випадку, коли принижують гідність ваших знайомих, друзів (обговорення ситуацій).
- Чому у людини може виникнути бажання досягти своєї мети за рахунок приниження інших?

## *Вплив соціальних установок на поведінку людей*

У сучасному світі виникли нові можливості впливу на свідомість людини. Кіно, телебачення, Інтернет, реклама ... Чи відчували ви хоч раз нестримне бажання спробувати чудо-продукт після перегляду реклами? Чи уявляли себе героєм відомого фільму?

В умовах масової соціальної пропаганди, соціально-ціннісної невизначеності актуальними є соціально-психологічні дослідження соціальних установок (або соціальних впливів) на поведінку людей, які, наприклад, розглядаються у книзі «Соціальний вплив» американським психологом Філіпом Зімбардо. Зокрема, аналізуються причини підкорення соціальному впливу від вступу молодих людей до різноманітних сект до тютюнопаління як результату привабливої реклами.

Славнозвісно відомий «тюремний експеримент» Ф. Зімбардо. Експеримент являє собою психологічне дослідження реакції людини на обмеження свободи, на умови тюремного життя і на вплив нав'язаної соціальної ролі на поведінку. Добровольці грали ролі охоронців і ув'язнених і жили в умовній в'язниці, влаштованій у підвалі факультету психології. Ув'язнені й охоронці швидко пристосувалися до своїх ролей, і, всупереч очікуванням, стали виникати по-справжньому небезпечні ситуації. У кожному третьому охоронці виявилися садистські нахили, а ув'язнені були сильно морально травмовані, і двоє завчасно були виключені з експерименту. Очевидно, що Зімбардо і інші не змогли залишитися сторонніми спостерігачами і опосередковано брали участь у знущаннях. Експеримент був закінчений завчасно. Експеримент проведений без урахування етичних принципів Американської психологічної асоціації, за що справедливо критикується як неетичний і ненауковий.

Утім, психолог зробив висновки про значний вплив на людину певних соціальних умов, соціальної ситуації, авторитеної особи.

Таким чином інший американський психолог Мілгрем проводив аналогічні неетичні експерименти, насамперед, намагаючись пояснити як

сталось так, що німецькі громадяни у роки нацистського господарювання могли брати участь у знищенні мільйонів невинних людей у концентраційних таборах. Психолог зробив аналогічні висновки про підкорення більшості людей соціальним установкам й авторитетам.

Важливо зауважити, що найбільше вразливими такими, що підкорюються соціальним впливам, є молоді люди – розгублені, самотні, такі, що переживають невпевненість у власному майбутньому.

*Дискусія «Соціальний вплив: як протистояти». Питання дискусії:*

– Чи згодні ви з висновками соціальних психологів про підкорення більшості людей соціальним авторитетам?

– Які чинники зумовлюють потрапляння молоді людини під соціальний вплив?

– Чи впливає реклама на поширення паління і зловживання алкоголем?

– Чи можуть вплинути кінофільми, комп'ютерні ігри на установки, поведінку молоді?

– Випадки, коли глядач ідентифікує себе з негативним героєм і вбиває людей (приклад: масове вбивство на прем'єрі фільму «Темний лицар-2» у США) – свідчення соціальної небезпеки чи окремі випадкові ситуації?

*Елементи тренінгу:*

– Назвіть приклади або придумайте соціально цінні ідеї для майбутніх кінофільмів.

– Які якості людини дають можливість протистояти соціальному впливу?

### ***Толерантність та інтолерантність***

У кожній країні важливими для суспільства є питання про толерантність до різних поглядів, думок, національних та інших особливостей. Великого значення має визнання необхідності толерантності й поваги у стосунках із іншими етнічними спільнотами, націями, народами.

Міжнародний день, присвячений толерантності (на інших офіційних



мовах ООН: англ. International Day for Tolerance, ісп. Día Internacional para la Tolerancia) – щорічно відзначається 16 листопада. Цей Міжнародний день було урочисто проголошено в «Декларації принципів толерантності» ЮНЕСКО. Декларація була затверджена в 1995 році на 28-ій Генеральній конференції ЮНЕСКО (резолюція № 5.61). Під *толерантністю* в Декларації розуміється «повага, прийняття і правильне розуміння багатого різноманіття культур нашого світу, наших форм самовираження і способів проявів людської індивідуальності». Декларація проголошує «визнання того, що люди за своєю природою різняться за зовнішнім виглядом, статусом, мовою, поведінкою і цінностями і володіють правом жити в світі і зберігати свою індивідуальність».

#### *Толерантна – інтолерантна особистість*

У чому полягають основні відмінності між толерантною та інтолерантною особистістю? Психологи вважають, що інтолерантна особистість характеризується уявленням про власну унікальність, прагнення переносити відповідальність на оточення, високою тривожністю, потребою у порядку, бажанням сильної влади.

Толерантна особистість – це людина, яка добре знає себе та визнає інших. Вияв співчуття, співпереживання – важливіша цінність толерантного суспільства і риса толерантної людини. У психології щире співпереживання емоційному стану іншого, здатність розділити його відчуття та настрої, позначається терміном «емпатія». Розвиток емпатійних якостей особистості безпосередньо пов'язано з умінням поставити себе на місце іншого (А. Асмолов) [26].

#### *Межі толерантності*

Важлива проблема меж толерантності. У світі існують групи людей, які, з одного боку, відображають багатоманіття життя, але з іншого, нерідко сприймаються більшістю як антисоціальні явища. Злочинці, представники сексуальних меншин, наркомани – всі ці люди, без сумніву, є „інакшими” в нашому суспільстві. Як ставитися до цих явищ? Чи має толерантність бути

безмежною, а ми терпимими і поблажливими у таких випадках? У зв'язку з цим можлива ще одна позиція. Можна жити, як би не помічаючи цих фактів, байдужо проходячи повз них. Чи буде подібне відношення толерантним? Чи толерантним буде активна протидія їх розповсюдженню? [26].

*Дискусія «Толерантність та інтолерантність». Питання дискусії:*

- Чи впливає національність на взаємини людей?
- Чи вдасться людству забезпечити спільне проживання представників різних рас і народів, етносів і соціальних класів, релігій і культур?
- Чим загрожує інтолерантність?
- Чи існують межі толерантності? Чи можна бути толерантними до злочинця, наркомана ...?

### ***Патріотизм: сучасне розуміння сутності***

Патріотизм в історії країни. Видатні українці – патріоти (Тарас Григорович Шевченко, Борис Дмитрович Грінченко та ін.).

Патріотизм воїнів – героїв Другої Світової війни. Патріотизм сучасних захисників України. Патріотизм сучасної молоді (приклад).

Патріотизм: особливості розуміння в інших країнах (приклад).

*Бесіда «Патріотизм: сучасне розуміння сутності»:*

- Як ви розумієте поняття «патріотизм»? Що означає бути патріотом?
- Чи вважаєте себе патріотом своєї країни? Чому?
- Чи пишаєтеся ви своєю країною? Чим саме?
- Які проблеми нашої країни вас найбільше хвилюють?
- Чи може бути патріотом людина, яка залишила свою батьківщину?

### ***Сталий розвиток суспільства як загальна концепція***

Науково-технічний прогрес є ознакою розвитку людського суспільства у ХХ-ХХІ століттях.

Водночас, однією з глобальних проблем людства, яка об'єднує людей усіх країн, усіх континентів, є проблема збереження життя на планеті Земля,

забезпечення не лише для сучасних поколінь, але і для наступних – наших дітей і онуків – нормальних умов життя, здорового довкілля. Забруднення води і повітря сьогодні не є проблемою одного міста, області, країни. Відповідальність лежить на всіх.

Як умова вирішення цих проблем виникла концепція сталого розвитку. *Сталий розвиток* — загальна концепція стосовно необхідності встановлення балансу між задоволенням сучасних потреб людства і захистом інтересів майбутніх поколінь, включаючи їхню потребу в безпечному і здоровому довкіллі.

За визначенням Комісії ООН зі сталого розвитку, його мета — задовольняти потреби сучасного суспільства, не ставлячи під загрозу здатність майбутніх поколінь задовольняти свої потреби. Теорія сталого розвитку є альтернативою парадигмі економічного розвитку, яка ігнорує екологічну небезпеку.

*Дискусія «Чи вдасться людству зберегти свою планету від екологічного лиха?». Питання дискусії:*

– Розвиток науки і техніки, економічний розвиток – це благо чи шлях до катастрофи?

– Чи вдасться людству зберегти свою планету від екологічного лиха?

– Що ви думаєте про ідею «покинути зруйновану Землю / країну і знайти більш придатне місце для життя»? (Насправді у 1970-х роках люди серйозно обговорювали ідею про необхідність побудувати космічні станції і покинути Землю, рятуючись від екологічного лиха. Ці ідеї покладено в основу художніх фільмів.)

***Паління – норма чи соціальна проблема:  
як змінилося ставлення до паління за останні 50 років***

Насамперед, з'ясуємо що таке «норма». Поняття норми широко використовується в медицині, психології, педагогіці, соціології та інших науках. Спроба дати точне і єдино вірне визначення цьому поняттю, швидше

за все, приречена на невдачу. Так, наприклад, тільки в медицині вчені нараховують до 200 його визначень.

Складність у визначенні поняття «норма» не тільки термінологічна, але й змістовна. Наприклад, моральні норми не можуть бути раз і назавжди зафіксовані у всіх без винятку спільнотах, тому що вони, по-перше, мають національну специфіку, а крім того з часом перетворюються, змінюються. Так, у середині ХХ століття, після Другої Світової війни протягом двох-трьох десятиліть паління було звичайним, «нормальним» явищем, до якого суспільство ставилося цілком лояльно. У теперішній же час, коли суспільство включилося в боротьбу проти цієї шкідливої для здоров'я людини звички, паління вважається ознакою поганого тону. З медичної точки зору розглядається шкідливий вплив паління на організм людини.

Сьогодні паління стало світовою проблемою.

Дослідження, проведені під егідою ООН, показують, що кожні шість з половиною секунд на планеті вмирає людина від паління. Загальні збитки, причиною яких є тютюнокуріння, оцінюються щонайменше у 20 млрд. дол. на рік. Підтвердженням усвідомлення необхідності прийняття негайних заходів у боротьбі з палінням стало підписання Україною 25 червня 2004 року Конвенції Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) по боротьбі проти тютюнокуріння, котра стала 144-ю країною – учасницею конвенції.

Конвенція передбачає:

- впровадження обмежень на рекламу тютюнових виробів;
- розробку нових норм чистоти повітря всередині приміщень;
- впровадження нового маркування цигарок, 30-50% площі пачки яких повинно містити попередження про шкідливість паління;
- фінансування програм, покликаних стимулювати фермерів відмовлятися від вирощування тютюну, а також зміцнення законодавства, спрямованого на боротьбу з контрабандою тютюну.

*Дискусія «Курити чи не курити: ось у чому питання». Питання дискусії:*

– Вважається, що алкоголь і сигарети хоча б один раз у житті пробують всі молоді люди. Чи треба спробувати все?

– Чи можна вважати паління соціальною проблемою? Чому?

– Чи дієвим, на ваш, погляд, є маркування пачок сигарет попереджувальними написами про шкоду паління, супроводжуваними малюнками?

– Запропонуйте свій варіант системи профілактики паління серед молоді.

### *Алкоголь: з історії питання. Алкоголізм з точки зору медицини*

Слово «алкоголь» походить від арабського «алькуль» і значить щось неосяжне, чистий екстракт. За своїм хімічним складом алкоголь являє собою етиловий спирт, або етанол. Вперше чистий спирт (етанол) було отримано у 800 році н.е. арабськими алхіміками. Він застосовувався у медицині у якості антисептика, зігріваючого засобу (для компресів), розчинника ліків і для приготування настоянок із трав. Спирт не був харчовим продуктом, на відміну від вина. Тому вживання його у вигляді горілки і кріплених вин загалом так само неприродно, як і вдихання парів клею, бензину, вживання прального порошку або крему для взуття у якості речовин, що викликають сп'яніння.

Вино було винайдено людиною значно раніше спирту. Розкопки археологів свідчать про те, що воно було відомо в Стародавньому Єгипті ще в 3 тисячолітті до н.е. У міфах Давньої Греції, творах Платона і Гомера йдеться про достаток вина на пирах і святкуваннях. Втім, це було натуральне вино, кріп ость якого не перевищувала 11-13 градусів, крім того воно більш ніж наполовину розбавлялося водою. Справа в тому, що до винайдення методу пастеризації харчових продуктів тільки в натуральному вині зберігалися ті вітаміни, які зникали за термічної обробки.

Вживання спиртних напоїв часто-густо переростає у важку хворобу – алкоголізм.

З точки зору медицини *алкоголізм* — захворювання, що викликається систематичним вживанням алкогольних напоїв, що характеризується патологічним потягом до них, призводить до психічних і фізичних розладів та порушує соціальні стосунки особи, яка страждає цим захворюванням.

*«Вино пють ті, хто невпевнений у собі, а я впевнений у собі, тому вина не вживаю».* (Наполеон)

*Проблемна бесіда «Причини вживання алкоголю підлітками»*

— Які причини вживання алкоголю підлітками?

— Чи допомагає вживання алкоголю, цигарок сподобатись дівчатам/хлопцям?

— Чи правда, що іноді вживання алкоголю допомагає вирішувати життєві проблеми?

— Чи є пиво алкогольним напоєм?

— Чи ви вважаєте вірогідною відмовку: «я не такий, я завжди зможу зупинитися...»

### *Агресивність і агресія. Насильство в нашому житті*

Термін *«агресія»* часто вживається в нашому житті. Що він означає? Різні вчені у своїх дослідженнях по-різному визначають агресію й агресивність.

Під *агресивністю* можна розуміти властивість особистості, що характеризується наявністю деструктивних тенденцій, в основному в області міжособистісних відносин. Вчені вважають, що певна міра агресивності є необхідною людині, щоб долати перешкоди, захищатися.

Відсутність агресивності призводить до пасивності, комфорності тощо. Надмірний розвиток – починає визначати весь вигляд особистості, що може стати конфліктною, нездатною до взаємодії.

Сама по собі агресивність не робить людину свідомо небезпечною, тому що сам акт агресії може не приймати свідомо небезпечні і несхвалювані форми. Агресія може бути спрямована на інших та на себе (аутоагресія).

Виходячи з цього, можна розділити агресивні прояви на два основних типи: перший – мотиваційна агресія, як самоцінність, другий – інструментальна, як засіб. Більш небезпечною є мотиваційна агресія як прямий прояв реалізації властивих особистості деструктивних тенденцій.

У житті людина зустрічається не тільки з добром, а й зі злом, набуває не тільки позитивний, а й негативний досвід. Давайте спробуємо визначитися: що ж таке насильство? (*Обговорення прикладів в групах та думки учнів.*)

*Насильство* – це система поведінки однієї людини для збереження влади і контролю над іншою людиною. Щоб зберегти владу і контроль, використовуються різні насильницькі методи. Спробуємо визначитися з видами насильства.

Види насильства:

Фізичне – навмисне нанесення фізичних пошкоджень чи травм людині (побиття, ляпаси, застосування зброї тощо).

Психологічне (емоційне) – психологічна зневага (словесне грубе поводження), публічне приниження, висування надмірних вимог (до дитини), публічна демонстрація негативних якостей, критика; загрози і тероризація – приниження гідності, загрози покарання побоями, загрози вчинення насильства стосовно дитини або того, кого любить дитина, образа, використання ненормативної лексики; ізоляція – постійний контроль того, що робить дитина, з ким дружить, зустрічається, розмовляє, заборона спілкування з друзями; маніпулювання – навіювання почуття провини.

Економічне – змушення до жебракування. Кривдник може використовувати як всі види насильства, так і деякі з них. Треба пам'ятати, що мотив поведінки кривдника незалежно від форми насильства, один – влада і контроль.

Сексуальне – примус до сексуальних відносин за згодою або без такої.

*Буллінг як різновид насильства*

Англійське слово *буллінг* (bullying, від bully – хуліган, забіяка, задирака,

грубіян, гвалтівник) позначає залякування, фізичний чи психологічний терор, спрямований на те, щоб викликати в іншого страх і тим самим підпорядкувати його собі. Буллінг визначають також як довготривале фізичне або психічне насильство з боку індивіда або групи по відношенню до індивіда, який не здатний захистити себе в даній ситуації (Д. Лейн). В останні 20 років це поняття стало міжнародним соціально-психологічним і педагогічним терміном, за яким стоїть ціла сукупність соціальних, психологічних і педагогічних проблем (І. Кон).

Буллінг в школі може бути фізичний (умисні поштовхи, удари, стусани, побої нанесення інших тілесних ушкоджень) і психологічний (образливі жести або дії, залякування, ізоляція, пошкодження і інші дії з майном тощо).

Конкретні форми і способи буллингу постійно змінюються. Зокрема сьогодні поширений так званий «кібербуллінг», тобто буллінг, здійснюваний за допомогою електронних засобів комунікації. Крім того, актуальною сьогодні є проблема буллингу на фоні майнової, соціальної та етнічної нерівності (І. С. Кон).

*Проблемна бесіда «Вживає найсильніший?»*

## **1.5. Тренінгові вправи**

### ***Вправа «Нобелівська премія» [26]***

*Мета:* підвищення соціальної компетентності підлітків, переживання ситуації «відповідальності перед людством», робота з мріями і фантазіями про майбутнє.

*Матеріали:* папір, письмове приладдя (олівці, фломастери, маркери), скотч, конпки, пластилин.

*Підготовка:* написати на дошці або ватмані пункти «нобелівського виступу».

*Процедура проведення.* Педагог розповідає учасникам про Нобелівську премію, а потім пропонує ігрову ситуацію.

Ніхто не знає, які сюрпризи надасть нам життя. Перенесемося у



майбутнє. Уявіть собі, що ви – відомий учений, письменник чи суспільний діяч. Нобелівський комітет прийняв рішення про присудження вам почесної премії. Урочисте вручення премії передбачає виступ лауреатів у відповідь – це є давньою традицією. Через деякий час бажаючі отримають можливість виступити на церемонії вручення премії з промовою у відповідь. Виберіть номінацію, в якій ви хотіли б отримати премію, і підготуйте виступ. Можете використовувати наступну схему.

Ведучий записує на дошці питання, на основі яких учасники групи можуть побудувати свій виступ.

1. Опишіть зроблене відкриття, наукові досягнення чи літературний твір.

2. Поясніть, чому ваш внесок у науку, культуру чи справу миру отримав таку високу оцінку.

3. Виразіть слова подяки тим, хто допоміг вам добитися таких результатів у роботі.

4. Розкажіть про ваші плани на майбутнє.

У процесі роботи можуть бути використані олівці, фломастери, пластилін тощо для зображення таблиць, графіків та інших наочних посібників. Час на підготовку – 10 хв.

Промова кожного лауреата винагороджується оплесками. Після виступу учасники групи задають запитання лауреату. Члени групи, які не встигли представити свої досягнення, можуть коротко назвати свою номінацію і пояснити за що отримують премію.

### ***Вправа «Безлюдний острів» [2]***

*Мета:* створити можливість учасникам спробувати «організувати суспільне життя», виявити власну позицію щодо цього.

*Педагог.* У результаті краху корабля ви опинилися на безлюдному острові. На ньому багатий тваринний і рослинний світ, втім життя сповнене небезпек: отруйні рослини і тварини, зливи, короткі, але жорстокі холоди, можуть бути і візити каннібалів із інших островів. У найближчі декілька

років ви не зможете повернутися до нормального життя, в рідні краї. Ваша задача – створити для себе нормальні умови, у яких ви могли б вижити. Зрозумійте серйозність і небезпеку того, що відбувається. Люди іноді у цих обставинах втрачають людську подобу, вибухають сварки і бійки зі смертельним результатом. Тут не місце для розваг і балачок – вам потрібно їсти і пити, облаштувати собі житло, щоб сонце не спалило вашу шкіру і ви могли укриватися у сезон дощів від злив, а взимку від холодів.

Вам потрібно освоїти острів, організувати на ньому господарство. Потрібно налагодити і соціальне життя: розподілити основні функції і обов'язки. Слід продумати і те, яким чином ці функції і обов'язки будуть виконуватися. Насамперед вирішити питання про владу. Якою вона буде на вашому острові? Хто буде приймати остаточне рішення? Всі жителі острова одноголосно, або простою більшістю, або угруповання найбільш авторитетних жителів, або одноосібно лідер? І яким чином буде контролюватися виконання? Під страхом покарання, смерті? Як буде розподілятися їжа? Порівну? За трудовим внеском? Можливо, більше – сильним, щоб краще працювали? Або слабким, щоб вижили? Чи має права людина жити на вашому острові, нікого не слухаючи і нікому не підкорюючись? А якщо її спосіб життя зробить її слабкою, хворобливою, обузою для інших? Які у вас будуть свята? Скільки? Як ви їх будете влаштовувати?

Розробіть морально-психологічний кодекс взаємовідносин, приблизно на 15-20 пунктів. Правила потрібні чіткі, а не абстрактні, вони мають допомагати рішенням конкретних проблем, ефективному співробітництву, попередженню конфліктів і сварок. Потрібно також передбачити санкції за порушення встановлених правил.

На все обговорення і прийняття правил дається час і повна свобода дій у межах завдання. Потрібно обрати літописця, який буде фіксувати основні події, записуючи все, що вирішили, яким чином проходило обговорення і прийняття рішення тощо.

## Розділ 2.

# МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ НАУКОВО-ТЕХНІЧНОГО ТА ДОСЛІДНИЦЬКО- ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО НАПРЯМІВ

### 2.1. Визначення базових компетентностей в гуртках науково- технічного та дослідницько-експериментального напрямів позашкільної освіти

Бути компетентним – значить вміти реалізовувати знання, застосовувати досвід, волю і емоційний стан для вирішення проблем у конкретних обставинах. Компетентність не зводиться до знань і вмінь в кількісному відношенні. Але без знань і особистого досвіду діяльності набуття компетентностей неможливе. Набуття компетентностей учнями залежить від активного і свідомого відношення до різних видів діяльності (навчання, праці, дозвілля, тощо).

Серед компетентностей, що становлять основу реалізації компетентнісного підходу в позашкільній освіті науково-технічного та експериментально-дослідницького напрямів, ми виділяємо такі компетентності: пізнавальну, яка забезпечує оволодіння знаннями і поняттями, про культуру, природу, техніку і суспільство та діяльнісну (проектно-технологічну), що забезпечує формування практичних вмінь та навичок особистості.

Розкриваючи зміст базових компетентностей, ми визначаємо, що домінуючою у змісті освіти дослідницько-експериментального напрямку позашкільних навчальних закладів є навчально-пізнавальна компетентність, що забезпечує оволодіння поняттями, знаннями у сфері сучасної науки і техніки та технології, наукової, технічної термінології, методикою організації дослідницької та пошукової діяльності.

За основу визначення навчально-пізнавальної компетентності ми взяли визначення А.Хуторського: «Навчально-пізнавальна компетентність – це сукупність компетенцій у сфері самостійної пізнавальної діяльності, що

включає елементи логічної, методологічної, загальнонавчальної діяльності, співвіднесеної з реальними пізнаваними об'єктами. Сюди входять знання й уміння, організація планування, аналізу, рефлексії, самооцінки навчально-пізнавальної діяльності, та оволодіння креативними навичками продуктивної діяльності: здобуттям знань безпосередньо з повсякденної практики, володіння прийомами дій у нестандартних ситуаціях, евристичними методами рішення проблем» [38].

Формування навчально-пізнавальної компетентності передбачає, що учні повинні отримати знання та практичний досвід з основ наукового дослідження, опанувати методику організації та проведення експерименту, вміння опрацювати отримані результати та робити висновки. Вона включає в себе формування практичних вмінь та навичок роботи з різноманітними приладами та обладнанням; розвиток практичних вмінь та навичок застосування здобутих знань у процесі творчої діяльності; набуття досвіду власної наукової діяльності, розвиток дослідницьких здібностей, просторового та логічного мислення; формування потреби у творчій самореалізації та виховання моральних якостей, громадянської позиції, працелюбності, творчого ставлення до праці.

Провідною у змісті освіти науково-технічного напрямку позашкільних навчальних закладів є *проектно-технологічна компетентність* – здатність учнів застосовувати знання, уміння та особистий досвід у предметно-перетворювальній діяльності.

Вона передбачає оволодіння ґрунтовними знаннями і практичним досвідом у сфері сучасної техніки та технології, графічної грамотності, конструкторської, винахідницької та експериментальної роботи; формування практичних вмінь та навичок конструкторської, винахідницької, дослідницької та експериментальної роботи та практичного застосування здобутих знань при виготовленні технічних об'єктів; розвиток конструкторських та дослідницьких здібностей; набуття досвіду власної творчої діяльності; розвиток просторового та логічного мислення, пам'яті,

уяви, координації рухів; формування і розвиток самостійності, наполегливості, відповідальність та працелюбства; професійне самовизначення та вибір майбутньої професії з урахуванням власних інтересів та здібностей.

## **2.2. Особливості формування базових компетентностей у вихованців позашкільних навчальних закладів в гуртках науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів**

Одним з пріоритетних напрямів діяльності позашкільних закладів є науково-технічний та дослідницько-експериментальний, які забезпечують набуття вихованцями, учнями і слухачами техніко-технологічних та дослідницьких умінь, та навичок, розширення наукового світогляду, підготовку до активної науково-дослідницької роботи, оволодіння сучасною технікою та технологіями.

Він спрямований на формування у дітей та підлітків техніко-технологічних та дослідницьких знань, розширення їх політехнічного світогляду, задоволення потреб юної особистості у вдосконаленні освіти з основ інформатики та комп'ютеризації, конструкторської, експериментальної та винахідницької діяльності, реалізації здібностей шляхом пошуку та розвитку вмінь, навичок технічного моделювання та конструювання.

Для успішного прояву та реалізації творчих здібностей учнів в позашкільних навчальних закладах, необхідно створити відповідні умови для творчої діяльності, які передбачають постановку та розв'язання творчих задач шляхом впровадження проектно-орієнтованого навчання.

Вирішенню цієї проблеми сприяє навчання учнів у технічних та науково-дослідницьких гуртках позашкільних навчальних закладів. Як зазначають вітчизняні дослідники, підлітковий вік характерний появою опосередкованих інтересів. Захоплюючись технічним моделюванням, підлітки прагнуть зрозуміти доступні для них розділи математики, природничо-наукової і технічної теорії, з'ясувати принцип дії технічних об'єктів тощо.

Слід зазначити, що учні не тільки цікавляться технічними конструкціями та дослідями, а й прагнуть використовувати ці знання для створення діючих моделей та проведення експериментів та дослідів з ними. Самостійне виготовлення технічних моделей, що виконують певні технологічні операції або відтворюють їх дію, найкраще стимулюють у школярів інтерес до технічної творчості і поглиблення знань у цій галузі людської діяльності.

Успішний розвиток технічних здібностей та формування стійкого інтересу до техніки і дослідницької діяльності учнів стає можливим тоді, коли творча спрямованість є провідною в трудовому навчанні і в заняттях технічною творчістю в позаурочний час.

Встановлення зв'язку між урочною та позаурочною діяльністю дає можливість створити систему творчого ставлення до науково-технічної творчості та експериментально-дослідницької роботи. Проте слід констатувати, що сьогодні такий зв'язок між школою та позашкільними закладами порушений, тому роль технічних гуртків у формуванні творчих здібностей учнів стає домінуючою.

Творчий процес для учнів полягає не у виготовленні моделі якоїсь конкретної машини на основі заздалегідь розробленої документації, а у створенні таких психолого-педагогічних умов, при яких учень повинен думати, аналізувати, та узагальнювати результати процесу своєї діяльності.

Творча діяльність учнів обов'язково містить у собі репродуктивні елементи навчання, які становлять ремісничу основу, без якої неможлива майстерність. Без оволодіння найпростішими технологічними прийомами, конструкторськими навичками та теоретичними знаннями, учні не можуть підійти до самостійного вирішення технічних задач.

У підлітковому віці особливо активно розвивається конструкторська діяльність як віковий феномен, що сприяє розумінню та поглибленню технологічного досвіду людини. Учні, як правило на першому етапі знайомства з технічними об'єктами захоплює зовнішній вигляд моделі

літака чи автомобіля. Він ще до кінця не усвідомлює, які саме фізико-технічні принципи покладені в її основу. Робота у гуртку будується так, щоб пробудити інтерес підлітка до виявлення цих принципів і практичного оволодіння ними.

Таким чином, організація гурткової роботи передбачає використання певних прийомів і методів, направлених на активізацію творчих здібностей учнів у технічних та науково-дослідницьких гуртках. Ці прийоми і методи, спрямовані на стимуляцію творчості гуртківців і одночасно сприяють розвитку їхніх творчих здібностей. Вони працюють на становлення творчої особистості вихованця, його готовності до творчої діяльності.

В умовах швидких змін у сучасному суспільстві молода людина, яка здатна генерувати ідеї, мислити самостійно та нестандартно, використовувати здобуті знання й уміння у різних сферах, має більші можливості адаптуватись до нових соціальних умов. Науково-технічна творчість має значні можливості у вирішенні такого завдання.

Навчально-виховний процес технічних гуртків спрямований на формування у дітей та підлітків техніко-технологічних знань, розширення їх політехнічного світогляду, задоволення потреб особистості у вдосконаленні освіти з основ інформатики, конструкторської, експериментальної та винахідницької діяльності, реалізації здібностей, розвитку вмінь, навичок технічного моделювання та конструювання [21].

### **2.3. Методи формування базових компетентностей у вихованців позашкільних навчальних закладів в гуртках науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів**

Базові компетентності у технічних та науково-дослідних гуртках позашкільних навчальних закладів спрямована на виховання та розвиток творчої особистості, здатності до співпраці і самореалізації.

Однією з умов підвищення рівня компетентності ми вважаємо використання у навчально-виховному процесі методу проектів. Даний метод

дозволяє відійти від традиційного підходу в організації навчально-виховного процесу в позашкільних закладах освіти, подолати пасивність учня, включити його в активну перетворювальну діяльність.

З метою формування вище зазначених якостей особистості було запропоновано використання проектування технічних об'єктів та моделей.

Проектування є одним найважливіших елементів розвитку знань і вмінь, прояв власної активної життєвої позиції. Робота над проектом дозволяє відчути учневі значимість своєї діяльності, відкриває нові можливості. Проекти в технічних та науково-дослідницьких гуртках дають можливість учням зв'язати й співвіднести загальні знання, уміння та навички отримані на уроках та гурткових заняттях з реальним життям. Беручи участь у реалізації проектів, учні конкретними справами проявляють свої знання, уміння та навички, відповідальність, виховують такі якості як цілеспрямованість, послідовність, наполегливість, уміння відстоювати свою думку, доводити розпочату справа до кінця.

У гуртках, де проводиться науково-дослідницька робота, наукові проекти обов'язково містять елементи дослідницької або конструкторської діяльності. Так гуртки, наприклад «Юний винахідник» та «Комп'ютерна графіка» для розробки проектів обрали в якості об'єктів екологічний будинок майбутнього, який за задумом авторів повинен зберегти довкілля.

Гуртки спортивно-технічного профілю, а саме авіамодельних, автомодельних, судномодельних та картингу головну увагу приділяють формуванню якостей, які сприяють роботі. При підготовці до участі у змаганнях кожний учасник виготовляє власну модель та мріє стати переможцем. Проте, при роботі в складі команди, часто виникає потреба підпорядкувати власні інтереси загальнокомандним. Вміти співпрацювати у складі команди так, щоб досягти спільної мети. Тому роботу гуртків побудовано таким чином, щоб в процесі занять сформувати сталі мікрогрупи, заохочується допомога вихованців старшого віку молодшим учням у виготовленні моделі.



Виховання патріотизму набуває конкретних форм при підготовці до участі у змаганнях різного рівня, коли дитячий колектив або команда представляють свій гурток, позашкільну установу, район, місто або нашу країну. Величезний моральний тягар лягає на вихованців, які усвідомлюють свою відповідальність не лише перед власними батьками, а і перед громадою. Тому обов'язково до роботи технічних гуртків входять підготовка учнями доповідей про видатних вітчизняних вчених та конструкторів, про внесок співвітчизників у світову науку та культуру, відвідання гуртківцями видатних місць, музеїв тощо з наступним їх обговоренням. У більшості випадків ця робота проводиться за допомогою навчальних проєктів.

Таким чином метою проєктування в науково-технічних та дослідно-експериментальних гуртках позашкільних навчальних закладів є:

- розвиток дослідницького, конструкторського і критичного мислення;
- формування позитивної Я-Концепції й уміння дитини об'єктивно оцінювати себе та свої дії;
- дозволяє кожному вихованцю відчувати себе компетентною особистістю;
- розвиток здібностей учнів у тій сфері діяльності, до якої вони проявляють схильність;
- сприяє професійному самовизначенню вихованців;

Учні, розробляючи проєкт, проходять всі стадії роботи: збір матеріалу, його обробка, розробка проєкту, узгодження, експертиза й реалізація. Ця робота виявляє не тільки позитивні якості учня, вона дозволяє визначити йому свої слабкі сторони, над якими надалі необхідно працювати.

Все це дає педагогічному колективу можливість творчо підійти до організації навчально-виховного процесу у позашкільному навчальному закладі, тим самим активно впливаючи на інтелектуальний і емоційно-ціннісний розвиток учня.

Таким чином, можна зробити висновок, що проєктування в гуртках

науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів – це інтегрований вид діяльності, який передбачає індивідуальну роботу вихованця над технічним об'єктом чи моделлю, проведення іспитів та випробувань, яким передує експериментальна або дослідницька робота, по завершенню якої, проект переходить у стадію колективної спільної діяльності вихованців гуртка, які виступають у якості експертів та опанетів при обговорення та захисті проекту.

#### **2.4. Проектна та конструкторська діяльність як засіб формування базових компетентностей у вихованців науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів позашкільних навчальних закладів**

Провідним методом для формування базових компетентностей на сучасному етапі є метод проектів.

В основі організації навчально-дослідницької діяльності учнів у технічних і науково-дослідницьких гуртках позашкільних навчальних закладів лежить метод навчального проекту - як особистісно-орієнтована технологія та спосіб організації самостійної діяльності учнів, спрямований на рішення завдання навчального проекту, що інтегрує в собі проблемний підхід, групові методи, рефлексивні, презентаційні, дослідницькі, пошукові та інші підходи.

Навчальний проект для учня - це можливість робити щось цікаве самостійно, у групі або самому, максимально використовуючи свої можливості; це діяльність, що дозволяє виявити себе, спробувати свої сили, використати свої знання, принести користь і показати досягнутий результат; це діяльність, спрямована на вирішення цікавої проблеми, сформульованої самими учнями у вигляді мети й завдання, коли результат цієї діяльності - знайдений спосіб рішення проблеми - носить практичний характер, має важливе прикладне значення, цікавий та вагомий для самих дослідників [23].

Навчальний проект для керівника - це інтегративний дидактичний засіб розвитку, навчання й виховання, що дозволяє виробляти й розвивати компетентності учнів.

У самому загальному виді організація проектної діяльності учнів включає наступні етапи:

- 1 етап - занурення в проблему;
- 2 етап - організація діяльності;
- 3 етап - здійснення діяльності;
- 4 етап - презентація результатів, самооцінка й самоаналіз.

#### *Навчально-дослідницька діяльність учнів*

Під навчально-дослідницькою діяльністю учнів розуміється діяльність, пов'язана з пошуком відповіді на творче, дослідницьке завдання із задалегідь невідомим рішенням і передбачає наявність основних етапів, характерних для дослідження в науковій сфері.

Дослідницький метод можна визначити як самостійне (без покрокового керівництва педагога) рішення учнями нової для них проблеми із застосуванням таких елементів наукового дослідження як спостереження й самостійний аналіз фактів, висування гіпотези і її перевірка, формулювання висновків, підтвердження закону або закономірностей [23].

Психолого-педагогічний аналіз цієї системи роботи показав, що найбільш ефективними є задачі з елементами дослідницької та винахідницької діяльності. Винахідницька діяльність має особливі можливості для розв'язання «вічного протиріччя» проблеми навчання і творчості.

Винахідницька діяльність (самостійна постановка задач, відсутність єдиного вірного рішення та відповіді, їх потенційна варіативність, багаторівневість кожної винахідницької задачі та ін.) сприяє тому, що навіть в уже поставленій і розв'язаній задачі зберігається інерція об'єктивності її творчого змісту, об'єктивної новизни. Саме цей заряд об'єктивної новизни, є необхідним для розвитку творчої діяльності і зберігання всіх психологічних особливостей об'єктивної творчості.

Під час проведення занять, присвячених розвитку творчості, необхідно створити ігрову атмосферу, спрямовану на комфортне спілкування,

розкриття творчих можливостей, потенціалу всіх членів гуртка.

Учні, як правило відчують себе психологічно комфортно на такому занятті, де панує атмосфера дозволеності і відкритості сприйняття та розуміння. Висловлювання та дії учнів при розв'язанні творчих задач повністю позбавлені негативних оцінок, будь-яка творча діяльність заохочується керівником гуртка.

Для створення таких умов використовуються різноманітні ігрові прийоми, спеціальні тренінги уваги, швидкості розумових процесів, образного мислення, невербального спілкування та інші.

Так, для гуртків першого року навчання ми рекомендуємо проводити “Гумористичні хвилинки”. Заняття можна почати з питання “Хто хоче нас розсмішити?”. Оскільки учні недостатньо володіють спонтанним, ситуативним гумором і ставляться до нього застережливо, слід на кожному попередньому занятті подбати про підготовку когось з дітей до гумористичної хвилинки на наступному занятті. Слід особливо заохочувати гумористичні діалоги та невербальний гумор (жест, міміку, пантоміміку). Можна підготувати також різноманітні гумористичні ситуації.

Після оволодіння найпростішими прийомами ми можемо переходити до організації і проведення творчих ігор. Ігровий момент повинен бути введений при реалізації всіх прийомів стимуляції творчості.

В роботі можливе використання спеціально розроблених рольових творчих ігор з включенням ролей неживих предметів.

Особливостями творчої гри є такі риси:

1 - основною метою творчої гри, і її кінцевим результатом є розвиток творчого потенціалу учнів, оволодіння ними прийомами і стратегіями творчої діяльності, а принципове розв'язання творчої задачі виступає як побічний продукт;

2 - використання винахідницьких задач, які передбачають самостійну постановку і необмежену кількість можливих рішень, маючи як суб'єктивну, так і об'єктивну новизну;

3 - відображення в ігровій ситуації навчальної і професійної діяльності людей;

4 - гнучка зміна ролей в процесі ігрової діяльності, яка надає учням можливість засвоїти різні рефлексивні позиції відносно однієї й тієї ж задачі;

5 - наявність елементів емпатії в грі, виділення ролей і об'єктів задачі, (тобто неживих предметів);

6 - психологічно обгрунтоване керівництво грою, спрямоване на виділення і усвідомлення основних моментів процесу розв'язання – постановку задачі, зародження задуму, його перевірку за допомогою мисленого експерименту, поглиблення і розвиток ситуації, ставлення до неї, як до творчого моменту, який потенційно веде до нестандартного бачення і розв'язання задачі [33].

Одним із важливих психологічних прийомів творчої гри є гнучка зміна ролей, коли під час розв'язування однієї задачі підліток може випробувати кілька ролей. Учні як правило зацікавлено ставляться до різноманітних ролей та їхньої зміни. Перехід від складних, творчо насичених ролей, до інших, більш простих, дає можливість відпочинку, зняття втоми.

Слід зауважити, що творча гра проходить більш жваво, якщо учасники творчо виконують свою роль, пов'язану з її конкретним змістом.

Ігровий творчий тренінг покликаний також зламати усталені негативні стереотипи до навчання, які стихійно сформувалися у підлітків в результаті сучасного шкільного навчання і можуть надалі заважати досягненню ними найвищих рівнів майстерності і творчості в продуктивній діяльності [31].

Крім вище зазначених до найбільш поширених методів активізації творчих здібностей учнів при вирішенні творчих задач та пошуку нових ідей відносяться: пряма колективна «мозкова атака», зворотна колективна «мозкова атака», «Нарада піратів», колективна записна книжка, список контрольних питань, «Монолог винахідника», «Алгоритм розв'язування винахідницьких задач», система творчого пошуку, та інші. Перераховані методи широко висвітлені в сучасній літературі [31].

До таких завдань відносяться також задачі на вільне конструювання. Перевага цих завдань полягає у тому, що гуртківець відіграє роль винахідника, взаємодіючи із добре відомими йому предметами в конкретному наборі. Так, при наборі, до складу якого входять 12 канцелярських скріпок, 6 кнопок, 1 лезо безпечної бритви, 2 односторонні булавки, 4 олівці, 1 канцелярська гумка, 23 аркуші паперу (210x297 мм), 60 см гнучкого дроту, вимагається сконструювати щось корисне, потрібне. Оригінальність уявлення гуртківця про предмет, майстерність його рук і чіткість прогнозування результату (навіть його приблизного контура) дозволяють йому при комбінуванні вищевказаних предметів створити шукану конструкцію.

Такий же комбінаторний характер носить і завдання, в якому пропонується щось сконструювати з такого, набору: 1 квадрат, 3 синіх трикутники, 5 зелених кругів.

До числа найбільш цікавих завдань творчого характеру можна віднести і таке: запропонувати гуртківцям придумати і намалювати неіснуючу машину чи інструмент, що полегшують ту чи іншу працю людини, при цьому дати цій машині відповідну назву. В даному випадку розмах фантазії учня необмежений. Задається оперативність перебору різних комбінацій, використань аналогій, що вимагає чіткої пам'яті, точного уявлення про певний об'єкт, синтетична «хватка», що дозволяє поєднати іноді «важко поєднувані» об'єкти, роз'єднати на складові частини наявні об'єкти.

Технічна евристична задача представляє собою ситуацію, що містить технічне протиріччя, усунення якого можна здійснити шляхом винаходу способу гармонізації даної ситуації. Тому евристичні задачі мають ще одну назву — задачі на принциповий винахід.

Наприклад:

- Придумати таку конструкцію колеса для автомобіля, щоб прокол камери колеса не перешкодив подальшому просуванню автомобіля.

- Сконструювати такий кузов для автомобіля, трактора і т.п., щоб його розміри можна було легко змінювати в залежності від густини вантажа.
- Сконструювати машину для збирання опалого листя.

Важливою вимогою до завдань такого роду є відповідність структури їх розв'язування структурі розв'язування задач, що мають місце в діяльності професійних конструкторів, і разом з тим – наявність в учнів прогностично необхідної інформації для їх розв'язування.

За допомогою експериментальних завдань, можна визначити в гуртківців слідуєчі показники: рівень інтересу до змісту задачі, процесу її розв'язування, ступінь уважності, широту варіантів розв'язування, число невірних спроб (ходів) при розв'язуванні і характер реагування дітей на власні помилки, швидкість перебирання можливих варіантів розв'язку, ступінь самостійності (частоту проявів бажання отримати допомогу зі сторони), впевненість в адекватності створеної конструкції [15].

Важливо вивчити умови, що впливають на успіх в навчанні творчої особистості, визначити ієрархію стимулів, визначити конкретні типи реагування на заохочувальні заходи. В цьому плані може стати в нагоді інформація від батьків, вихователів, які є свідками конкретного ставлення учнів до стимулів їх діяльності і перешкод в ній. Суттєвими є відомості від батьків відносно типу поведінки учнів в спільній діяльності, фіксування ними свого внеску, сприйняття участі інших в їх справах, особливості переживання ними успіху і невдач.

Слід зазначити, що особливості кожного гуртківця повинні бути розкриті через конкретні якості особистості. Наприклад, така якість, як працьовитість, включає слідуєчі ознаки: якісний, кількісний бік праці, задоволеність і найменшу втомлюваність, самостійність, ступінь ігнорування учнем шаблонних варіантів виконання завдання, прагнення виконувати всі робочі операції в руслі свого технічного інтересу, адекватне реагування учня на критику, невичерпне “продукування” своїх варіантів роботи і легкість

відмови від своїх задумів у разі їх «провалу». Такий параметр, як інноваційність, можна розглядати через такі характеристики: ступінь упевненості в точності уявлень про саму нову модель, про всі її деталі та етапи створення; ступінь винахідливості (як можливість оперативно знайти потрібний розв'язок); врахування актуальності даного винаходу для практики; рівень відповідальності за моральну значущість нового об'єкта.

Отже, розвиток творчих здібностей учнів у гуртках науково-технічного та дослідницько-експериментального напрямів позашкільних навчальних закладів направлений на формування учня як творчої особистості, становлення його готовності до повноцінної творчої діяльності.

При визначенні методів стимуляції творчої активності гуртківців треба пам'ятати про багатоплановість творчої особистості учня.

Методи активізації творчої діяльності слід використовувати цілеспрямовано, орієнтуючись на ті чи інші особливості учня.

Навчально-виховний ефект від використання цих та інших методів проявляється внаслідок довготривалої та систематичної роботи з учнями по вирішенню творчих завдань та задач і створенню творчих проектів.

З цією метою розроблена експериментальна програма «Юний дослідник та інженер». Ми виходили з того, що технічна творчість учнів, це вид діяльності, внаслідок якої створюються технічні об'єкти з ознаками корисної та істотної новизни. Вона виявляється в конструюванні моделей, механізмів, нескладних машин, приладів, радіоелектронних пристроїв, тощо та сприяє виникненню й формуванню інтересу до техніки, розвитку раціоналізаторських і винахідницьких нахилів та здібностей. Експериментально-дослідницька діяльність учнів - це, насамперед, розумова діяльність учнів з набуття нових знань і отримання досвіду самостійно дослідницької роботи.



### Розділ 3.

## МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ ХУДОЖНЬО-ЕСТЕТИЧНОГО НАПРЯМУ

### 3.1. Декоративно-ужиткове мистецтво як засіб формування етнокультурної компетентності

Відповідно аналізу літератури, одною з базових компетентностей у вихованців гуртків декоративно-ужиткового мистецтва в позашкільних навчальних закладах ми виділяємо **етнокультурну компетентність**. Під етнокультурною компетентністю вихованців ми будемо розуміти їх здатність до збереження та відродження культурних цінностей народу, усвідомлення власної причетності до мистецьких цінностей, національної культури; обізнаність та практичні вміння виконання виробів декоративно-ужиткового мистецтва, успішна адаптація в поліетнічному суспільстві. Етнокультурна компетентність є результатом **етнокультурного виховання**.

Вибір декоративно-ужиткового мистецтва як засобу етнокультурного виховання окреслений тим, що декоративно - ужиткове мистецтво у виховному і освітньому процесі, дозволяє певною мірою вирішити проблему естетичного виховання та багато інших проблем, пов'язані з вихованням підростаючого покоління. Саме в процесі занять у педагога є можливість встановити з дитиною емоційний контакт, емоційне спілкування. Цікавий зміст, багатство фантазії, яскраві художні образи привертають увагу дитини, доставляють йому радість і в той же час роблять на нього свій виховний вплив.

Виховний потенціал декоративно-ужиткового мистецтва міститься у самій його суті і пояснюється тим, що емоційна сторона свідомості, естетичні ідеали особистості – первинні стосовно інтелекту в формуванні духовних інтересів, ставлення до світу взагалі. З-поміж інших видів мистецтва, декоративно-ужиткове є унікальним у вирішенні завдань як художнього так і особистісного розвитку, громадського і духовного становлення підростаючого покоління як у загальноосвітній школі, так і в позашкільних

навчальних закладах.

Завдяки символічній мові мистецтва, ми маємо можливість пізнавати історію, світогляд, моральні цінності наших предків. Наприклад, в своїй роботі О. Красовська зазначає: «Пройшовши крізь століття слова, символи, знаки нарощують на свій стрижень кристали досвіду, фантазії нашого народу, вони стають «сокровеними». Якщо дитина не виховується на основі етнокультури, це ускладнює можливість її пізнішого входження в чарівний світ народного мистецтва. Внаслідок цього людина не встановлює глибинного зв'язку зі своєю культурою, не розуміє її, не вважає рідною» [19].

Вивчаючи народне мистецтво, дослідники С. Антонович, О. Найден, В. Щербаківський зазначали, що твори декоративно-ужиткового мистецтва крім функціонально-ужиткових якостей, пов'язаних з їх безпосереднім використанням у побуті, несуть у собі інформацію національного, соціального змісту.

Виготовляючи різні вироби національних народних промислів та творів ужиткового мистецтва, учні з одного боку, одночасно створюють себе як творчу особистість, а з іншого, як особистість певної нації з відповідними потребами, інтересами та здібностями. Заняття декоративно-ужитковим мистецтвом сприяють вихованню в дітях культури сприйняття матеріального світу, формування естетичного ставлення до дійсності, допомагають краще пізнати інші види мистецтва, вчать цінувати і поважати працю. Використання засобів декоративно-ужиткового мистецтва у виховному і освітньому процесі, дозволяє певною мірою вирішити проблему естетичного виховання та багато інших проблем, пов'язані з вихованням учнів. Саме в процесі занять у педагога є можливість встановити з дитиною емоційний контакт, емоційне спілкування. Цікавий зміст, багатство фантазії, яскраві художні образи привертають увагу дитини, доставляють йому радість і в той же час роблять на нього свій виховний вплив.

Це дає підстави виділити декоративно-ужиткове мистецтво як могутній засіб виховання, цінність якого полягає в тому, що в ньому в

концентрованому вигляді, естетичній формі навечно матеріалізується непомітний для ока і часто незбагнений для розуму національний дух - вищий вияв творчого генія народу. Оволодіваючи мистецтвом, народними ремеслами, молодь засвоює надбання рідного народу. Спілкування з прекрасним змушує людину по-новому оцінювати навколишній світ, глибше проникати в суть естетичних явищ дійсності, вдосконалювати естетичні відчуття, працювати творчо, натхненно, жити багатим духовним життям. Мистецтво формує у людини національну свідомість, допомагає сприймати і переосмислювати явища і процеси дійсності. Звичайно, національна свідомість формується не лише внаслідок цілеспрямованого виховного впливу, а й розвивається у процесі безпосереднього спілкування з явищами природи, довкілля, мистецтвом, у ході художньо-творчої діяльності.

Виховна ефективність занять декоративно-ужитковим мистецтвом у позашкільних навчальних закладах полягає і в тому, що в процесі гурткових занять у молоді формується естетична культура сприйняття світу, пробуджується любов до національних традицій, до рідної природи, розвивається здатність до пізнання інших видів мистецтва, формується етнокультурна компетентність.

Декоративно-ужиткове мистецтво, з-поміж інших видів народного мистецтва, є унікальним у вирішенні завдань як художнього так і особистісного розвитку, громадського і духовного становлення учнів. Це зумовлено не тільки природою сприймання декоративно-ужиткового мистецтва, а й тим, що вже в ранньому віці ця діяльність становить одну з найдоступніших і емоційно-захоплюючих форм творчості. Виховна роль занять народними ремеслами особлива тому, що в процесі художньої діяльності відбувається формування умінь самостійно та творчо підходити до роботи, підвищення рівня творчої активності, естетичне та етнокультурне виховання.

Отже, декоративно-ужиткове мистецтво є невичерпним джерелом для виховання підростаючого покоління. Завдяки символічній, образній мові

декоративно-ужиткового мистецтва, як одного з різновидів народного мистецтва, ми пізнаємо історію, світогляд, моральні вартості наших предків. Таким чином, воно має унікальні можливості впливу на особистість та формування у неї етнокультурної компетентності. У народному мистецтві суспільні ідеї зливаються з естетичними у нероздільну єдність, котра має унікальні можливості впливу на особистість вихованця та формування у нього заданої якості.

### **3.2. Взаємодія педагогів позашкільних навчальних закладів та батьків у формуванні етнокультурної компетентності учнів**

Найважливішим інститутом формування етнокультурної компетентності є родина. Найбільший виховний вплив на дітей має створений батьками уклад, спосіб життя родини, всіх її членів. Саме в сім'ї закладається духовний стрижень особистості, основи її моралі, самобутності національного світовідчуття і світорозуміння. Кожен батько і матір, хочуть того чи ні, є вихователями своїх дітей.

У сім'ї формування етнокультурної компетентності починається із засвоєння дітьми норм і правил культурної поведінки, народної моралі й духовних надбань рідного етносу – мови, народних традицій та звичаїв, усієї спадщини батьків, дідів, прадідів. Тільки в родині дитина має можливість сприймати основні закони сімейного життя, любов і повагу до батьків, дідів, бабусь, інших людей. Великий виховний вплив мають традиції і обряди родинного календаря. Вони зміцнюють сім'ю як джерело найгуманніших людських стосунків, як найміцніший осередок народу, нації. Важливо, щоб батьки розкривали дітям глибокий внутрішній зміст звичаїв, переконували, що їх додержання свідчить про повагу людей до узвичаєних традицій.

Національне виховання є ефективним, коли в сім'ї панує українська культура та мова, рідні звичаї, коли батьки виявляють прихильність до всього національного, що притаманне їх етносу – до пісні, книжки, одягу, облаштування помешкання тощо, лише в цьому разі діти сприймуть народні

традиції і передадуть їх своїм дітям.

Важко говорити про формування етнокультурної компетентності в сім'ях, де присутні непорозуміння з дітьми, які виникають через розбіжності у поглядах, зокрема на дозвілля. Це зумовлено тим, що старше покоління досить критично ставиться до сучасних уподобань молоді. У кожній десятій родині діти палять, вживають алкогольні напої. У кожному десятому випадку спільної мови знайти не можуть через те, що діти негативно сприймають життєвий досвід батьків, не прислухаються до їхніх порад і застережень. Часто замість допомоги у критичні періоди дитина зустрічає нерозуміння з боку батьків, що травмує її психіку та віддаляє від сім'ї.

Варто зауважити, що батьки і педагоги по-своєму беруть участь у процесі виховання, у кожного з них є свої переваги у баченні вихованця і способу взаємодії з ним. Керівник гуртка спостерігає вихованця у спілкуванні з ровесниками у групі, у процесі навчання, тобто в ситуаціях, коли діти у більшості випадків недоступні батькам для спостереження. Педагог має професійні знання і педагогічний досвід. У його руках все набуває виховного змісту: і спілкування з підлітками, і організація спілкування їх між собою, і сам навчально-виховний процес. Але керівник не бачить домашнього життя своїх учнів, тому йому важко створити цілісне уявлення про індивідуальні особливості виховного процесу в цілому.

Перевага родини – наявність емоційного зв'язку з дитиною, і якщо авторитет батьків ґрунтується на такому зв'язку, вони можуть мати значний впливати на свого сина чи доньку. Виховання в родині є частиною соціального виховання, однак сім'я як учасник процесу соціального виховання має свої притаманні лише їй особливості, що пов'язані з характером взаємовідносин її членів.

Сім'я залучає дитину до світу знань через народні казки, пісні, прислів'я, приказки, виховує моральні норми поведінки через залучення дітей до активної участі в народних традиціях, звичаях, обрядах. Так підлітки привчаються не лише глибоко розуміти минуле свого народу, нації,

прилучатись до надбань попередників, а й творити національну культуру, примножувати її. Батьки повинні вважати своїм обов'язком виховувати дітей, допомагати їм оволодівати скарбами рідної культури, прилучати до духовних здобутків інших народів. Ефективність родинного виховання залежить від того, наскільки батьки підготовлені до виконання своїх функцій, тому в системі освіти має посісти гідне місце педагогічний всеобуч. У вихованні дітей батьки і вчителі мають виступати як партнери, постійно доповнювати і підтримувати один одного.

Співпраця педагогів і батьків виявляє сильні й слабкі сторони кожного, сприяти виправленню помилок і коригуванню спільних дій. Відносини співпраці передбачають рівність сторін, взаємну доброзичливість і повагу. Спільною метою позашкільних навчальних закладів і родини є виховання в дітей почуття приналежності до свого роду, усвідомлення його історії як частини історії свого народу, любові до Батьківщини, що є основою формування етнокультурної компетентності підростаючих поколінь.

Батьки і педагоги організують свою спільну діяльність так, як вважають найдоцільнішим, керуючись у конкретних ситуаціях інтересами сім'ї, дітей і суспільства. У сучасних умовах розходження поглядів на виховання між сім'єю і навчальними закладами посилюється. У сім'ї часто відбувається переорієнтація на інші цінності, діти включаються у ринкові відносини, і нові ідеологічні установки часто призводять до конфліктів у стосунках дідів, батьків і дітей. Позашкільні навчальні заклади, як і інші освітні заклади, продовжують захищати ідеали добра і безкорисливості, чесності і милосердя, де мета і зміст завжди будувалися на вічних духовних істинах, якими живе людство.

Деформалізація стосунків між сім'єю і позашкільними навчальними закладами, що часто має місце, спонукає до пошуку нових шляхів, форм і методів взаємодії педагогів з учнями та їхніми батьками. Відбувається перехід від масових форм роботи до групових та індивідуальних, що зумовлено гуманізацією виховного процесу.

У процесі формування етнокультурної компетентності молоді будь-який виховний вплив є багатостороннім. У зв'язку з цим виховна робота має бути особистісно зорієнтованою, базуватися на особистісно-діяльнісному принципі організації, який передбачає активне залучення дитини у виховний процес на засадах співпраці, діалогу, партнерства, високої вимогливості і глибокої поваги до нього.

Найбільш ефективно, на нашу думку, взаємодія між вихованцем і педагогом як одна з умов формування етнокультурної компетентності реалізується у позашкільних навчальних закладах. Перевагою позашкільного закладу перед загальноосвітніми школами і сім'єю є те, що вони забезпечують гармонійний розвиток особистості у специфічно дитячих видах діяльності за інтересами, особливо таких, які дають дитині можливість ширше пізнавати довкілля, світ людських взаємин у емоційно насиченій обстановці, часто у спілкуванні з прекрасним. Оскільки серед дітей є представники різних етносів, національних меншин, у процесі їх спілкування відбувається обмін етнічним досвідом. Через пізнання нового, зіставлення набутих знань зі своєю національною культурою, родинною культурою, дитина вчиться ідентифікувати себе у будь-якому середовищі, поважати іншу національну культуру, толерантно ставитись до представників інших етносів.

Однією з особливостей позашкільного виховного процесу є не просто відтворення засвоєного, а й збагачення набутого досвіду, поповнення його та вдосконалення. У цьому полягає закон творчої поведінки і особливість методики педагогічного процесу. Ще однією властивістю діяльності позашкільних закладів є здатність швидко реагувати на зміни в суспільстві, на потреби й інтереси підлітків, створення умов для апробації найновітніших педагогічних систем виховання, гармонізації позашкільних контактів і взаємин.

В умовах національного і духовного відродження роль позашкільних навчальних закладів освіти як центрів соціалізації особистості, діяльність

яких зорієнтована на створення умов щодо вибору дітьми і молоддю життєвих цінностей, духовного, інтелектуального, фізичного розвитку та професійної орієнтації значно зростає. Позашкільна виховна робота – це спеціально організована педагогічна діяльність, яка має яскраво виражену власну специфіку впливу, що дає їй певні переваги перед іншими засобами виховання, вона зумовлена об'єктивно існуючою різноманітністю індивідуальностей, здібностей, схильностей вихованців.

Роль і значення позашкільної роботи у всебічному розвитку особистості посилюються тим, що вона сприяє вихованню не лише духовності і моральності, задоволенню різнобічних інтересів, а й стимулює розвиток обдарованості й індивідуальності, залучає дитину до загальнолюдської культури. У практиці етнокультурного виховання, доречно відмовитися від принципу їх примусового залучення до тих виховних заходів, які їх не приваблюють. Натомість слід дбати про створення таких умов, за яких кожен учень мав би можливість прилучатися до знань, що максимально відповідають його інтересам, запитам.

Робота позашкільних навчальних закладів сприяє залученню дітей і молоді до різноманітної трудової і духовної діяльності. Позашкільні заклади є одним із гарантів соціального захисту, зайнятості дітей і підлітків; вони забезпечують зайнятість за інтересами; ефективно здійснюють вплив на неперервне й усвідомлене духовне самовдосконалення і самовизначення молоді. Свобода і можливість вибору улюблених занять у позашкільних закладах позитивно позначаються на характері самоорганізації життя дитини, сприяють її базовій професійній підготовці і формування етнокультурної компетентності.

У результаті дослідження проблеми етнокультурного виховання, ми прийшли до висновку, що особливості процесу виховання в позашкільних навчальних закладах полягають: у необхідності вивчення культурно-історичних особливостей регіону; різновіковому складі дитячих колективів; поєднанні масових, індивідуальних і групових форм занять; різноманітності



напрямків виховної та освітньої діяльності; технологій освітньої діяльності; задоволення освітніх та виховних потреб; реалізації нових освітніх програм; творчій співпраці і взаємодії дітей, батьків і педагогів.

Ці особливості позашкільних навчальних закладів дозволяють збільшити число виховних факторів, дають можливість учням проявити себе і задовольнити освітні потреби в різних видах творчої діяльності, сприяти етнокультурному вихованню.

Безперечна перевага позашкільних навчальних закладах полягає ще і в тому, що вони можуть відвести на вивчення культурно-історичних особливостей регіону та національної культури достатню кількість навчальних годин на відміну від загальноосвітніх шкіл, так як самі обирають напрямок діяльності та навчально-виховні програми, а також можуть взяти на себе ту частину змісту, в якому відображено національну і регіональну своєрідність культури краю.

Нині одним з недоліків позашкільної освіти є недостатнє забезпечення педагогів позашкільних закладів навчальними посібниками, програмами тощо етнокультурного спрямування. Особливо критичним є положення гуртків декоративно-ужиткового мистецтва. На сьогодні кількість типових програм обмежена: програма гуртка бісероплетіння, народної творчості, художньої вишивки, килимарства, моделювання і конструювання одягу, аплікації соломкою, української народної іграшки, гончарства, писанкарства, образотворчого мистецтва, різьблення по дереву. Є необхідність поширення спектру програм для даного напрямку.

Проведені нами дослідження показали, що дітям молодшого шкільного віку цікавіше займатися не одноманітною, а різноманітною роботою, з різними матеріалами. Саме це приваблює і педагогів у позашкільному навчальному закладі. Багато хто з педагогів молодшої школи не володіють видами мистецтва, а заняття потрібно проводити. Тому проводять вони або неграмотно і не цікаво, або замінюються іншими уроками.

В результаті цього було розроблено навчальну програму “Мистецтво

нашого народу”, яка дає можливість вивчення найбільш доступних для дітей цього віку видів декоративно-ужиткового мистецтва (петриківський розпис, лозоплетіння (як альтернатива – плетіння з паперу), фелтінг, бісероблетіння, витинанка, гончарство, солоне тісто, аплікація, паперопластика тощо), і носить характер ознайомлення та дві однопрофільні програми «Петриківський розпис» та «Валяння вовни».

### **3.3. Методи формування етнокультурної компетентності**

При відборі методів, рекомендованих нами для формування етнокультурної компетентності вихованців в позашкільних навчальних закладах, бралось до уваги, що кожний метод виконує певну організаційну, пізнавальну, розвиваючу і виховну функцію. Виходячи з цього, на основі результатів дослідження М.Фіцули, для формування етнокультурної компетентності використовують такі три групи:

- метод розвитку свідомості особистості;
- метод формування суспільної поведінки;
- метод стимулювання діяльності та поведінки.

Складовими методу розвитку свідомості особистості, що формує в учнів погляди і переконання, є словесні методи (роз'яснення, бесіда, лекція, диспут).

За допомогою роз'яснення педагоги впливатимуть на свідомість учнів, прищеплюватимуть їм моральні норми і правила поведінки. Наступним методом у формуванні етнокультурної компетентності є бесіда. Щоб бесіда дала позитивний результат, педагог має обґрунтовувати тему в доступній формі для засвоєння матеріалу, формулювати запитання таким чином, щоб вони спонукали до розмови.; щоб учнів залучалися до оцінювання подій, вчинків, явищ суспільного життя і, таким чином формували у них на цій основі ставлення до навколишньої дійсності, до своїх громадських і моральних обов'язків, відчуття себе як однієї з складових української нації. Зміст бесіди має спиратися на знання української культури.

У гуртковій роботі культура має розглядатися в єдності духовного і матеріального, розкривати образ українця через символічне наповнення та естетизацію побуту, одуховлення виробничо-творчої діяльності, спорідненість праці і душі, розуміння природи як матерії і духу – глибинного підґрунтя національного світу.

Лекція має бути допоміжним методом занять. Вона відзначається системністю і послідовністю у викладі програмного матеріалу, обов'язковим формулюванням висновків після закінчення теми. Вона має бути насичена елементами розмови, проблемними ситуаціями, логічними завданнями, пошуково-дослідницька робота з архівними матеріалами давали змогу учням включатися у хід роздумів керівника гуртка, навчитися вести діалог, добирати, порівнювати факти, співвідносити їх з теорією.

Розуміння національної культури як цілісності надає можливість через конкретні вияви – побут сім'ї, родини, мови, мистецтва, звичаєвості та обрядовості пізнати Україну й українців у неповторних ознаках життя, духовності та творчості, що вирізняють їх у вселюдстві. Тому має звертатися особлива увага на такі теми: «Національна символіка та атрибути», «Матеріальні та духовні цінності», «Культура міжнаціональних взаємин», «Риси українського етносу», «Власна оцінка проявам добра і зла», «Людська гідність», «Ментальність українця».

Наступний метод не менш ефективний ніж попередні у формуванні етнокультурної компетентності є диспут. Він передбачає вільний, жвавий обмін думками, колективне обговорення питань, що хвилюють учнів. Під час диспуту учні мають відстоювати власну позицію, переконуватися в правильності чи помилковості своїх поглядів, розкриватися їх ерудиція, культура, темперамент, розвиватиметься логічне мислення, вміння аналізувати, узагальнювати, робити висновки.

Друга група методів виховання передбачає формування суспільної поведінки. Основним складовим даного методу ми виділяємо створення виховуючих ситуацій, як важливий чинник формування суспільної

поведінки. Кожна з таких ситуацій передбачає визначення педагогом умов, необхідних для здійснення запланованого, продумування ним своїх дій поведінки в новій ситуації, виникнення в учнів нових почуттів, зумовлених новою педагогічною ситуацією, які стають підґрунтям нових думок, мотивів поведінки і подолання недоліків.

Третя група методів виконує функції регулювання, коригування і стимулювання творчої діяльності вихованців. У межах позашкільного навчального закладу до даного методу, ми пропонуємо відносити метод змагання та заохочення.

Змагання ґрунтується на природній схильності дітей до здорового суперництва і самоствердження в колективі. Ми пропонуємо такі форми змагання: конкурси, олімпіади. Фестивалі й огляди художньої самодіяльності, виставки образотворчого мистецтва і технічної творчості, вікторини і т.д. під час цих змагань виявляти і розвивати інтереси й творчі здібності учнів, розширювати їхні знання і кругозір, активізували пізнавальну та інші види суспільно-корисної діяльності.

Педагогічно доцільно організоване змагання під час заняття має відповідати таким вимогам: знання учнями його умов і регулярне підведення підсумків, залучення учнів до аналізу змагання і підведення підсумків; наочне оформлення процесу змагання і його результатів; моральне стимулювання.

Заохочення – схвалення позитивних дій і вчинків з метою спонукання вихованців до повторення. Його мета – спрямування поведінки учня в потрібне русло, зміцнення в ньому впевненості у власних силах і, отже, посилення прагнення до позитивних вчинків, певних успіхів.

Але, для того, щоб метод заохочення мав виховну силу, важливо своєчасно помітити позитивні зрушення в особистості учня, в його ставленні до навчання, праці. Відзначення хоча б невеличких зрушень на краще, маленької перемоги учня над собою, пробуджувало в ньому енергію, стимулювало його на повторення схвалених вчинків. Непомічання цього

негативно позначалося на процесі виховання дитини.

У результаті поєднання перерахованих вище методів формуванні етнокультурної компетентності учнів позашкільних навчальних закладів забезпечуватиме досягнення поставлених завдань за таких умов: відповідність методів розробленому змістові навчально-виховного процесу виховання; відповідній підготовці педагогів та їх вміння використовувати найефективніші методи в кожному випадку; єдності виховних впливів родини, загальноосвітніх шкіл, позашкільних дитячих організацій та громадських закладів національного спрямування; урахуванню вікових та індивідуальних особливостей вихованців.

#### **3.4. Майстер-клас як одна з форм заняття в гуртках художньо-естетичного напрямку у позашкільних навчальних закладах**

Формування етнокультурної компетентності в умовах позашкільних навчальних закладів вимагає використання сукупності традиційних та інноваційних форм позашкільної роботи. Однією із інноваційних форм гурткової роботи у позашкільних закладах є майстер-класи. Ідею майстер-класу запозичено з педагогічної практики музикантів і художників, яка полягає в тому, що призначений майстер демонструє свої унікальні прийоми роботи (наприклад, роботи над виконанням твору, виготовлення різних виробів) широкому колу учнів-глядачів.

Методика проведення майстер-класу здебільшого ґрунтується на інтуїції спеціаліста і на сприйнятливості слухача. Принцип організації майстер-класу: «Я знаю, як це робити. Я навчу вас». На майстер-класі завжди надається можливість набути практичного досвіду під контролем викладача, що уважно вислухає й відповість на всі питання, що цікавлять. Майстер-клас - це двосторонній процес, і відносини «викладач - слухач» є абсолютно необхідними. Безперервний контакт, практично індивідуальний підхід до кожного слухача - це те, що відрізняє майстер-класи від всіх інших форм і методів проведення заняття. До участі в майстер-класах

запрошуються кращі фахівці в певній галузі. В умовах позашкільного навчального закладу це можуть бути: керівники гуртків, батьки учнів або учні-випускники цього закладу. Успішне засвоєння навчального матеріалу у процесі проведення майстер-класу відбувається на основі практичної діяльності всіх учасників.

Майстер-клас дозволяє учням побачити повний процес роботи над певним виробом. Унікальність цієї форми проведення гурткового заняття полягає в тому, що прийоми і способи розв'язання завдань демонструються як на окремих, розрізнених прикладах, так і в нерозривному зв'язку з їх конкретикою. Зауважимо, що майстер-клас – це жива дискусія й обмін досвідом між усіма учасниками заняття, це інтерактивний семінар, що проходить в режимі обговорення.

Особливістю проведення заняття гуртка у формі майстер-класу є не тільки передача учням певної інформації, а й засвоєння ними прийомів, методів роботи, які ґрунтуються на новому підході до філософії навчання, що порушує сталі стереотипи; методи самостійної роботи в малих групах, що дозволяє провести обмін думками; створенні умов для залучення всіх учасників до активної діяльності; пропонуванні учасникам, а не нав'язуванні форм, методів, технології виконання виробу.

Теми занять у формі майстер-класів вибираються виходячи з актуальних проблем і завдань, цікавих широкому колу глядачів та учасників майстер-класу або програми гуртка позашкільного навчального закладу. Наприклад, однією з тем заняття гуртка декоративно-ужиткового мистецтва у формі майстер-класу може бути «Писанкарство», що є розділом програми гуртка з петриківського розпису.

Тематика майстер-класів містить у собі: огляд актуальних проблем і технологій; різні аспекти й прийоми використання технологій; авторські методи застосування технологій на практиці; тонкощі, нюанси, можливості при використанні технології в конкретних завданнях. Зазвичай майстер-клас проводиться за такою схемою: майстер читає невеличку вступну лекцію,

після чого демонструє головні етапи роботи, надає можливість виконати роботу самостійно учасникам майстер-класу (при виникненні труднощів, за необхідності, допомагає їм, ведеться обговорення помилок).

Місце проведення майстер-класу має бути оформлено не тільки виробами цього майстра, але й іншими відповідно теми, наприклад, дитячими.

Зауважимо, що майстер-клас може проводити не обов'язково одна людина (майстер). Це може бути і колектив учнів, що мають навички з малювання, ліплення тощо, відповідно теми заняття. В цьому випадку, доречно майстер-клас побудувати таким чином: керівник гуртка бере на себе роль ведучого, що буде читати вступну лекцію, а учні-помічники сидітимуть за столами і виготовляти побригадно писанки, крапанки, дряпанки, восковки-бісерки. У процесі всієї лекції учні-помічники вимальовують задану роботу безперервно. Глядачі можуть все це спостерігати. Керівник гуртка в процесі лекції звертає увагу на роботу бригад і надає можливість учням помічникам продемонструвати свою роботу більш детально.

Наведемо приклад майстер-класу з вироблення писанок:

### **3.5. Методична розробка заняття «Майстер-клас з виготовлення писанок»**

**Мета заходу:** ознайомити дітей з традиціями нашого народу, правилами святкування Великодня, технікою виготовлення писанок, символікою малюнків, іграми.

#### **Вступна лекція**

**Ведучий.** Послухаймо легенду: «...Навесні, коли перші сонячні промені, пробиваючи зимові хмари, торкаються землі, коли на очах починають зникати величезні снігові кучугури, а крижані ланцюги, що немовби скували все живе, перетворюються у дзвінкі струмочки, звертались люди до неба і, простягаючи руки, закликали-зустрічали весну. З вирію прилітали птахи — вісники весни-радісті, вісники сонця. В собі вони несли

яйця — емблему Сонця, життя, воскресіння, народження. Всі птахи починають нести яйця і виводити—висиджувати пташат тільки з весною, з сонцем. Та й сам жовток своїм кольором і формою нагадує Сонце. За давніми легендами весь світ виник з велетенського космічного яйця, яке плавало у морській безодні. За уявленнями наших предків зі шкаралупи утворилось небо, з плівки — хмари, з білка — вода, а з жовтка — земля» [7].

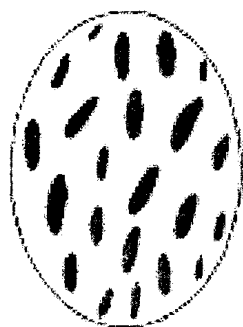
Людина здавна наносила на шкаралупу чарівні магичні знаки ще тоді, коли і писати не вміла, і були ті знаки малюнками-молитвами. Так створювались писанки, адже «записані» були там і подяка, і прохання... Писанка приносить добро, щастя, достаток, здоров'я та захищає людину від усього злого.

**Символіка малюнку.** Традиційно писанку можна було писати тільки тоді, коли людина очистилася фізично й духовно: тобто пройшла через піст, сповідь і очистила оселю від бруду. Бо оселя, за легендами, — також жива істота. Адже вона будується з піску, глини, дерева та інших матеріалів, які є часточкою живої та неживої природи. На Благовіщення відкриваються земні скрині. Спочатку звідти виходять рослини, потім — комахи, і так аж до Чистого Четверга для всього є свій час. А останніми в Чистий Четвер виходять гади. І вони можуть вселитися як у живу істоту, так і в часточку неживої природи: глину, камінь та інше. Не вселяються ці гади тільки в те, що має чисту силу. А тому вербовою гілочкою і святою водою та свічкою Чистого Четверга відганяється від оселі злий дух. Цілу ніч із Чистого Четверга на Страсну П'ятницю мусить горіти свічечка. Вона водночас є і оберегом, і надихаючою силою для людини. І в такій очищеній оселі очищена людина починає магію писанкарства.

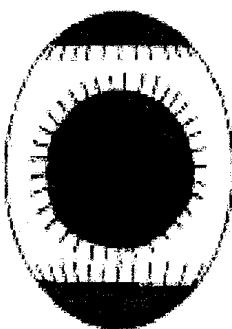
А що ж малювали на писанках? Це і крапочки-зернятка (Східне Поділля - мал.1), Сонце (Західне Поділля - мал.2), воду (Львівщина - мал.3), грабельки (Полтавщина - мал.4), хрестики (Херсонщина - мал.5), дубові листочки (Східне Поділля - мал.6), рибки (Східне Поділля - мал.7), коників (Гуцульщина - мал.8), драбинки (Київщина - мал.9) [7].



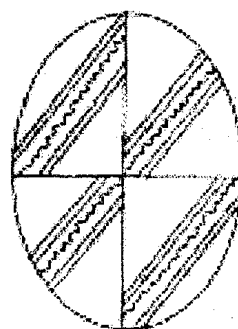
Узори на писанках мали кожен свою силу. Мали силу й ритуали використання цих писанок. Від тієї миті, як на яйце наносили орнамент, воно переставало бути простим яйцем... Бо ці орнаменти були не простими малюнками, а таємничими знаками, пов'язаними з магічними обрядами (майстер демонструє приклади орнаменті-оберегів та наголошує на їх призначенні) [35].



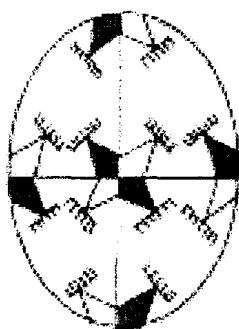
мал. 1



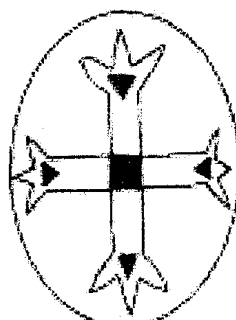
мал. 2



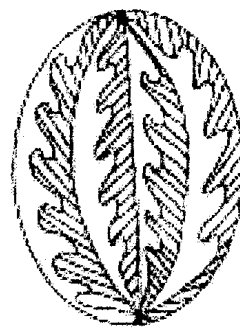
мал. 3



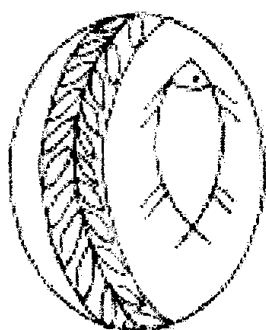
мал.4



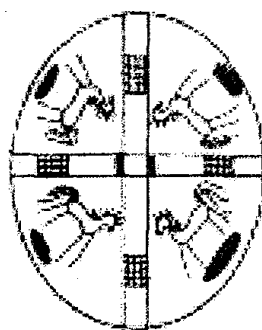
мал.5



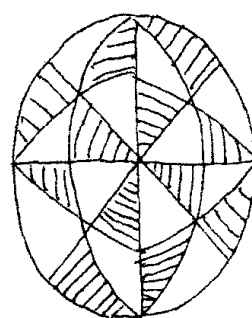
мал. 6



мал. 7

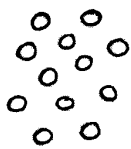


мал.8



мал.9

Символи, що сприяють багатому врожаю:



символ зерна



блискавка



символ землі



грабельки

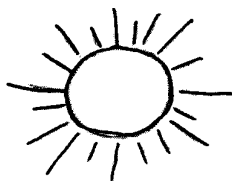


символ води

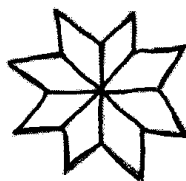


безкінечник

Символи здоров'я і довголіття:



сонечко



ружа



риба

Символи кохання:



зозуля



смерека

### Техніка виготовлення писанок

У Великодню суботу роблять крашанки або, як кажуть на Київщині, «галуняють яйця», а в Карпатах — «сливчать сливки». За народнім віруванням, крашанки готуються в суботу тому, що яйця, пофарбовані в п'ятницю, швидко псуються, а, будши зробленими в суботу, вони зберігаються протягом усіх свят [10].

А чи знаєте Ви, що існують гра з крашанками, яка називається «півник»?

Суть гри «півник» така: з не кого жолобка або з похилої поверхні

скочується яєчко і той, хто його скочує, неодмінно повинен влучити ним

яєчко, яке лежить унизу. Хто більше «наклює» яєчок *так кажуть про влучення у крашанку внизу*), той «півником», тобто ватажком хлопців. І до кінця гри цей хлопець має найбільшу кількість крашанок, стає переможцем

влучивши у крашанку внизу, гравець забирає її собі (*разом із своєю*); а не влучивши, і ту не бере, і свою залишає на для інших гравців (майстер демонструє гру, залучаючи до неї учнів).

Наступна гра у Великдень - «гойдалки»: двоє парубків сплітають руки «стільцем» (*попарно беруть руки один одного за зап'ястя*) і на цьому „стільці” гойдають третього парубка, який не повинен триматися за плечі «гойдалки», а може триматися лише за свої ноги. Якщо за три рази він не злітає з «гойдалки», він переможець [35].

Здебільшого фарбують у червоний, жовтий, синій, зелений і золотистий кольори. Для червоного беруть у крамниці червону фарбу і фуксин (дьюхтева анілінова фарба; металеві-зелені кристали, що розпускаються у воді темночервоним кольором); для жовтого вживають суху торішню траву «свербель» (зелиста рослина, росте дико, але в Україні трапляється рідко) або яблуневу кору; для синього — варять проліски, а для золотистого купують спеціальні порошки. Вживають ще сушені ягоди бузини чорної, лушпиння цибулі, кору з чорноклена. Яєць красять 13 (маються тут на увазі 12 апостолів і Спаситель). Найбільше готують червоних крашанок. Не годиться робити чорних, бо вони нагадують про кров «лукавого» [10].

Спосіб виготовлення писанок, хоч і простий, проте вимагає не абиякого хисту, бо малювати на опуклій поверхні яйця значно тяжче, ніж на рівній поверхні полотна чи паперу.

Віск на писанку наноситься писочком. Писочок можна й самому змайструвати із залізного наконечника, який нагадує наконечник на шнурівці взуття. Чим менша буде дірочка, з якої витікає розігрітий віск, тим тоншою буде лінія на писанці. Після цього треба взяти дерев'яний патичок, вставити туди наконечник і закріпити його ниткою... Далі в невеличку череп'яну

чарочку кладуть шматочок бджолиного воску. Віск має бути гарячим, але не кипіти. Коли все приготували, можна починати писанку [35].

На яйці вимальовують розтопленим воском ті місця, що їх треба лишити незафарбованими: обвідки, крапки та оперізування. Спочатку фарбують яйце в ясній фарбі, наприклад, у жовтій. Після цього яйце виймають з фарби і кладуть, щоб висохло. Коли воно висохне, на ньому кісточкою наводять віск на ті місця, що мають лишитися жовтими. Потім фарбують у другій, цього разу темнішій фарбі. І так роблять доти, доки писанка не набере такого вигляду, якого хоче їй надати пи-санчарка. Коли вже малюнок закінчений, писанки складають у череп'яну миску і кладуть у піч, де повинна бути температура 35-40° Цельсія. Коли віск розтопиться і спливе з яйця, писанка готова.

Якщо на поверхню яйця нанести крапочки воску («покапати»), то після занурення його у фарбу отримаємо «крапанку» — писанку з крапками одного чи кількох кольорів. (Керівник гуртка звертає увагу на бригаду учнів-помічників, що роблять крапанки. Дитина демонструючи техніку, розповідає етапи виготовлення виробу)

Мальованками називають яйця, розмальовані фарбою і пензликом. На мальованках малюють квіти, людські постаті, відображують свята та інші події. (Керівник гуртка звертає увагу на бригаду учнів-помічників, що роблять мальованки. Дитина демонструючи техніку, розповідає етапи виготовлення виробу)

Цікавими є писанки-дряпанки. Малюнок на них видряпується яким-небудь гострим предметом на попередньо пофарбованій поверхні яйця. Найчастіше виконуються рослинні орнаменти, але зустрічаються і зображення тварин — коників, баранчиків, птахів. (Керівник гуртка звертає увагу на бригаду учнів-помічників, що роблять писанки-дряпанки. Дитина демонструючи техніку, розповідає етапи виготовлення виробу)

Дуже яскравими і гарними були восковки-бісерки. Яйце покривали тонким шаром воску, і в цей віск втирали бісер, викладаючи різноманітні

візерунки. Замість бісеру використовували шматочки кольорового скла, фольги. Такі восковки виготовляли переважно в монастирях і продавали прочанам на згадку про монастир. (Керівник гуртка звертає увагу на бригаду учнів-помічників, що роблять восковики-бісерки. Дитина демонструючи техніку, розповідає етапи виготовлення виробу)

Вступна лекція завершується бесідою з учнями: які орнаменти можна малювати на писанках? Які кольори можна використовувати? Хто який малюнок обрав для виготовлення писанки?

Після цього учні можуть підсаджуватися до столів майстрів і отримують досконалу інформацію з правил графічного нанесення малюнку олівцем, правил занурення у фарби, нанесення і зняття воску. На згадку про майстер-клас учні залишають собі в подарунок виріб.

Організоване за такою формою заняття сприяє співробітництву в колективі, саморозвитку, самовдосконаленню особистості, зацікавленості видом діяльності.

## Розділ 4.

# МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ ОЗДОРОВЧОГО ТА ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО НАПРЯМІВ

### 4.1. Методика формування здоров'язберігаючої компетентності у вихованців гуртків оздоровчого та фізкультурно-спортивного напрямів

Аналіз наявності навчальних програм з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів дозволяє стверджувати, що на сьогодні існує недостатнє забезпечення такими навчальними програмами. Існує потенціал для відкриття нових гуртків фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів в комплексних ПНЗ з метою формування і розвитку індивідуальних потреб дітей в їх інтелектуальному, моральному, фізичному вдосконаленні; організації вільного часу; адаптації до запитів суспільства; забезпечення гуманістичної спрямованості і комплексного характеру виховного впливу; можливостей професійної орієнтації.

Особливої уваги заслуговують школярі молодшого шкільного віку. Адже у різних літературних джерелах (Т. Ю. Круцевич, 2000–2014; В. Г. Ареф'єв, 2008–2014 та ін.) зазначається, що у молодшому шкільному віці засобами фізичної культури створюється фундамент гармонійного фізичного розвитку, зміцнення здоров'я, фізкультурної освіти і виховання. Різноманітна практика використання фізичної культури у шкільному віці повинна служити цілям забезпечення здорового способу життя та культурного відпочинку, що необхідно пов'язувати із всебічним розвитком особистості, формуванням їхнього світогляду та життєвої позиції, моральних рис, інтелектуальної і естетичної культури, вольової зосередженості.

Молодший шкільний вік сенситивний до навчальної діяльності. Продовжується інтенсивний розвиток форм і функцій організму. Для молодших школярів природна потреба у високій руховій активності, тому важливо забезпечити дітям достатній обсяг рухової активності, що відповідає їхньому віку та індивідуальному стану здоров'я.

Фізичне виховання повинне забезпечити розвиток фізичного і морального здоров'я, комплексний підхід до формування розумових і фізичних якостей особистості, пріоритету засобів оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних форм рухової активності. Фундаментальний зміст фізичного виховання містить завдання щодо зміцнення здоров'я, розвитку рухових умінь в практичній діяльності, повідомлення знань для вдосконалення свого організму, формування мотиваційних установок на фізичне і духовне самовдосконалення особистості, формування цінностей здоров'я, моральне виховання.

Тому при підборі методів і форм, запропонованих навчальними програмами для гуртків фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів, нами зверталася увага на динамічність і варіативність навчально-виховного процесу. Так, крім традиційних, обрані ігрові, інтерактивні методи навчання і виховання, які сприятимуть створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять оздоровчою гімнастикою, оздоровчим волейболом тощо. Ігрові методи визначалися наступними компонентами: проведення ситуаційно-рольових та сюжетно-рольових ігор, ігор-бесід, ігор-мандрівок, екскурсій, ігрових вправ, колективних творчих панно, бесід, конкурсів, рухливих ігор, вікторин, виставок малюнків, спортивних змагань, козацьких забав, веселих стартів, естафет тощо.

Аналіз змісту запропонованих навчальних програм фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів **«Оздоровча гімнастика»**, **«Оздоровчий волейбол»**, **«Школа радості і здоров'я»** свідчить про їх спрямованість на формування досвідченості дітей у виконанні оптимального режиму дня, дотримання правил харчування, збалансування емоційного стану. Означені фактори стають підґрунтям виховання щасливої і здорової дитини, яка може в повній мірі використовувати свої можливості, розвиватися як творча особистість. Особливого акценту набуває освоєння дітьми та молоддю цінностей фізичної культури. Виняткового значення потребує забезпечення необхідного рівня рухової активності для школярів

молодшого шкільного віку, цілеспрямованого фізичного навантаження, що закладає фундамент для майбутнього активного та здорового життя людини. Виконання найпростіших видів рухової активності, таких як рухливі ігри, комплекси вправ для ранкової гімнастики, загальна фізична підготовка тощо сприятимуть профілактиці багатьох захворювань.

Охарактеризуємо зміст і основні положення навчальної програми «Оздоровча гімнастика». Метою програми є формування морально-духовної життєво компетентної особистості засобами фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Завдання програми:

- навчити принципам здорового способу життя та шляхам їх реалізації у повсякденному житті;
- формувати самомотивацію на здоровий спосіб життя через усвідомлення цінності власного здоров'я та здоров'я оточуючих на особистому прикладі дітей, педагогів та батьків;
- навчити усвідомленню цінності здоров'я не лише в загальнолюдському сенсі, а й як базової властивості людини в системі ринкових відносин, яка може і має впливати на долю країни;
- покращити фізичний стан дітей за допомогою вправ для профілактики порушень постави та оздоровчих дихальних вправ, формувати практичні навички щодо самостійних занять фізичними вправами;
- зняти у дітей наслідки гіподинамії за допомогою рухливих ігор, розвивати фізичні якості і творчі здібності гуртківців;
- сприяти організації активного, творчого відпочинку і спілкування засобами оздоровчої діяльності;
- виховати у гуртківців впевненість у своїх силах, доброзичливість, самостійність, вольові якості, відповідальність, вміння працювати у команді, вміння запобігати конфліктам, позитивне ставлення до навколишнього світу.

В основу програми покладено положення компетентісного та діяльнісного підходів, що передбачає розвиток здоров'язбережувальної



компетентності як базової для програм оздоровчого напрямку позашкільної освіти.

Заняття з дітьми проводяться в спеціально обладнаному приміщенні, в разі сприятливої погоди переносяться на спортивний майданчик (проведення змагань, спортивних свят, рухливих і народних ігор). У гурток приймаються діти, які не мають медичних протипоказань.

Формами контролю за результативністю навчання є моніторингові обстеження гуртківців, опитування, виконання контрольних вправ, участь у змаганнях.

Теоретичний матеріал програми тісно пов'язаний із практичним. Кожне заняття обов'язково включає в себе: комплекс вправ для профілактики порушень постави; оздоровчі дихальні вправи; загальну фізичну підготовку; знайомство з принципами здорового способу життя; рухливі та народні ігри.

Заняття в гуртках мають викликати позитивні емоції, враховуючи психологічні особливості молодших школярів. Тому важливо творчо використовувати ігрові методи, музичний супровід занять, сучасні комп'ютерні технології.

В змісті програми **«Оздоровча гімнастика»** передбачається вивчення тем, спрямованих на формування фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я: моніторингове обстеження гуртківців, культура фізичної тілесності школяра, загальна фізична підготовка, профілактика порушень постави, оздоровчі дихальні вправи, організація активного відпочину, духовність і здоров'я, мистецтво спілкування, рухливі та народні ігри, спортивні свята і змагання.

Вивчення теми «Культура фізичної тілесності школяра» включає складання індивідуального режиму дня молодшого школяра «Мій день»; ведення моніторингу рухової активності протягом тижня; складання пам'ятки для мами і тата «Мої улюблені страви», «Я не люблю», «Мені корисно вживати»; проведення ситуаційно-рольової гри «Обери продукти харчування в магазині»; створення презентації «Кожен день слід їсти»;

проведення конкурсу на кращий рецепт сніданку школяра; організацію виставки малюнків «Мій ланч-бокс»; наповнення подушечки для сну лікувальними травами «Цілющі трави від безсоння»; проведення дослідів з водопровідною та джерельною водою з метою вивчення властивостей води; ігрової вправи «Зовнішній вигляд гуртківця»; гри-мандрівки «Загартування сонцем, повітрям, водою».

В межах вивчення теми «Загальна фізична підготовка» відбувається засвоєння комплексу вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість з використанням гімнастичних палиць, обручів, м'ячів, скакалок, на шведській стінці, на гімнастичній лаві; комплексу вправ для зміцнення м'язів хребта на профілакторі Євмінова; засвоєння комплексу вправ на тренажерах (за наявності).

Тема «Профілактика порушень постави» передбачає проведення теоретичних занять щодо організації ортопедичного режиму гуртківців (положення тіла під час ходи, сидіння, сну, перенесення важких предметів та виконання фізичних вправ) та знайомства з методами профілактики порушень постави. формування стереотипу правильної постави.

Практичні заняття проводяться у формі дискусії: «Правильна постава, краса та здоров'я»; ігрової вправи «Як зробити легшим мій рюкзак?»; вправи на відчуття правильної постави (біля гімнастичної стінки, вертикальної осі, біля дзеркала); багаторазового повторення правильного положення тіла в різних вихідних положеннях та під час пересування, вправ, що сприяють розвантаженню хребта, зміцнюють м'язи спини, поліпшують живлення міжхребцевих дисків та відновлюють структури хребта; вправ для профілактики плоскостопості (ходьба по дрібних предметах, біг на носках, ходьба перекатами з п'яти на носок, «гусениця», «ведмідь клишоногий», перекладання та захоплення дрібних предметів пальцями ніг, стрибки).

Розділ «Оздоровчі дихальні вправи» передбачає вивчення методик різноманітних типів дихання та їх узгодження з рухами під час виконання гімнастичних вправ у різних вихідних положеннях, а також дихальні вправи

для стимуляції роботи органів і систем організму людини.

Зміст теми «Організація активного відпочинку» включає вивчення видів активного відпочинку, адрес активного відпочинку в своєму місті або селі (велосипедні доріжки, спортивні парки, стадіони, басейни тощо). На практичних заняттях організуються прогулянки в різні пори року (ігри, фізкультурні комплекси, спортивні розваги, спостереження, трудова діяльність тощо) для забезпечення максимальної тривалості щоденного перебування дітей на свіжому повітрі; вивчаються спортивні ігри та вправи на спортивних майданчиках біля дому; організуються пішохідні прогулянки в поле, ліс, парк, сквер; готуються до спортивно-туристичних походів зі спортивним спорядженням; проводяться ігри-естафети на природі, екскурсії до місця активного відпочинку (за вибором).

Теоретична частина теми «Духовність і здоров'я» складається з вивчення якостей, що характеризують цілісно розвинену особистість (моральність, естетична культура, фізична досконалість, свобода, гідність, творчість, здатність до самопізнання, самореалізації, саморозвитку); формування ідеалу здоров'я як умови існування і відтворення національного духу; створення уявлення про спорт як творчість; розгляд особистостей спортсменів в духовному вимірі.

Практична частина теми передбачає моделювання поведінки «Зовнішні фактори, що впливають на здоров'я», «Внутрішні фактори, що впливають на здоров'я»; проведення анкетування «Мій погляд на себе й оточуючих», «Яким би я хотів бути»; бесіди «Що я ціню у житті»; створення колективного творчого панно «Майбутнє України – моє здорове покоління»; проведення вікторини «Українські спортсмени – зірки світового спорту» та сюжетно-рольової гри «Життя людини – найвища цінність», «Я хочу бути схожим на ...».

В змісті теми «Мистецтво спілкування» визначаються риси характеру, що гарантують здоров'я; проводиться гра «Назви приємні та лагідні слова хлопцям та дівчатам», рольова гра «Знайди необхідні слова для тих, хто

захворів чи поранився», вправа «Як розрядити негативні емоції в іграх і рухах», дискусія «Як твої вчинок і слова впливають на поведінку, настрій і здоров'я інших», сюжетно-рольова гра «Культурне поводження в колективі», гра «Характеристики позитивного і негативного мислення», вправи «Веселий сміх – здоров'я» та «Дисципліна і культура».

Програмою передбачено обов'язкове проведення рухливих та народних ігор, що розвивають пластику, гнучкість, легкість тіла, дарують відчуття свободи і радості, сприяють ігровій ініціативі, стимулюють моторне й емоційне самовираження.

Педагоги мають організовувати та проводити дитячі свята, естафети, конкурси та вікторини оздоровчої та екологічної спрямованості у спортивному залі і на вулиці. За тематикою масові заходи можуть бути присвячені Дню фізичної культури і спорту, Дню здоров'я, Дню Землі, мати назву «Веселі старти», «Козацькі розваги» (за вибором), змагання на краще виконання вправ з м'ячами, скакалками, обручами, на віджимання, підтягування, прес; родинне спортивне свято «Наше здоров'я – в наших руках!» та інші. Такі масові заходи є підсумковими по завершенню певної теми.

На кінець навчального року вихованці мають знати і розуміти:

- складові здоров'я та принципи здорового способу життя;
- складові режиму дня молодшого школяра;
- завдання спеціальних комплексів вправ на профілактику порушень постави, оздоровчих дихальних вправ;
- правила культурної поведінки;
- види активного відпочинку;
- правила проведення рухливих ігор та спортивних змагань.

Також вихованці мають вміти і застосовувати:

- навички з техніки безпеки на заняттях;
- виконувати комплекс вправ на профілактику порушень постави, оздоровчих дихальних вправ;

- виконувати комплекси вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість;

- проявляти риси характеру, що гарантують здоров'я (позитивне мислення);

- планувати свої дії;

- складати режим дня школяра, в якому вагоме місце займає рухова активність;

- контролювати власний раціон харчування;

- вирішувати конфлікти на основі діалогу;

- навички самостійних занять фізичними вправами;

- вимоги особистої гігієни протягом дня та під час занять фізичними вправами;

- організовувати і проводити рухливі ігри та спортивні змагання.

У вихованців має сформуватися здоров'язбережувальна компетентність, яка полягає у:

- ціннісному ставленні до власного здоров'я і здоров'я оточуючих;

- самомотивації на здоровий спосіб життя;

- вмінні чергувати розумову та фізичну активності;

- вихованні у гуртківців самостійності і відповідальності,вольових якостей, позитивного ставлення до себе та інших, вміння співпереживати;

- здатності працювати в групі, команді;

- умінні слухати, чітко висловлювати свої думки;

- здатності надавати допомогу товаришам по групі, команді;

- здатності оцінювати свої дії та дії товаришів, висловлювати ці оцінки.

За вибором гуртківців можливі заняття за навчальною програмою **«Оздоровчий волейбол»**, що сприяє створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять волейболом.

Основним критерієм оцінки результатів навчання і виховання є не лише спортивний результат, а й забезпечення належного рівня рухової

активності, функціонального стану учнів, а також формування системи цінностей, які складаються у гуртківців завдяки заняттям грою у волейбол, усвідомлена потреба в регулярних фізичних вправах.

Основними засобами спортивного тренування є вправи, спрямовані на формування належного рівня загальної фізичної підготовленості, та вправи з техніки та тактики гри. Теоретичний матеріал програми тісно пов'язаний із практичним. Заняття мають викликати позитивні емоції, враховуючи психологічні особливості молодших школярів. Тому важливо творчо використовувати ігрові методи, музичний супровід занять, сучасні комп'ютерні технології.

Для проведення занять необхідний спортивний інвентар, волейбольні м'ячі, атрибути для проведення рухливих ігор, змагань та свят, музичний центр. Спортивний зал повинен бути забезпечений аптечкою з набором медикаментів для надання першої медичної допомоги та засобами пожежогасіння.

Формами контролю за результативністю навчання є опитування, виконання контрольних вправ, участь у змаганнях.

Протягом року здійснюється моніторингове обстеження дітей для визначення загального стану фізичного і психічного здоров'я, стану ОРА дітей. Це дає змогу відстежити особистісне зростання дитини за створеною індивідуальною програмою по корекції порушень постави (Дод.6.1).

Результати моніторингового обстеження заносяться також в журнал «Показники рівня культури тілесності дитини». Проведення моніторингового обстеження тричі на рік (вересень, грудень, травень). Визначаються загальний стану фізичного і психічного здоров'я, дотримання індивідуального режиму дня школярами, питного і повітряного режимів, культури споживання їжі, особистої гігієни вихованців (Дод.6.2). З результатами моніторингового обстеження обов'язково ознайомлюються батьки гуртківців, адже означені питання харчування дітей, вживання рідини, гігієни дітей можна вирішити лише комплексно і системно, залучивши сім'ї

вихованців.

Для гуртків, організованих в дитячих таборах оздоровлення і відпочинку розроблені навчальні програми для гуртків фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів «Здоровим будь» і «Спорт на відпочинку». Заняття гуртків проводяться в спортивному залі або на спортивних майданчиках. Заняття потребують мінімум спортивного устаткування. У гурток приймаються діти, які не мають медичних протипоказань.

Кожне заняття обов'язково включає в себе: комплекс вправ ранкової гімнастики, загальну фізичну підготовку, знайомство з правилами здорового способу життя, рухливі ігри.

Зміст програми «**Здоровим будь**» включає теоретичні заняття: сонце, повітря, вода – наші друзі влітку; як правильно загоряти, загартовуватися на канікулах; сон – запорука здоров'я; прогулянки на свіжому повітрі; культура споживання їжі; чергування праці і відпочинку; рухова активність впродовж дня; «Без води нема життя»; як твої вчинок і слова впливають на поведінку, настрій і здоров'я інших; правила культурного поводження в колективі; «Веселий сміх – здоров'я»; правила рухливих ігор, що розвивають пластику, гнучкість, легкість тіла; знімають м'язові затиски, дарують дитині відчуття свободи і радості, сприяють ігровій ініціативі, стимулюють моторне й емоційне самовираження.

На практичних заняттях вивчається та засвоюється комплекс вправ ранкової гімнастики під музику; комплекс вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість; складається індивідуальний режим дня молодшого школяра на літніх канікулах; наповнюються подушечки для сну «Цілющі трави від безсоння»; проводиться гра «Познайомимося з продуктами харчування»; вивчається питний режим школяра; проводяться досліди з водопровідною та джерельною водою; визначаються риси характеру, що гарантують здоров'я; називаються приємні та лагідні слова хлопцям та дівчатам; знаходяться необхідні слова для тих, хто захворів чи

поранився; виконується вправа «Як розрядити негативні емоції в іграх і рухах». Також вивчаються ігри, в які можна грати на канікулах, а саме «Вигадай свій танець», «Подаруй рух», «Закинь м'яч», «Каруселі», «Фонтан», «Чапля і жабенята», «Щука», «Хто швидше», «Біг в обручах», «Вода, земля, повітря» та інші; проводяться вправи «Наше здоров'я – в наших руках!» (змагання, рухливі ігри, конкурси, вікторини).

Навчальна програма для гуртка «Спорт на відпочинку» забезпечує ефективне оздоровлення та повноцінний відпочинок дітей засобами неолімпійського спорту та належні умови для виховної, фізкультурно-оздоровчої та ігрової діяльності з дітьми та підлітками під час літніх канікул.

Про колосальну популярність Олімпійських ігор знають більшість людей нашої планети. Разом з тим, про масштабні комплексні змагання з неолімпійських видів спорту – Всесвітні ігри, які стрімко набирають популярність, знають далеко не всі. Зміцнення здоров'я, удосконалення рухових якостей, виховання волі і характеру, визнання в соціумі - такі завдання вирішує неолімпійський спорт, створюючи умови для розвитку творчих можливостей молодого покоління.

З метою популяризації неолімпійського спорту саме неолімпійські види спорту були включені в запропоновану навчальну програму, адже знайомство з олімпійськими видами спорту відбувається на уроках з фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах.

Кожне заняття гуртка «Спорт на відпочинку» обов'язково включає в себе: комплекс вправ ранкової гімнастики, загальну фізичну підготовку, знайомство з неолімпійськими видами спорту, рухливі ігри і спортивні змагання.

На заняттях відбувається знайомство з історією неолімпійського спорту в світі та в Україні; акцентується увага на оздоровчій, освітній, спортивній, естетичній спрямованості неолімпійських видів спорту; діти дізнаються про Всесвітні ігри: історію і сьогодення; програму змагань Всесвітніх ігор; участь спортсменів України у Всесвітніх іграх; відбувається знайомство з видами



спорту, якими можна займатись на відпочинку, на свіжому повітрі: спортивний туризм, фрізбі, роликовий спорт, спортивне орієнтування, ритмічна гімнастика, перетягування канату.

Так, знайомлячись зі спортивним туризмом – долається смуга перешкод, здійснюється проходження туристичного маршруту (територія закладу); проводиться командна гра із залученням літаючого диску фрізбі; швидкісний біг на роликах та слалом (катання між фішками); орієнтування на території закладу по карті; музично-ритмічні вправи; проводиться командна гра, в якій команди безпосередньо міряються силою.

Юні спортсмени беруть участь у рухливих іграх, естафетах, спортивних змаганнях з неолімпійських видів спорту; знайомляться з гігієною, режимом дня і здоровим харчуванням юного спортсмена. Вивчається особиста гігієна дітей, які займаються спортом (гігієна тіла, одягу, взуття); гігієнічні вимоги до місць проведення спортивних змагань; роль режиму дня, харчування, загартування і регулярності занять обраним видом спорту у формуванні здорового способу життя; складається режим дня молодшого школяра на літніх канікулах; раціон харчування юного спортсмена, збалансованого білками, жирами, вуглеводами, мінеральними солями і вітамінами. Таким чином здійснюється виховання особистості в процесі змагань: сміливість, рішучість, активність, організованість, дисциплінованість, повага до товаришів, вміння змагатися в команді.

#### **4.2. Комплекс ранкової гімнастики для учнів 3-4 класів «У світі тварин» (запропонований «Студією Серебрянських»)**

Даний комплекс вправ – гра уяви для ваших дітей, а також традиційна профілактика сколіозу, плоскостопості та тренування вестибулярного апарату, поліпшення роботи серця і судин.

##### **Блок 1.**

*Розминка.* Приймаємо вихідне положення (ВП1) – стоячи, ніжки разом, ручки вздовж тіла. Піднімаємо ручки вгору з вдихом і плавно опускаємо на

видиху – 3 рази.

*Повороти головою.* ВП1. Повертаємо голову вліво, трохи виставивши її вперед, потім вправо – 2 рази. Робимо по 2 обертання головою зліва-направо і навпаки.

*Нахили.* ВП1. Піднімаємо руки вгору, пальчики тягнемо вгору. Розводимо руки в сторони з боків, нахиляємося вліво – трохи зводимо їх, не притискаючи повністю до тіла. А тепер знову їх розводимо в сторони – і випрямлюємося. Повторюємо в іншу сторону. По 2 рази.

*Підкидаємо кульку.* ВП1. Піднімаємо руки вгору, тримаючи їх перед собою долоньками вгору. Нахиляємося вперед, переводячи ручки за спину і піднімаючи їх вгору. Пальчики дивляться вгору. 2 рази.

*Обертання рук.* ВП1. Розводимо руки в сторону, дивимося вліво на руку і обертаємо рукою (частиною до ліктя) 2 рази. Повертаємо голову вправо і обертаємо другою рукою 2 рази. А тепер – 2 рази обома руками одночасно. Піднімаємо руки вгору. Опускаємо прямо перед собою, паралельно підлозі, переходячи до виконання наступного вправи.

*Розминка для рук.* Дивлячись на пальчики рук, по чергово піднімаємо вгору – опускаємо вниз кисті рук – 10 разів. Продовжуємо рух з двома кроками вперед. Кілька веселих оплесків! І два кроки назад, продовжуючи по чергово рух руками.

*Крокодильчик.* Починаємо гру в тварин. І перший у нас крокодильчик. ВП1. Розводимо руки в сторони, пальці рук широко розставлені. Повертаємося в ВП1, ліву руку піднімаємо вгору, праву – вниз, пальчики розставлені. І навпаки. Повторюємо всю вправу 2 рази.

*Журавель.* ВП1. Піднімаємо руки вгору через сторони, як крила птаха. А тепер – піднімаємо обидві руки, зігнуті в ліктях, долоні тильною стороною вперед – 2 рази. З ВП1 розставити стопи в сторони 2 рази – повертаємося в ВП1. Піднімаємося на носочки і опускаємося 2 рази. І повторюємо вправи з ногами, поставивши руки на талію.

*Журавель у польоті.* ВП1. Розводимо руки через сторони вгору, а ліву

ногу, зігнувши в коліні, піднімаємо на рівень грудей. Повертаємося у ВП1. Піднімаємо руки вгору, підводячись навшпиньки, тягнемося. ВП1. Тепер для іншої ноги. І повторюємо весь цикл ще раз.

*Пінгвінчик.* ВП1. Згинаємо руки в долоньках тильною стороною вгору. Трохи піднімаємо плечі. І крокуємо за годинниковою стрілкою. А потім – проти.

*Півник.* Не змінюючи положення рук, робимо на п'яті лівої ноги крок вперед – на п'яті правої ноги крок вперед. Потім крок назад лівою, крок назад правою ногою. Все також тримаючи руки, виставляємо ліву ногу вперед, п'яточка тягнеться вгору. Повторюємо на іншу сторону.

## **Кардіоблок 2.**

*Стрибки.* ВП1. Руки біля себе, зігнуті в ліктях. Стрибки на місці: тулуб не рухається відносно центральної лінії, а ноги при стрибку переміщуються то вліво, то вправо. По 8 разів в кожену сторону.

*Стрибки з плесканням.* ВП1. Стрибаємо, розставляючи ноги на ширину плечей. На другому стрибку повертаємося у ВП1 і робимо удари в долоньки. Повторюємо 16 разів.

*Біг на місці.* ВП1. Руки зігнуті в ліктях і пересуваються вздовж тіла, бігаємо на одному місці.

*Стрибки на одній нозі.* ВП1. Нахиляємося трохи вліво, здійснюємо 2 стрибка на лівій нозі, потім 2 стрибка на правій нозі. Рухаємо руками, зігнутими в ліктях, вільно. Повторюємо 2 рази.

*Чечітка.* ВП1. Трохи зігнувши коліна і трохи нахилившись вперед, здійснюємо на носочках такі швидкі кроки на місці, які тільки можемо.

*Завершення.* Приймаємо вихідне положення (ВП1) – стоячи, ніжки разом, ручки вздовж тіла. Піднімаємо ручки вгору з вдихом і плавно опускаємо на видиху – 2 рази.

### **4.3. Методичні рекомендації для керівників гуртків щодо практичного заняття «Оптимізація розумової діяльності гуртківців»**

*Теорія.* Мозковій тканині необхідно в 5 разів більше кисню, ніж серцю, і в 20 разів більше, ніж м'язам. При середній вазі 1400 г мозок в хвилину споживає 750–1000 мл крові. Кисню при цьому використовується 47 мл на хвилину, глюкози – 76 мл. Кровообіг головному мозку здійснюється величезною капілярною мережею, загальна протяжність якої складає 1200 км.

Зорове і слухове сприйняття супроводжується посиленням кровообігу в потиличних частках мозку, абстрактне мислення під час вирішення математичних завдань, міркувань – збільшенням обсягу крові в лобових долях кори.

Енергетична цінність раціону – в межах 2400–2500 ккал, з яких 1200–1400 ккал повинні забезпечуватися за рахунок вуглеводів, 720–810 ккал – за рахунок жирів і 400–460 ккал – за рахунок білків. У середньому, добова норма білка може становити 100–115 г, жиру – 80–90 г і вуглеводів – 300–350 г. Білок тваринного походження повинен складати не менше 50% добової норми.

Від загальної кількості вуглеводів частку цукру має припадати не більше 15%. Вуглеводи картоплі, овочів і фруктів повинні складати не менше 25% від їх загальної кількості. З мінеральних речовин потрібні фосфор, сірка, мідь, цинк, кальцій, залізо і магній. Фосфор і фосфорні сполуки сприяють утворенню клітин мозку, сірка потрібна для їх насичення киснем. Решта мінерали забезпечують нормальне функціонування головного мозку.

При напруженій розумової діяльності організму потрібна велика кількість вітамінів А і С. Антисклеротичну дію мають вітаміни Е, В12, фолієва кислота. Окислювально-відновні реакції в тканинах стимулюють вітаміни В2, В6, Р, РР.

*Практика.*

## Показники оптимізації розумової діяльності гуртківців

Показники оптимізації	Зміст діяльності	Етапи контролю		
		I	II	III
Гігієна розумової праці	Систематизація інформаційного потоку (оптимальна «щільність»)			
Кровопостачання головного мозку	Безперервне кровопостачання головного мозку (збереження суворої відповідності параметрів навколишнього середовища – температурних факторів, тиску, хімічного складу)			
Харчування і розумова діяльність	Головний мозок потребує правильного харчування			
Зовнішнє середовище і головний мозок	<ul style="list-style-type: none"> <li>• особливі вимоги до складу повітря робочого приміщення;</li> <li>• щоденні прогулянки на свіжому повітрі;</li> <li>• активний відпочинок</li> </ul>			
Захисні системи мозку	Дихальна гімнастика			
Фізичні вправи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• статичні вправи;</li> <li>• динамічні вправи</li> </ul>			

Аналіз наявності навчальних програм з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів дозволяє стверджувати, що на сьогодні існує недостатнє забезпечення такими навчальними програмами. Існує потенціал для відкриття нових гуртків фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів в комплексних ПНЗ з метою формування і розвитку індивідуальних потреб дітей в їх інтелектуальному, моральному, фізичному вдосконаленні; організації вільного часу; адаптації до запитів суспільства; забезпечення гуманістичної спрямованості і комплексного характеру виховного впливу; можливостей професійної орієнтації.

Особливої уваги заслуговують школярі молодшого шкільного віку. Адже у різних літературних джерелах (Т. Ю. Круцевич, 2000–2014; В. Г. Арефьев, 2008–2014 та ін.) зазначається, що у молодшому шкільному віці засобами фізичної культури створюється фундамент гармонійного фізичного розвитку, зміцнення здоров'я, фізкультурної освіти і виховання. Різноманітна практика використання фізичної культури у шкільному віці повинна служити цілям забезпечення здорового способу життя та культурного відпочинку, що необхідно пов'язувати із всебічним розвитком особистості, формуванням їхнього світогляду та життєвої позиції, моральних

рис, інтелектуальної і естетичної культури, вольової зосередженості.

Молодший шкільний вік сенситивний до навчальної діяльності. Продовжується інтенсивний розвиток форм і функцій організму. Для молодших школярів природна потреба у високій руховій активності, тому важливо забезпечити дітям достатній обсяг рухової активності, що відповідає їхньому віку та індивідуальному стану здоров'я.

Фізичне виховання повинне забезпечити розвиток фізичного і морального здоров'я, комплексний підхід до формування розумових і фізичних якостей особистості, пріоритету засобів оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних форм рухової активності. Фундаментальний зміст фізичного виховання містить завдання щодо зміцнення здоров'я, розвитку рухових умінь в практичній діяльності, повідомлення знань для вдосконалення свого організму, формування мотиваційних установок на фізичне і духовне самовдосконалення особистості, формування цінностей здоров'я, моральне виховання.

Тому при підборі методів і форм, запропонованих навчальними програмами для гуртків фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів, нами зверталася увага на динамічність і варіативність навчально-виховного процесу. Так, крім традиційних, обрані ігрові, інтерактивні методи навчання і виховання, які сприятимуть створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять оздоровчою гімнастикою, оздоровчим волейболом тощо. Ігрові методи визначалися наступними компонентами: проведення ситуаційно-рольових та сюжетно-рольових ігор, ігор-бесід, ігор-мандрівок, екскурсій, ігрових вправ, колективних творчих панно, бесід, конкурсів, рухливих ігор, вікторин, виставок малюнків, спортивних змагань, козацьких забав, веселих стартів, естафет тощо.

Аналіз змісту запропонованих навчальних програм фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів **«Оздоровча гімнастика»**, **«Оздоровчий волейбол»**, **«Школа радості і здоров'я»** свідчить про їх спрямованість на формування досвідченості дітей у виконанні оптимального

режиму дня, дотримання правил харчування, збалансування емоційного стану. Означені фактори стають підґрунтям виховання щасливої і здорової дитини, яка може в повній мірі використовувати свої можливості, розвиватися як творча особистість. Особливого акценту набуває освоєння дітьми та молоддю цінностей фізичної культури. Виняткового значення потребує забезпечення необхідного рівня рухової активності для школярів молодшого шкільного віку, цілеспрямованого фізичного навантаження, що закладає фундамент для майбутнього активного та здорового життя людини. Виконання найпростіших видів рухової активності, таких як рухливі ігри, комплекси вправ для ранкової гімнастики, загальна фізична підготовка тощо сприятимуть профілактиці багатьох захворювань.

Охарактеризуємо зміст і основні положення навчальної програми «Оздоровча гімнастика». Метою програми є формування морально-духовної життєво компетентної особистості засобами фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Завдання програми:

- навчити принципам здорового способу життя та шляхам їх реалізації у повсякденному житті;
- формувати самомотивацію на здоровий спосіб життя через усвідомлення цінності власного здоров'я та здоров'я оточуючих на особистому прикладі дітей, педагогів та батьків;
- навчити усвідомленню цінності здоров'я не лише в загальнолюдському сенсі, а й як базової властивості людини в системі ринкових відносин, яка може і має впливати на долю країни;
- покращити фізичний стан дітей за допомогою вправ для профілактики порушень постави та оздоровчих дихальних вправ, формувати практичні навички щодо самостійних занять фізичними вправами;
- зняти у дітей наслідки гіподинамії за допомогою рухливих ігор, розвивати фізичні якості і творчі здібності гуртківців;

- сприяти організації активного, творчого відпочинку і спілкування засобами оздоровчої діяльності;

- виховати у гуртківців впевненість у своїх силах, доброзичливість, самостійність, вольові якості, відповідальність, вміння працювати у команді, вміння запобігати конфліктам, позитивне ставлення до навколишнього світу.

В основу програми покладено положення компетентісного та діяльнісного підходів, що передбачає розвиток здоров'язберезувальної компетентності як базової для програм оздоровчого напрямку позашкільної освіти.

Заняття з дітьми проводяться в спеціально обладнаному приміщенні, в разі сприятливої погоди переносяться на спортивний майданчик (проведення змагань, спортивних свят, рухливих і народних ігор). У гурток приймаються діти, які не мають медичних протипоказань.

Формами контролю за результативністю навчання є моніторингові обстеження гуртківців, опитування, виконання контрольних вправ, участь у змаганнях.

Теоретичний матеріал програми тісно пов'язаний із практичним. Кожне заняття обов'язково включає в себе: комплекс вправ для профілактики порушень постави; оздоровчі дихальні вправи; загальну фізичну підготовку; знайомство з принципами здорового способу життя; рухливі та народні ігри.

Заняття в гуртках мають викликати позитивні емоції, враховуючи психологічні особливості молодших школярів. Тому важливо творчо використовувати ігрові методи, музичний супровід занять, сучасні комп'ютерні технології.

В змісті програми **«Оздоровча гімнастика»** передбачається вивчення тем, спрямованих на формування фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я: моніторингове обстеження гуртківців, культура фізичної тілесності школяра, загальна фізична підготовка, профілактика порушень постави, оздоровчі дихальні вправи, організація активного відпочину, духовність і здоров'я, мистецтво спілкування, рухливі та народні



ігри, спортивні свята і змагання.

Вивчення теми «Культура фізичної тілесності школяра» включає складання індивідуального режиму дня молодшого школяра «Мій день»; ведення моніторингу рухової активності протягом тижня; складання пам'ятки для мами і тата «Мої улюблені страви», «Я не люблю», «Мені корисно вживати»; проведення ситуаційно-рольової гри «Обери продукти харчування в магазині»; створення презентації «Кожен день слід їсти»; проведення конкурсу на кращий рецепт сніданку школяра; організацію виставки малюнків «Мій ланч-бокс»; наповнення подушечки для сну лікувальними травами «Цілющі трави від безсоння»; проведення дослідів з водопровідною та джерельною водою з метою вивчення властивостей води; ігрової вправи «Зовнішній вигляд гуртківця»; гри-мандрівки «Загартування сонцем, повітрям, водою».

В межах вивчення теми «Загальна фізична підготовка» відбувається засвоєння комплексу вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість з використанням гімнастичних палиць, обручів, м'ячів, скакалок, на шведській стінці, на гімнастичній лаві; комплексу вправ для зміцнення м'язів хребта на профілакторі Євмінова; засвоєння комплексу вправ на тренажерах (за наявності).

Тема «Профілактика порушень постави» передбачає проведення теоретичних занять щодо організації ортопедичного режиму гуртківців (положення тіла під час ходи, сидіння, сну, перенесення важких предметів та виконання фізичних вправ) та знайомства з методами профілактики порушень постави. формування стереотипу правильної постави.

Практичні заняття проводяться у формі дискусії: «Правильна постава, краса та здоров'я»; ігрової вправи «Як зробити легшим мій рюкзак?»; вправи на відчуття правильної постави (біля гімнастичної стінки, вертикальної осі, біля дзеркала); багаторазового повторення правильного положення тіла в різних вихідних положеннях та під час пересування, вправ, що сприяють розвантаженню хребта, зміцнюють м'язи спини, поліпшують живлення

міжхребцевих дисків та відновлюють структури хребта; вправ для профілактики плоскостопості (ходьба по дрібних предметах, біг на носках, ходьба перекатами з п'яти на носок, «гусениця», «ведмідь клишоногий», перекладання та захоплення дрібних предметів пальцями ніг, стрибки).

Розділ «Оздоровчі дихальні вправи» передбачає вивчення методик різноманітних типів дихання та їх узгодження з рухами під час виконання гімнастичних вправ у різних вихідних положеннях, а також дихальні вправи для стимуляції роботи органів і систем організму людини.

Зміст теми «Організація активного відпочинку» включає вивчення видів активного відпочинку, адрес активного відпочинку в своєму місті або селі (велосипедні доріжки, спортивні парки, стадіони, басейни тощо). На практичних заняттях організуються прогулянки в різні пори року (ігри, фізкультурні комплекси, спортивні розваги, спостереження, трудова діяльність тощо) для забезпечення максимальної тривалості щоденного перебування дітей на свіжому повітрі; вивчаються спортивні ігри та вправи на спортивних майданчиках біля дому; організуються пішохідні прогулянки в поле, ліс, парк, сквер; готуються до спортивно-туристичних походів зі спортивним спорядженням; проводяться ігри-естафети на природі, екскурсії до місця активного відпочинку (за вибором).

Теоретична частина теми «Духовність і здоров'я» складається з вивчення якостей, що характеризують цілісно розвинену особистість (моральність, естетична культура, фізична досконалість, свобода, гідність, творчість, здатність до самопізнання, самореалізації, саморозвитку); формування ідеалу здоров'я як умови існування і відтворення національного духу; створення уявлення про спорт як творчість; розгляд особистостей спортсменів в духовному вимірі.

Практична частина теми передбачає моделювання поведінки «Зовнішні фактори, що впливають на здоров'я», «Внутрішні фактори, що впливають на здоров'я»; проведення анкетування «Мій погляд на себе й оточуючих», «Яким би я хотів бути»; бесіди «Що я ціню у житті»; створення

колективного творчого панно «Майбутнє України – моє здорове покоління»; проведення вікторини «Українські спортсмени – зірки світового спорту» та сюжетно-рольової гри «Життя людини – найвища цінність», «Я хочу бути схожим на ...».

В змісті теми «Мистецтво спілкування» визначаються риси характеру, що гарантують здоров'я; проводиться гра «Назви приємні та лагідні слова хлопцям та дівчатам», рольова гра «Знайди необхідні слова для тих, хто захворів чи поранився», вправа «Як розрядити негативні емоції в іграх і рухах», дискусія «Як твої вчинок і слова впливають на поведінку, настрій і здоров'я інших», сюжетно-рольова гра «Культурне поводження в колективі», гра «Характеристики позитивного і негативного мислення», вправи «Веселий сміх – здоров'я» та «Дисципліна і культура».

Програмою передбачено обов'язкове проведення рухливих та народних ігор, що розвивають пластику, гнучкість, легкість тіла, дарують відчуття свободи і радості, сприяють ігровій ініціативі, стимулюють моторне й емоційне самовираження.

Педагоги мають організовувати та проводити дитячі свята, естафети, конкурси та вікторини оздоровчої та екологічної спрямованості у спортивному залі і на вулиці. За тематикою масові заходи можуть бути присвячені Дню фізичної культури і спорту, Дню здоров'я, Дню Землі, мати назву «Веселі старти», «Козацькі розваги» (за вибором), змагання на краще виконання вправ з м'ячами, скакалками, обручами, на віджимання, підтягування, прес; родинне спортивне свято «Наше здоров'я – в наших руках!» та інші. Такі масові заходи є підсумковими по завершенню певної теми.

На кінець навчального року вихованці мають знати і розуміти:

- складові здоров'я та принципи здорового способу життя;
- складові режиму дня молодшого школяра;
- завдання спеціальних комплексів вправ на профілактику порушень постави, оздоровчих дихальних вправ;

- правила культурної поведінки;
- види активного відпочинку;
- правила проведення рухливих ігор та спортивних змагань.

Також вихованці мають вміти і застосовувати:

- навички з техніки безпеки на заняттях;
- виконувати комплекс вправ на профілактику порушень постави, оздоровчих дихальних вправ;
- виконувати комплекси вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість;
- проявляти риси характеру, що гарантують здоров'я (позитивне мислення);
- планувати свої дії;
- скласти режим дня школяра, в якому вагоме місце займає рухова активність;
- контролювати власний раціон харчування;
- вирішувати конфлікти на основі діалогу;
- навички самостійних занять фізичними вправами;
- вимоги особистої гігієни протягом дня та під час занять фізичними вправами;
- організовувати і проводити рухливі ігри та спортивні змагання.

У вихованців має сформуватися здоров'язбережувальна компетентність, яка полягає у:

- ціннісному ставленні до власного здоров'я і здоров'я оточуючих;
- самомотивації на здоровий спосіб життя;
- вмінні чергувати розумову та фізичну активності;
- вихованні у гуртківців самостійності і відповідальності,вольових якостей, позитивного ставлення до себе та інших, вміння співпереживати;
- здатності працювати в групі, команді;
- умінні слухати, чітко висловлювати свої думки;
- здатності надавати допомогу товаришам по групі, команді;

- здатності оцінювати свої дії та дії товаришів, висловлювати ці оцінки.

За вибором гуртківців можливі заняття за навчальною програмою «**Оздоровчий волейбол**», що сприяє створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять волейболом.

Основним критерієм оцінки результатів навчання і виховання є не лише спортивний результат, а й забезпечення належного рівня рухової активності, функціонального стану учнів, а також формування системи цінностей, які складаються у гуртківців завдяки заняттям грою у волейбол, усвідомлена потреба в регулярних фізичних вправах.

Основними засобами спортивного тренування є вправи, спрямовані на формування належного рівня загальної фізичної підготовленості, та вправи з техніки та тактики гри. Теоретичний матеріал програми тісно пов'язаний із практичним. Заняття мають викликати позитивні емоції, враховуючи психологічні особливості молодших школярів. Тому важливо творчо використовувати ігрові методи, музичний супровід занять, сучасні комп'ютерні технології.

Для проведення занять необхідний спортивний інвентар, волейбольні м'ячі, атрибути для проведення рухливих ігор, змагань та свят, музичний центр. Спортивний зал повинен бути забезпечений аптечкою з набором медикаментів для надання першої медичної допомоги та засобами пожежогасіння.

Формами контролю за результативністю навчання є опитування, виконання контрольних вправ, участь у змаганнях.

Протягом року здійснюється моніторингове обстеження дітей для визначення загального стану фізичного і психічного здоров'я, стану ОРА дітей. Це дає змогу відстежити особистісне зростання дитини за створеною індивідуальною програмою по корекції порушень постави (Дод.6.1).

Результати моніторингового обстеження заносяться також в журнал «Показники рівня культури тілесності дитини». Проведення моніторингового

обстеження тричі на рік (вересень, грудень, травень). Визначаються загальний стану фізичного і психічного здоров'я, дотримання індивідуального режиму дня школярами, питного і повітряного режимів, культури споживання їжі, особистої гігієни вихованців (Дод.6.2). З результатами моніторингового обстеження обов'язково ознайомлюються батьки гуртківців, адже означені питання харчування дітей, вживання рідини, гігієни дітей можна вирішити лише комплексно і системно, залучивши сім'ї вихованців.

Для гуртків, організованих в дитячих таборах оздоровлення і відпочинку розроблені навчальні програми для гуртків фізкультурно-спортивного і оздоровчого напрямів «Здоровим будь» і «Спорт на відпочинку». Заняття гуртків проводяться в спортивному залі або на спортивних майданчиках. Заняття потребують мінімум спортивного устаткування. У гурток приймаються діти, які не мають медичних протипоказань.

Кожне заняття обов'язково включає в себе: комплекс вправ ранкової гімнастики, загальну фізичну підготовку, знайомство з правилами здорового способу життя, рухливі ігри.

Зміст програми «**Здоровим будь**» включає теоретичні заняття: сонце, повітря, вода – наші друзі влітку; як правильно загоряти, загартовуватися на канікулах; сон – запорука здоров'я; прогулянки на свіжому повітрі; культура споживання їжі; чергування праці і відпочинку; рухова активність впродовж дня; «Без води нема життя»; як твої вчинок і слова впливають на поведінку, настрій і здоров'я інших; правила культурного поводження в колективі; «Веселий сміх – здоров'я»; правила рухливих ігор, що розвивають пластику, гнучкість, легкість тіла; знімають м'язові затиски, дарують дитині відчуття свободи і радості, сприяють ігровій ініціативі, стимулюють моторне й емоційне самовираження.

На практичних заняттях вивчається та засвоюється комплекс вправ ранкової гімнастики під музику; комплекс вправ на координацію, спритність,

гнучкість, силу і витривалість; складається індивідуальний режим дня молодшого школяра на літніх канікулах; наповнюються подушечки для сну «Цілющі трави від безсоння»; проводиться гра «Познайомимося з продуктами харчування»; вивчається питний режим школяра; проводяться досліди з водопровідною та джерельною водою; визначаються риси характеру, що гарантують здоров'я; називаються приємні та лагідні слова хлопцям та дівчатам; знаходяться необхідні слова для тих, хто захворів чи поранився; виконується вправа «Як розрядити негативні емоції в іграх і рухах». Також вивчаються ігри, в які можна грати на канікулах, а саме «Вигадай свій танець», «Подаруй рух», «Закинь м'яч», «Каруселі», «Фонтан», «Чапля і жабенята», «Щука», «Хто швидше», «Біг в обручах», «Вода, земля, повітря» та інші; проводяться вправи «Наше здоров'я – в наших руках!» (змагання, рухливі ігри, конкурси, вікторини).

Навчальна програма для гуртка «Спорт на відпочинку» забезпечує ефективне оздоровлення та повноцінний відпочинок дітей засобами неолімпійського спорту та належні умови для виховної, фізкультурно-оздоровчої та ігрової діяльності з дітьми та підлітками під час літніх канікул.

Про колосальну популярність Олімпійських ігор знають більшість людей нашої планети. Разом з тим, про масштабні комплексні змагання з неолімпійських видів спорту – Всесвітні ігри, які стрімко набирають популярність, знають далеко не всі. Зміцнення здоров'я, удосконалення рухових якостей, виховання волі і характеру, визнання в соціумі - такі завдання вирішує неолімпійський спорт, створюючи умови для розвитку творчих можливостей молодого покоління.

З метою популяризації неолімпійського спорту саме неолімпійські види спорту були включені в запропоновану навчальну програму, адже знайомство з олімпійськими видами спорту відбувається на уроках з фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах.

Кожне заняття гуртка «Спорт на відпочинку» обов'язково включає в себе: комплекс вправ ранкової гімнастики, загальну фізичну підготовку,

знайомство з неолімпійськими видами спорту, рухливі ігри і спортивні змагання.

На заняттях відбувається знайомство з історією неолімпійського спорту в світі та в Україні; акцентується увага на оздоровчій, освітній, спортивній, естетичній спрямованості неолімпійських видів спорту; діти дізнаються про Всесвітні ігри: історію і сьогодення; програму змагань Всесвітніх ігор; участь спортсменів України у Всесвітніх іграх; відбувається знайомство з видами спорту, якими можна займатись на відпочинку, на свіжому повітрі: спортивний туризм, фрізбі, роликовий спорт, спортивне орієнтування, ритмічна гімнастика, перетягування канату.

Так, знайомлячись зі спортивним туризмом – долається смуга перешкод, здійснюється проходження туристичного маршруту (територія закладу); проводиться командна гра із залученням літаючого диску фрізбі; швидкісний біг на роликах та слалом (катання між фішками); орієнтування на території закладу по карті; музично-ритмічні вправи; проводиться командна гра, в якій команди безпосередньо міряються силою.

Юні спортсмени беруть участь у рухливих іграх, естафетах, спортивних змаганнях з неолімпійських видів спорту; знайомляться з гігієною, режимом дня і здоровим харчуванням юного спортсмена. Вивчається особиста гігієна дітей, які займаються спортом (гігієна тіла, одягу, взуття); гігієнічні вимоги до місць проведення спортивних змагань; роль режиму дня, харчування, загартування і регулярності занять обраним видом спорту у формуванні здорового способу життя; складається режим дня молодшого школяра на літніх канікулах; раціон харчування юного спортсмена, збалансованого білками, жирами, вуглеводами, мінеральними солями і вітамінами. Таким чином здійснюється виховання особистості в процесі змагань: сміливість, рішучість, активність, організованість, дисциплінованість, повага до товаришів, вміння змагатися в команді.



## Розділ 5.

# МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ГУРТКАХ ГУМАНІТАРНОГО ТА БІБЛІОТЕЧНО-БІБЛІОГРАФІЧНОГО НАПРЯМІВ

### 5.1. Комунікативна компетентність як базова освітня компетентність у позашкільних навчальних закладах

З позиції компетентнісного підходу в освіті, комунікативна компетентність є однією з базових освітніх компетентностей і становить собою оволодіння особистістю комунікативними якостями, які пов'язані з необхідністю взаємодіяти з іншими людьми, об'єктами навколишнього світу та його інформаційними потоками, умінням знаходити, перетворювати і передавати інформацію, виконувати різні соціальні ролі в групі та колективі (А. Хуторський).

У структуру комунікативної компетентності, виділяють такі уміння, які що є необхідними для ефективного спілкування:

- мовленнєві уміння (оволодіння мовленнєвою діяльністю і мовленнєвими засобами спілкування);
- соціально-психологічні уміння (оволодіння процесами взаємозв'язку, взаємовираження, взаєморозуміння, взаємовідносин, взаємодіяльності взаємовиявлення, взаємовпливу);
- психологічні уміння (оволодіння процесами самовладання, самообілізації, самонастроювання, самоконтролю);
- уміння використовувати у спілкуванні норми мовного етикету відповідно до конкретної комунікативної ситуації (володіння ситуацією спілкування);
- уміння використовувати різні засоби спілкування (паралінгвістичні, екстралінгвістичні, кінестетичні);
- уміння спілкуватися в різних організаційно-комунікативних формах (дискусія, обговорення, суперечка тощо);
- уміння впливати на партнера по спілкуванню.

Слід відзначити, що у більшості праць з проблеми, що вивчається, наголошується на трикомпонентній структурі комунікативної компетентності:

– когнітивний компонент, пов'язаний із пізнанням іншої людини; охоплює здібності поділяти точку зору іншої людини, передбачити її поведінку, ефективно вирішувати різні проблеми, що виникають між людьми, тощо (В. Абраменкова, Т. Антипіна, Л. Артемова, А. Бодальов, Є. Щербакова, В. Ядов та інші);

– емоційний компонент; охоплює емоційну чуйність, емпатію, чутливість до іншого (В. Абраменкова, А. Кідрон, Е. Щербакова та інші);

– поведінковий компонент; відображає здібності людини до співпраці, спільної діяльності, ініціативність, адекватність у спілкуванні, організаторські здібності тощо (В. Абраменкова, Л. Артемова, Ю. Ємельянов, Е. Щербакова та інші).

Отже, комунікативну компетентність вихованців позашкільних навчальних закладів визначається як здатність особистості, заснована на знаннях та досвіді, орієнтуватися у ситуаціях спілкування, розуміти мотиви, інтенції, стратегії поведінки як свої власні, так і партнерів, вибирати і здійснювати ефективну модель взаємодії з іншими.

## **5.2. Форми та методи формування комунікативної компетентності**

Встановлення адекватних міжособистісних стосунків та активної конструктивної взаємодії між дітьми в сучасних умовах є надзвичайно актуальною. Зокрема це зумовлюється суттєвою завантаженістю учнів в школі, батьків на роботі, а звідси, недоліками родинного виховання. Стрімке поширення залежності підростаючого покоління від комп'ютерних технологій також призводить до негативних наслідків, зокрема у комунікативній сфері, де міжособистісне спілкування часто замінюється безособистісним (наприклад, через соціальні мережі, чати, блоги).

Визначальну роль у забезпеченні становлення творчої особистості, здатної брати участь у комунікації всіх сфер суспільного життя, відіграють сучасні позашкільні навчальні заклади, в яких особливий акцент робиться на формуванні комунікативної компетентності учнів.

Теоретичні дослідження проблеми формування комунікативної компетентності особистості свідчать, що дане питання знаходиться у полі зору вчених різних галузей. З психологічної точки зору її вивчали такі дослідники як Г. Андрєєва, Ю. Ємельянов, Л. Петровська, Ю. Жуков. Окремі аспекти формування особистості на засадах компетентісного підходу в позашкільних закладах розкрито в роботах О. Биковської, В. Вербицького, А. Корнієнко, О.Литовченко, В.Мачуського, Г. Пустовіта та ін. У дослідженнях В. Бехтерева, А. Лазурського, В. Виготського, В. Мясищева, Б. Ломова, А. Леонтєєва комунікативна компетентність розглядається у тісному зв'язку з вивченням природи самого процесу спілкування.

Оскільки розвинена комунікативна компетентність має бути кінцевим результатом навчально-виховної роботи, виникає необхідність цілеспрямованої діяльності щодо її формування. Аналіз наукових робіт дозволяє зробити висновок, що на сьогодні немає однозначної відповіді на цей запит, проте більшість науковців відзначає єдиний напрямок для подальших науково-практичних розробок – інноваційні виховні технології та методи.

Формування у вихованців позашкільних навчальних закладів у гуртках гуманітарного напрямку проводилось за навчальною програмою «Мистецтво спілкування», в якій закладена цілісна методична система навчання дітей умінням встановлювати і підтримувати контакт за допомогою вербальних і невербальних засобів спілкування, уникати бар'єрів у спілкуванні, диференціювати і розв'язувати конфліктні ситуації, знімати емоційну напругу при конфліктному спілкуванні, а також набуття учнями практичного досвіду безконфліктного спілкування, саморегуляції та емпатійного сприйняття співрозмовника, успішного публічного виступу тощо.

Методологічною основою даної програми є дослідження Г. Андрєєвої, Ю. Ємельянова, Л. Петровської, Ю. Жукова.

Навчальна програма «Мистецтво спілкування» дозволяє вихованцям позашкільних навчальних закладів оволодіти знаннями про основні складові процесу комунікації, сприяє підвищенню самооцінки дитини, розвитку її соціальної адаптації, що є необхідним в сучасних умовах. Дана програма забезпечує засвоєння формування комунікативної компетентності в ситуаціях соціальної взаємодії, оволодіння навичками встановлення контакту з людьми, які характеризуються різними соціально-психологічними характеристиками, відпрацювання технік регулювання емоційної напруги, оволодіння навичками активного слухання, прийомів перефразування, інтерпретації, формулювання відкритих запитань, уточнення й спонукання до розгорнутої відповіді. Метою навчальної програми для вихованців від 6 до 17 років є формування комунікативної компетентності особистості у позашкільних навчальних закладах.

Завдання навчальної програми:

- формування навичок встановлення першого контакту, знайомства;
- розвиток умінь встановлення та підтримки діалогу;
- формування емоційно-комунікативних навичок (прояв власних емоцій, розуміння емоційного стану співрозмовника);
- розвиток невербальних засобів спілкування;
- формування навичок виявлення, уникнення та вирішення конфліктних ситуацій;
- формування навичок конструктивної взаємодії з оточуючими;
- виховання позитивного досвіду спілкування, дружніх стосунків, емоційного відгуку;
- встановлення сприятливого психологічного клімату в колективі.

Програма складається з таких блоків:

1) *Комунікація і спілкування*. Поняття комунікації і спілкування. Функції комунікації. Спілкування, обумовлене технічними засобами:

телефон, електронна пошта, Інтернет тощо. Модель комунікативного процесу. Компоненти спілкування: комунікатор, повідомлення, канал, аудиторія, ефективність.

2) *Встановлення та підтримання контакту.* Поняття контакту. Фактори формування першого враження (фактор перевершеності, фактор привабливості, фактор ставлення до партнера).

3) *Вербальні й невербальні засоби спілкування.* Мова жестів, поз і рухів тіла. Міжособистісний простір. Зони міжособистісного простору. Порушення особистісного простору.

4) *Бар'єри спілкування.* Категоричність у висловлюваннях. Бар'єр уникнення. Бар'єр авторитету. Бар'єр нерозуміння.

5) *Конфлікт та його подолання.* Поняття конфлікту. Причини виникнення конфлікту. Етапи розгортання конфліктів: суперечність, протидія, ворожнеча, війна. Види конфліктів: конструктивні і деструктивні, наявні і приховані. Типи конфліктів: внутрішньоособові і між особами, між групами і між організаціями, між державами і між націями. Стилі поведінки в конфлікті: компроміс, пристосування, суперництво, співробітництво. Правила безконфліктного спілкування.

6) *Сучасний діловий етикет.* Партнерське спілкування. Техніки “малої розмови”: цитування партнера, позитивні висловлювання, інформування, цікава розповідь. Критерії правильності малої розмови. Типові помилки малої розмови. Поняття про партнерство як ставлення до іншого як до рівного.

7) *Регуляція емоційної напруги при спілкуванні.* Поняття емоції, емоційність. Види емоцій та їх вплив на співрозмовника. Роль емпатії у взаємовідносинах. Емоційна напруга і техніки її регуляції, саморегуляція.

8) *Публічний виступ.* Поняття риторики. Історія виникнення публічного виступу. Ознаки впевненої поведінки: посмішка, жести, контакт очей, модуляція голосу, природні репліки.

Враховуючи складну структуру процесу комунікації, методи формування комунікативної компетентності є комплексними. Тому, можна виділити дві групи методів формування комунікативної компетентності вихованців позашкільних навчальних закладів: методи, орієнтовані на усну комунікацію, та методи, орієнтовані на письмову комунікацію.

### ***1. Методи, орієнтовані на усну комунікацію:***

- всі форми навчального діалогу;
- доповіді та повідомлення;
- рольові та ділові ігри, які передбачають в найзагальнішому вигляді, ролі мовця і слухача;
- навчальні проекти, що вимагають проведення опитувань, бесід, інтерв'ю у різних категорій людей; обговорення, дискусії, диспути;
- вправи комунікативного тренінгу, в тому числі в конфліктних ситуаціях;
- виступи на захистах навчальних дослідницьких робіт, підготовлених товаришами, в якості опонентів тощо.

### ***2. Методи, орієнтовані на письмову комунікацію:***

- рольові та ділові ігри, які передбачають, в найзагальнішому вигляді, ролі пише і читає;
- навчальні дослідження та навчальні проекти, що вимагають проведення анкетування або письмового інтерв'ю з попередньою підготовкою питань (опитувальників);
- телекомунікаційні проекти, які передбачають складання текстів для розміщення на Інтернет-форумах або відправки по електронній пошті, а також отримання і читання відповідних повідомлень;
- підготовка заміток і статей в ЗМІ з урахуванням цільової аудиторії;
- рецензування навчальних дослідницьких робіт, підготовлених товаришами тощо.

Головним шляхом впровадження вищезазначеної програми може бути *система тренінгів* комунікативної компетентності особистості, спрямованих на вироблення певного вміння чи навички. Тренінгові технології, як зазначав В.Франкл, дозволяють реалізовувати потреби вихованців в активній діяльності і спілкуванні. Основними чинниками, які підвищують ефективність тренінгових технологій, є груповий характер занять, питома частка ігор, варіативність процедур та їх повторюваність, постійне надання можливостей зробити вибір поведінки, позитивний емоційний фон занять, постійна рефлексія процесу роботи, діагностика стану дітей [16].

Зазначимо, що проведення тренінгових занять у гуртках гуманітарного напрямку позашкільних навчальних закладах значно компенсують недоліки конструктивної комунікативної практики у школі, сприяють кращому пізнанню вихованців один одного, спонукаючи їх звертатись до свого внутрішнього світу, використовувати потенційні можливості та адекватно їх оцінювати.

Тренінгові технології передбачають використання різних моделей *навчальної гри*:

- 1) імітаційні ігри, що передбачають імітування подій, конкретної діяльності людей або організацій;
- 2) операційні ігри, які допомагають відпрацьовувати виконання конкретних специфічних операцій (наприклад проведення дискусії, бесіди);
- 3) метод розігрування ролей, який забезпечує відпрацювання тактики поведінки, дій, виконання функцій конкретної особи;
- 4) метод інсценування, коли розігруються будь-які ситуації та поведінка людини за певних обставин, на основі мобілізації власного досвіду, знань, вміння вжитися в образ певної особи та об'єктивно оцінити правильність обраної поведінки.

Тренінг сприяє підвищенню самопорозуміння й розуміння інших (учасники часто змінюють навіть усталені стереотипи сприйняття), чуттєвому розумінню групових процесів, пізнанню локальної культури

(наприклад, соціально-психологічного клімату своєї організації) й розвитку низки поведінкових навичок [13].

Тренінги комунікативної компетентності складаються з двох груп: тренінги оформлення зворотного зв'язку і рольові тренінги.

Перший тренінг з групи оформлення зворотного зв'язку називається **тренінгом на розвиток активного слухання**. Активне слухання, за К. Рудестамом [34], трактується як прийняття людиною відповідальності за те, що вона відчуває, чує, шляхом підтвердження, уточнення, перевірки значень і мети повідомлення, отриманого від іншого.

Перед початком тренінгу активного слухання треба відповісти на такі запитання:

- 1) чи легко я відволікаюся під час розмови?
- 2) може бути, що я слухаю тільки з ввічливості?
- 3) чи часто я перебиваю співрозмовника?
- 4) як я слухаю, коли слухати зовсім нецікаво?
- 5) чи реагую я на слова з емоційним забарвленням?
- 6) може бути, що я не слухаю, а обмірковую свою відповідь?

Слухання є двох типів: нереклексивне та рефлексивне. Суть нереклексивного слухання – в умінні уважно мовчати, не втручаючись у мову співбесідника своїми зауваженнями [14].

Нейтральні, по суті малозначимі фрази («Так!», «Як це?», «Розумію вас...», «Що?») є тими мінімальними і найпростішими відповідями, які дозволяють змістовно продовжити бесіду, співрозмовник запрошує до вільної невимушеної розмови. Часто, враховуючи позу чи вираз обличчя, використовують фрази: «У вас вигляд щасливої людини», «Вас щось хвилює?», «Розумію», «Щось трапилось?», «Приємно це чути».

Рефлексивне слухання є об'єктивним зворотним зв'язком з тим, хто говорить, в якості контролю точності сприйняття почутого. Іноді ці **методи називають «активним слуханням»**. Уміння слухати рефлексивно необхідне для ефективного спілкування через обмеження і труднощі, які виникають у



процесі спілкування. Бар'єрами у спілкуванні можуть виступати багатозначність слів, коли виникає потреба встановити чи уточнити зміст даного висловлення; загодованість значення повідомлень, коли ми говоримо одне, а маємо на увазі інше, тому часто не вдається висловити думку, щоб слухач правильно її зрозумів; труднощі відкритого самовираження; інші суб'єктивні фактори, які негативно впливають на спілкування.

Усе це вказує на необхідність уміння слухати рефлексивно, тобто розшифровувати зміст повідомлень. У нашого дослідженні важливими видаються чотири види рефлексивних відповідей: вияснення, перефразування, відображення почуттів, регулювання. На практиці ці види відповідей використовуються комбіновано.

1. Вияснення – звернення до співрозмовника з уточненням, що допомагає зробити повідомлення більш зрозумілим. З цією метою використовують такі ключові фрази: «Чи не повториш ти ще раз?», «Я не розумію, що ти маєш на увазі», «Я не зрозумів», «Чи не поясниш ти це?».

2. Перефразувати – означає сформулювати ту саму думку інакше, іншими словами, з метою перевірки точності сприйняття інформації. Перефразування можна почати словами: «Як я тебе зрозумів...», «На твою думку...», «Іншими словами, ти вважаєш...», «Як я розумію, ти кажеш...».

3. Відображення почуттів – сприйняття емоційного стану співрозмовника. Відповідь чи емоційна реакція на почуття інших важливі тому, що в спілкуванні люди по суті обмінюються тим, що має для них особисто важливе значення. Тобто спілкування багато в чому залежить не тільки від фактичної інформації, але й від того, що для людей значимо. Щоб зрозуміти почуття співрозмовника, слід: користуватися фразами типу «Мені здається, ти відчуваєш...», «Мабуть, ти відчуваєш...» тощо; звернути увагу на вживані співрозмовником слова, що передають почуття (гнів, радість, сум та інші), які є базовими; спостерігати за невербальними засобами спілкування (вираз обличчя, інтонація, поза, жестикуляція); спробувати зрозуміти

загальний контекст спілкування, причини звернення співрозмовника саме до вас.

4. Регулювання – висновок щодо основних ідей, почуттів співрозмовника, партнера. Резюме теж формулюється своїми словами, але вступні фрази можуть бути такі: «Те, що ти в даний момент сказав, може означати...», «Твоїми основними ідеями, як я зрозумів, є...» і т. ін.

Отже, саме рефлексивне слухання виступає основою розуміння проблем співрозмовника, пошук оптимальних варіантів розв'язання питань, ресурсів удосконалення як власної особистості, так і особистості іншого учасника спілкування.

Другий тренінг у групі оформлення зворотного зв'язку – *тренінг на розвиток знання невербальних засобів спілкування*. Спілкування складається з мовних (вербальних) і немовних (невербальних) повідомлень. Невербальна поведінка може передавати прохання, виражати ставлення до того, що відбувається, задоволення та ін. Поза, торкання, жести, тон голосу часто важливіші, ніж слова, які в цей час вимовляються. Жести іноді можуть розходитися за своїм значенням з вербальною інформацією. Спостерігаючи за багатоманітністю жестів, можна багато про що дізнатися: про стани людей, їхні стосунки, ситуацію, в якій вони перебувають. Важливо вміти слідкувати за своїми жестами, щоб узгоджувати їх з тим, що говориться. Рольова група тренінгів комунікативної компетентності містить тренінг спілкування в різних ситуаціях і тренінг розв'язання конфліктів. Вони побудовані у вигляді рольових ігор та ситуацій, в яких вихованець має можливість програвати ролі. Під рольовою грою Л.Новікова розуміє імпровізоване розігрування заданої ситуації, яка містить певну соціально-психологічну проблему, з метою максимального залучення учасників до розв'язання цієї проблеми. Рольова гра дає змогу виявити свою індивідуальність, творчі можливості, реальні почуття і думки, розвинути вміння займати позицію інших людей, краще розуміти їхні почуття, а також створювати умови для кращого осмислення норм і правил поведінки і

спілкування. Гра стає ніби навчанням, яке готує до неігрової, реальної ситуації.

Для набуття комунікативної компетентності вихованців позашкільних навчальних закладів слід використовувати вправи «Якості й уміння, необхідні для ефективного спілкування», «Плітка», «Вислухай – поверни», «Невербальні етюди», «Спілкуватися – це здорово!», «Згода – незгода», ігри «Зрозумій мене без слів», «Асоціативний ряд на слово...», «Айсберг», гра-драматизація «Маска», ділова гра «Якби я був на твоєму місці...», «Кольори емоцій», мозковий штурм «Спілкування – це...», «Чому ми посварилися?» та інші.

### **5.3. Матеріали для проведення тренінгів формування комунікативної компетентності**

#### **Вправа «Струм».**

Мета: розвивати навички групової взаємодії, налаштувати учнів на позитивне сприймання.

Учасники стають в коло, беруться за руки й усмішкою вітають «сусідів» праворуч і ліворуч, передаючи «струм», стискаючи руки один одному.

#### **Мозковий штурм**

Спілкування – це... ( взаємодія 2-х або більше людей; це розуміння, вміння вислухати, ввічливість, доброта) Чому спілкування таке важливе для людей?

Ми, люди живемо в оточенні інших людей, кожен день з ними спілкуємось. Жодна людина не може існувати сама собою, оскільки вона пов'язана з іншими людьми. Як можна зобразити систему наших взаємостосунків?

#### **Вправа «Прогноз погоди».**

Чи знаєте ви чим займаються метеорологи? Уявіть, що кожен з вас метеоролог і ви зараз спробуєте скласти прогноз погоди у вашому гуртку. Для цього вам необхідно кинути у скриньку один з жетонів сонечко, або

хмаринку. Якщо вам добре в класному колективі кидайте сонечко, якщо вам не комфортно – хмаринку. Після того як вихованці покидали жетони підраховується кількість сонечок і хмаринок і робиться висновок щодо погоди в гуртку.

Навіть якщо є одна хмаринка, акцентується увага на тому, що не всім у класі комфортно.

### **Вправа «Молекули».**

Мета вправи: налаштування на невербальну комунікацію

Інструкція: Уявімо собі, що всі ми атоми. Атоми виглядають так (показати). Атоми постійно рухаються і об'єднуються в молекули. Число атомів у молекулі може бути різне, воно визначається тим, яка кількість я назву. Ми всі зараз почнемо швидко рухатися, і я буду говорити, наприклад, три. І тоді атоми повинні об'єднатися в молекули по три атома в кожен. Молекули виглядають так (показати).

Можлива модифікація: швидкість руху атомів і молекул зібраних залежить від температури навколишнього середовища. Якщо тренер називає негативну температуру, рух сповільнюється або навіть зупиняється, при підвищенні - прискорюється.

По завершенню вправи можна задати питання: - Як ви себе відчуваєте? - Чи всі з'єдналися з тими, з ким хотіли?

### **Вправа «Автобус»**

Мета: відпрацювання гнучкості невербальної поведінки

Учасники розбиваються на парочки. Інструкція наступна: «Зараз ви пасажир автобуса. За сигналом «Червоний» автобус зупиняється на світлофорі. Раптом ви бачите в зустрічному автобусі людини, якого ви давно не бачили. Ви хочете домовитися про зустріч з ним в якомусь певному місці і в певний час. У вашому розпорядженні - одна хвилина, поки автобуси стоять біля світлофора. За сигналом «Зелений» вмикається зелене світло і автобуси роз'їжджаються».

Після невербального програвання, учасники тренінгу діляться інформацією про те, як вони зрозуміли один одного.

### **Вправа «Зіпсований телефон»**

Мета: вдосконалення навичок невербальної комунікації; спілкування без допомоги слів; здатності розуміти партнера на невербальному рівні.

Із залу вибираєте п'ять чоловік, чотири з них виходять з кімнати. П'ятому даєте текст: «У батька було 3 сина. Старший розумний був чоловіча, середній був ну так собі, молодший син був не в собі». Він повинен без слів показати цей текст четвертого людині, той третій, той другий, і потім першому. Для кращого запам'ятовування перша людина може проговорити текст кілька раз. Потім, починаючи з самого останнього людини, ви розпитуєте, про що був текст історії. Можна просити повторювати текст, якщо той, кому він передається, не розуміє його.

Обговорення того, які кошти оповідач використовував для передачі повідомлення. На що звертав в першу чергу увагу слухач. Наскільки слухач міняв комунікативні засоби, стаючи оповідачем.

### **Вправа «Втеча з в'язниці»**

Мета: розвиток здібностей до емпатії, розуміння міміки, мови рухів тіла. Учасники групи стають у дві шеренги обличчям один до одного. Ведучий пропонує завдання: «Перша шеренга буде грати злочинців, друга - їх спільників, які прийшли в тюрму, для того щоб влаштувати втечу. Між вами звуконепроникна скляна перегородка. За короткий час побачення (5 хвилин) спільники за допомогою жестів і міміки повинні розповісти злочинцям, як вони будуть рятувати їх з в'язниці (кожен «спільник» рятує одного «злочинця»)). Після закінчення гри «злочинці» розповідають про те, чи правильно вони зрозуміли план втечі.

### **Вправа «Дзеркало»**

Інструкція: «Зараз вам пропонується виконати кілька нескладних завдань, вірніше зімітувати їх виконання. Для першого виконання потрібно 2 учасника».

Пара учасників виходить вперед. Один з них - виконавець, а інший - його дзеркальне відображення, що наслідує всіх рухів виконавця. Решта учасників групи - глядачі, вони спостерігають за грою пари і виставляють партнеру, що грає роль дзеркала, оцінку за артистизм. Потім партнери в парі міняються ролями. Пари по черзі міняються, таким чином перед групою виступають всі її учасники. Кожен виступає в двох ролях: в ролі виконавця і в ролі дзеркала. Кожен виконує по 2 дії. Група оцінює акторів, які грають роль дзеркала, за п'ятибальною системою. Потім оцінки всіх учасників будуть підсумовуватися і кожен зможе дізнатися про успішність своєї роботи в ролі дзеркала. Обговорити, як себе відчували учасники у різних ролях, чи зручно їм було бути дзеркалом і відображати чужі дії.

Пропоновані дії: пришити гудзик, погладити білизну, спекти пиріг, зібратися в дорогу, зашнурувати черевики, виступити в цирку, помити голову, підмести підлогу, забратися в кімнату, намалювати картину, посадити картоплю, приготувати салат ... дії можуть додаватися в залежності від кількості учасників .

### **Вправа «Оплески»**

Мета: емоційна розрядка учасників в кінці заняття. Інструкція: «Ми добре попрацювали сьогодні, і мені хочеться запропонувати вам гру, в ході якої оплески спочатку звучать тихенько, а потім стають все сильніше і сильніше».

Ведучий починає тихенько плескати в долоні, дивлячись і поступово підходячи до одного з учасників. Потім цей учасник вибирає з групи наступного, кому вони аплодують удвох. Третій вибирає четвертого і т.д. останньому учаснику аплодує вже вся група.

### **Вправа «Сніжинка»**

Мета: дати можливість побачити причини виникнення суперечок, оскільки одна і та ж інформація сприймається різними людьми по різному.

Інструкція: Візьміть серветку, складіть її навпіл. Відірвіть правий верхній кутик. Складіть ще раз навпіл. Ще раз відірвіть правий верхній

кутик. Ще раз складіть. І ще раз відірвіть. Тепер можна розгорнути і показати свою сніжинку учасникам групи.

Запитання для обговорення: - Чому, виконуючи одну і ту ж інструкцію, всі отримали різні сніжинки? - Як ви думаєте, який висновок можна зробити після виконання вправи? Висновок: кожен з нас по – своєму сприймає інформацію, тому що ми різні.

### **Гра « Мух краще ловити на мед».**

Мета: показати, що підхід із позиції сили не завжди є найефективнішим засобом спілкування та спонукання людей до зміни поведінки. Інструкція: Розділитися на пари стати обличчям один до одного, одному члену пари затиснути руку в кулак і тримати його перед напарником. *Завдання:* розтулити кулак партнера за 10 секунд.

- Чи всім удалося розтулити кулак? В який спосіб? Хто це зробив не силою, а чемно попросивши? Які якості ми проявляємо коли чемно просимо щось в іншого? (повага до іншого, дія без примусу, доброзичливість)

Часто трапляється, що одні люди нам подобаються, інші не дуже подобаються. Але ми спілкуємось із тими і з іншими, намагаємось налагоджувати стосунки. Але як ми можемо дізнатись правильно ми діємо чи ні? Запам'ятайте це правило і керуйтеся ним у стосунках і спілкуванні з іншими людьми.

### **Вправа «Серце»**

- Чи знаєте ви, що в кожному класі є своє серце? (відповідно до результатів вправи «Прогноз погоди» психолог робить висновки). - Що роблять люди у яких болить серце? (Йдуть до лікаря, він виписує рецепт)

Уявіть, що ви лікарі і дайте рекомендації, щоб серце вашого класу ніколи не боліло, тобто складіть правила спілкування у своєму класному колективі, щоб тут всім було затишно і комфортно.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Андреев В.И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности. – Казань, 1988. – 228 с.
2. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / Л. Ф. Анн. – СПб. : Питер, 2007. – 271 с.
3. Бех І. Д. Духовні цінності в розвитку особистості // Педагогіка і психологія. – 1997. – № 1. – С. 129.
4. Бех І. Д. Теоретико-прикладний сенс компетентнісного підходу у педагогіці / І. Д. Бех // Виховання і культура. – 2009. – № 12 (17,18). – С. 5–7.
5. Биковська О. В. Реалізація компетентнісного підходу в позашкільній освіті / О. В. Биковська // Позашкільна освіта та виховання. – 2007. – № 2. – С.7–17.
6. Биковська О. В. Теоретико-методичні основи позашкільної освіти в Україні: монографія / О. В. Биковська. – К. : ІВЦ АЛКОН, 2006. – 356 с.
7. Білоус О. Школа писанкарства : уч.-метод. посіб. / О. Білоус, З. Сташук. – К. : ГУО, КПДЮ, 2000. – 28 с.
8. Веербицкий А. А. Компетентностный подход и теория контекстного обучения: Материалы к четвертому заседанию методологического семинара (16.11.2004 г.). – М. : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004. – 84 с.
9. Вікова та педагогічна психологія / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К. : Просвіта, 2001. – 416 с.
10. Воропай О. Звичаї нашого народу: [етнографічний нарис] / Олекса Воропай. – К. : Оберіг, 1991. – 456с
11. Гавлітіна Т. М. Національно-патріотичне виховання підлітків в умовах позашкільного навчального закладу : навч.-метод. посіб. – Рівне: Волинські обереги, 2007. – 220 с.
12. Добренев В. И. Методы социологического исследования: учебник / В. И. Добренев, А. И. Кравченко. – М. : ИНФРА-М, 2004. – 768 с.
13. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю.Н. Емельянов. – Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1985. – 168 с.
14. Етика ділового спілкування / за ред. Т.Б. Гриценко, Т.Д. Іщенко, Т.Ф. Мельничук. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 344 с.
15. Закон України "Про позашкільну освіту"// Позашкільна освіта в Україні (нормативно-правові акти) – К. : НЕНЦ, 2002 – с.3-32.
16. Інтерактивні технології формування життєвої компетентності // Життєва компетентність особистості: від теорії до практики / за ред. І.Г. Єрмакова. – Запоріжжя: Центріон, 2005. – 640 с.
17. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника: автореф. дис. на здобуття доктора психол. наук : спец. 19.00.07 / О. Л. Кононко. – К, 2001. – 37 с.
18. Концепція позашкільної освіти та виховання // Шкільний світ. – 2005. – № 101-102. – с. 3-7



19. Красовська О.О. Виховання громадянської самосвідомості старшокласників засобами символіки народного мистецтва України: дис. ... канд.пед.наук: 13.00.01 / О.О. Красовська. - Рівне, 1999. – 231с.
20. Кун Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека. – М.: Олма-Пресс, 2003. – с. 864.
21. Липецький О. П. Розвиток творчих здібностей учнів у технічних гуртках позашкільних навчальних закладів / О. П. Липецький: матеріали наук.-практ. конф. [„Формування та розвиток творчих здібностей учнівської молоді в креативному освітньому соціумі”] (м.Суми,16-17вересня 2008р. ). – К., 2008. – С. 108–112.
22. Липецький О. П. Формування соціальної компетентності в учнів у технічних гуртках / О. П. Липецький // Позашкілля. – 2011. – № 5. – С. 11–14.
23. Липецький О.П. Формування пізнавальної самостійності підлітків у науково-технічних гуртках позашкільних навчальних закладів: дис. кандидата пед. наук : 13.00.07. / Липецький Олександр Петрович – К., 2013. – 271с.
24. Лозова В.І. Цілісний підхід до формування пізнавальної активності школярів.//ХДПУ ім. Сковороди.-2-е вид.,доп.-Харків: "ОВС",2000. – с.120.
25. Мачуський В. В. Розвиток творчо обдарованих дітей у центрах науково-технічної творчості / В.В. Мачуський // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. – Вип. 10. – Кн.1. – К., 2007. – С. 531–538.
26. На пути к толерантному сознанию / отв. ред А. Г. Асмолов. – М. : Смысл, 2000. – 255 с.
27. Оптимізація виховного потенціалу позашкільного навчального закладу: колективна монографія / [Вербицький В. В., Литовченко О. В., Ковбасенко Л. І. та ін.]; за ред. О. В. Литовченко. – К. : Педагогічна думка, 2012. – 192 с.
28. Попов В. Чувственное, рациональное, опыт / В. Попов. – М. : Изд-во МГУ, 1976. – 120 с.
29. Психологические тесты: В 2 Т. / под ред. А. А. Карелина. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
30. Пустовіт Г.П. Позашкільна освіта і виховання: книга 1: теоретико-дидактичний аспект/ Г.П. Пустовіт. – Миколаїв, 2010. – с.37-40.
31. Рибалка В.В. Психолого-педагогічна допомога дітям на базі позашкільних закладів в зоні радіоекологічного контролю: Науково-методичний посібник. – К.: НДПУ, 1992 – С.26-36
32. Рибалка В. В. Честь і гідність особистості як предмет діяльності практичного психолога / В. Рибалка. – К. : Шкільний світ, 2010. – 128 с.
33. Роменець В.А. Психологія творчості: Навчальний посібник.-К.: “ЛИБІДЬ”, 2004.-286 с.
34. Рудестам К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – СПб.: Питер, 2001. – 384 с.
35. Стефанюк С.К. Практичне народознавство (Національне

виховання) / Стефанюк С.К. – Харків: ББН, 2002. – 262с

36. Сущенко Т. І. Позашкільна педагогіка і становлення особистості / Т. І. Сущенко // Позашкільна освіта та виховання. – 2007. – №1. – С. 14–18.

37. Тихенко Л. В. Формування творчих здібностей старшокласників у процесі дослідницької діяльності в Малій академії наук України: дис. кандидата пед. наук: 13.00.07 / Тихенко Лариса Володимирівна. – К., 2008. – 236 с.

38. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов. – М.: ИОСО РАО, 2002. – с. 135-157.

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
соціально-реабілітаційного напрямку  
«Клуб старшокласників “Точка зору”»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Основою позашкільної освіти є принципи добровільності і загальнодоступності, визнання права дитини на вільне самовизначення і самореалізацію, на свободу вибору себе, власної позиції.

У сучасних умовах соціокультурного розвитку актуальними якостями молодшої людини є не лише загальний освітній рівень, але також рівень культури, соціально-психологічної компетентності, здатність до критичного мислення, наявність власної точки зору на суспільні процеси і проблеми.

Навчальна програма «Клуб старшокласників “Точка зору”» реалізується у гуртках соціально-реабілітаційного напрямку позашкільних та загальноосвітніх навчальних закладів та спрямована на вихованців віком від 13 до 17 років.

В основу програми покладено положення компетентнісного та діяльнісного підходів; положення «Основних орієнтирів виховання учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів України» (наказ Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 31.10.2011 № 1243).

Зміст програми пов'язаний із такими освітніми галузями, як «Суспільствознавство», «Здоров'я і фізична культура»; передбачає ознайомлення учнів із теоретичними і практичними аспектами соціології, журналістики.

Мета програми – створення умов для соціального становлення, розвитку соціальних компетентностей, формування соціальної позиції вихованців.

Основні завдання:

сприяти розширенню світогляду, формуванню системи цінностей вихованців;

виховувати потребу у дотриманні здорового способу життя, сприяти профілактиці відхилень у соціальному розвитку і поведінці учнів;

надати спеціальні знання з питань журналістської діяльності, проведення соціологічних досліджень, соціального проектування;

сприяти професійному самовизначенню учнів;

розвивати критичне мислення, здатність відстоювати власну точку зору на суспільні процеси і проблеми;

створити умови для самореалізації вихованців у особистісно і суспільно важливій діяльності.

Навчальна програма передбачає 1 рік навчання (основний рівень): 144 год на рік; 4 год на тиждень.

Програму побудовано за модульною системою, вона включає 5

навчальних модулів. Модуль «Людина і суспільство» передбачає здобуття учнями соціальних знань, що сприятимуть орієнтації у суспільних процесах, а також можливість висловити власну точку зору у ході дискусії, диспуту тощо. Зміст модулю «Соціальне здоров'я: свідомий вибір» спрямований на усвідомлення учнями необхідності дотримання здорового способу життя, профілактику вживання психоактивних речовин, агресивної поведінки тощо.

Модулі «Журналістика як соціально значима сфера діяльності людини», «Соціологічне дослідження актуальної проблеми», «Технологія соціального проектування» сприяють засвоєнню учнями спеціальних знань у цих сферах, реалізації власної соціальної позиції шляхом підготовки публікацій, проведення соціологічного дослідження, участі у реалізації соціального проекту та презентації його результатів. Підсумком роботи гуртка є учнівська конференція.

Форми і методи навчання: дискусії і дебати, мозковий штурм, аналіз ситуацій, аналіз документальних джерел, елементи соціально-психологічного тренінгу, проектування, захист творчих завдань, учнівська конференція. Доцільними є екскурсії, творчі зустрічі, ділові ігри тощо.

Методи контролю за отриманими результатами: презентація творчих робіт по завершенню модулів, на учнівській конференції.

Програма є орієнтовною. Керівник гуртка може вносити зміни й доповнення до змісту програми та розподілу годин за темами, а також доповнювати модулі іншими темами, зважаючи на особливості контингенту учнів, їхні інтереси тощо.

Програму може бути подовжено на 2 роки навчання з поступовим ускладненням змісту модулів.

Додатки містять: матеріали для проведення дискусій, бесід; тренінгові вправи.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
	Вступ	2	-	2
<b>Модуль 1. Людина і суспільство</b>		<b>5</b>	<b>15</b>	<b>20</b>
1.1.	Людська гідність. Історія і сучасність	1	3	4
1.2.	Соціальний вплив. Як протистояти	1	3	4
1.3.	Любов і сім'я	1	3	4
1.4.	Толерантність та інтолерантність	1	3	4
1.5.	Сталий розвиток суспільства як загальна концепція	1	3	4
<b>Модуль 2. Соціальне здоров'я:</b>		<b>6</b>	<b>18</b>	<b>24</b>

<b>свідомий вибір</b>				
2.1.	Фізичне, психологічне, духовне і соціальне здоров'я людини	1	3	4
2.2.	«Курити чи не курити: ось у чому питання»	1	3	4
2.3.	«Наркоманія – дорога в безодню»	1	3	4
2.4.	Вживання алкоголю: міфи та реальність	1	3	4
2.5.	«Життя у мережі» (Інтернет-залежність та залежність від соціальних мереж)	1	3	4
2.6.	Агресивність і агресія. Насильство в нашому житті	1	3	4
<b>Модуль 3. Журналістика як соціально значима сфера діяльності людини</b>		<b>8</b>	<b>24</b>	<b>32</b>
3.1.	Професія журналіста. Соціальна позиція журналіста	2	2	4
3.2.	Специфіка журналістського твору. Інформаційне повідомлення. Техніка інтерв'ю	4	12	16
3.3.	Особливості роботи редактора. Підготовка макету газети	2	10	12
<b>Модуль 4. Соціологічне дослідження актуальної проблеми</b>		<b>12</b>	<b>20</b>	<b>32</b>
4.1.	Планування і організація соціологічного дослідження	2	2	4
4.2.	Збір первинної інформації в соціологічному дослідженні	8	8	16
4.3.	Соціологічне опитування. Узагальнення результатів	2	10	12
<b>Модуль 5. Технологія соціального проектування</b>		<b>10</b>	<b>22</b>	<b>32</b>
5.1.	Особливості соціального проекту. Структура проекту	2	2	4
5.2.	Технологія розробки соціального проекту	4	8	12
5.3.	Реалізація соціального проекту. Представлення результатів	4	12	16
	Підсумок	-	<b>2</b>	<b>2</b>
	<b>Разом</b>	<b>43</b>	<b>101</b>	<b>144</b>

## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

### Вступ (2 год.)

Вступна бесіда. Мета та зміст роботи гуртка. Знайомство з членами клубу. Принципи спільної діяльності. Умови участі у засіданнях клубу.

Техніка безпеки під час проведення занять.

### Модуль 1. Людина і суспільство (20 год.)

#### 1.1. Людська гідність. Історія і сучасність (4 год.)

*Теоретична частина.* Людська честь і гідність. Приниження людської гідності як причина глобальних катастроф ХХ століття. Приклади з історії (прихід нацистів до влади у Німеччині у 1930-і рр. як наслідок приниження гідності німецької нації).

Людина і суспільство. Соціальна відповідальність. Соціальна позиція людини.

*Практична частина.* Дискусія «Людська гідність: наслідки приниження».

Елементи тренінгу: вправа «Впевнений – невпевнений – самовпевнений». Вправа «Нобелівська премія».

#### 1.2. Соціальний вплив. Як протистояти (4 год.)

*Теоретична частина.* Соціально-психологічні дослідження соціальних установок (соціальних впливів) на поведінку людей. «Тюремний експеримент» американського психолога Зімбардо. Дослідження феномену масового підкорення представників німецької нації соціальним установкам у період Другої світової війни. Чинники, що зумовлюють потрапляння молоді людини під соціальний вплив.

*Практична частина.* Дискусія «Соціальний вплив: як протистояти». Випадки соціального впливу; вплив кінофільмів, комп'ютерних ігор на установки, поведінку молоді. Висловлювання думок учнів.

Елементи тренінгу: пропозиції учнів щодо соціально цінних ідей для майбутніх кінофільмів.

#### 1.3. Любов і сім'я (4 год.)

*Теоретична частина.* Особистісне та соціальне значення любові. Різниця між захопленням та любов'ю. Найважливіші основи шлюбу. Сім'я і батьківство: історія і сучасні тенденції. Соціальна основа материнського інстинкту. Відносини батьки – діти.

*Практична частина.* Дискусія «Любов і сім'я: для чого створюються і чому розпадаються сім'ї». Висловлювання думок учнів з питань: цивільний шлюб: за і проти; що важливіше: діти чи кар'єра; «Як я буду виховувати власних дітей».

#### 1.4. Толерантність та інтолерантність (4 год.)

*Теоретична частина.* Толерантність та інтолерантність. Декларація принципів толерантності ЮНЕСКО.

Дві позиції інтолерантності: перша розглядає людину, яка не вписується в еталон, як ворога, друга – як нещасного, якого потрібно

ощасливити (за А. Г. Асмоловим). Толерантність у еволюційно-біологічному, етичному і політичному плані.

*Практична частина.* Дискусія «Толерантність та інтолерантність». Висловлювання думок учнів з питань: чим загрожує інтолерантність; чи вдасться людству забезпечити спільне проживання представників різних рас і народів, етносів і соціальних класів, релігій і культур.

Елементи тренінгу: вправи на формування толерантного ставлення до інших.

### **1.5. Сталий розвиток суспільства як загальна концепція (4 год.)**

*Теоретична частина.* Науково-технічний прогрес і його роль у розвитку суспільства. Сталий розвиток — загальна концепція стосовно необхідності встановлення балансу між задоволенням сучасних потреб людства і захистом інтересів майбутніх поколінь.

Київський протокол, Світовий самміт зі сталого розвитку (Самміт Землі 2002). Вимоги до захисту довкілля, соціальної справедливості та відсутності расової й національної дискримінації.

*Практична частина.* Дискусія «Чи вдасться людству зберегти свою планету від екологічного лиха?». Висловлювання думок учнів з питань: причини ймовірного погіршення екологічної ситуації; заходи, які можуть сприяти вирішенню екологічних проблем людства.

## **Модуль 2. Соціальне здоров'я: свідомий вибір (24 год.)**

### **2.1. Фізичне, психологічне, духовне і соціальне здоров'я людини (4 год.)**

*Теоретична частина.* Поняття «здоров'я», «здоровий спосіб життя». Групи факторів, що впливають на здоров'я (екологічні, спадкові, медичні, спосіб життя). Роль здорового способу життя у досягненні життєвих цілей людини.

Показники фізичного здоров'я людини. Психологічне здоров'я. Духовне здоров'я. Ознаки соціального здоров'я (свідоме ставлення до праці, оволодіння скарбами культури, активне неприйняття звичок, що суперечать нормальному способу життя).

*Практична частина.* Казка про скріпку. Висловлювання думок учнів.

Елементи тренінгу: сценарій фільму про своє майбутнє життя (вправа «Художній фільм»).

### **2.2. «Курити чи не курити: ось у чому питання» (4 год.)**

*Теоретична частина.* Паління – з історії питання. Норма чи соціальна проблема: як змінилося ставлення до паління за останні 50 років.

Паління і його вплив на організм людини.

*Практична частина.* Елементи тренінгу: вправа «Міф чи реальність».

Притча про тютюн. Обговорення.

Дискусія «Курити чи не курити: ось у чому питання». Висловлювання учнями пропозицій щодо системи профілактики паління серед молоді.

### **2.3. «Наркоманія – дорога в безодню» (4 год.)**

*Теоретична частина.* Наркоманія, наркотичні речовини. Фізична і психологічна залежність від наркотичних речовин. Відомості з історії питання.

Фактори ризику наркотизації (індивідуальні, сімейні, мікросоціальні).

Вплив наркотиків на людину і особистість.

*Практична частина.* Обговорення причин прилучення підлітків до вживання наркотичних речовин. Ознайомлення з моделями «залякування» і «соціального нормування» у профілактиці наркоманії.

Тренінгові вправи, програвання ситуацій на тему «Як відмовити у пропозиції спробувати наркотик».

### **2.4. Вживання алкоголю: міфи і реальність (4 год.)**

*Теоретична частина.* Алкоголь: історія питання. Алкоголізм з точки зору медицини. Факти про алкоголь. Соціальні наслідки зловживання алкоголем.

Підлітковий алкоголізм: стадії і ознаки.

*Практична частина.* Елементи тренінгу: вправи «Вузли», «Міф і реальність», «Наслідки зловживання алкоголем», (розглядаються і обговорюються всі сфери, на які впливає зловживання алкоголем).

Вправа «Мрії та перешкоди». Проблемна бесіда «Причини вживання алкоголю підлітками».

### **2.5. «Життя у мережі» (Інтернет-залежність та залежність від соціальних мереж) (4 год.)**

*Теоретична частина.* Комп'ютер та Інтернет як невід'ємна складова життя сучасної людини. Залежність від Інтернету, комп'ютерних ігор, соціальних мереж. «Втеча» від проблем до віртуальної реальності. Феномен кіберсуїциду.

*Практична частина.* Дискусійний ринг «Позитивне (конструктивне) та негативне (деструктивне) значення комп'ютеру та Інтернету».

Елементи тренінгу: вправа «Ознаки залежності», вправа «Я – супергерой». Бесіда «Що робити, якщо проведення часу за комп'ютером цікавіше, ніж життя?».

### **2.6. Агресивність і агресія. Насильство в нашому житті (4 год.)**

*Теоретична частина.* Агресивність і агресія. Насильство в нашому житті. Види насильства (фізичне, психологічне, економічне, сексуальне). Булінг як різновид насильства.

*Практична частина.* Діагностика стану агресії (опитувальник «Басса-Дарки»). Проблемна бесіда «Вживає найсильніший?». Обговорення прикладів і висловлювання думок учнів із проблем: жорстокість у молодіжному середовищі; причини прояву жорстокості; ступінь відповідальності за скоєне.



## **Модуль 3. Журналістика як соціально значима сфера діяльності людини (32 год.)**

### **3.1. Професія журналіста. Соціальна позиція журналіста (4 год.)**

*Теоретична частина.* Привабливі боки журналістики (можливість самореалізуватися; доносити до людей правду, боротися за справедливість; впливати на формування суспільної свідомості, громадської думки). Труднощі спеціальності (стресовість, необхідність постійного самовдосконалення, моральна відповідальність за кожен журналістський твір тощо). Якості успішного журналіста.

*Практична частина.* Соціальна позиція журналіста. Обговорення актуальних соціальних проблем як тематики журналістських творів.

### **3.2. Специфіка журналістського твору. Інформаційне повідомлення. Техніка інтерв'ю (16 год.)**

*Теоретична частина.* Зміст і форма журналістського твору. Поняття про жанровий різновид. Поняття журналістського роду. Інформаційний рід та його жанри: замітка, звіт, репортаж, інтерв'ю. Аналітичний рід і його жанри: кореспонденція, стаття, рецензія, огляд. Художньо-публіцистичний рід і його жанри: замальовка, нарис, памфлет, фейлетон, есе.

Інформаційне повідомлення: схема і приклади. Схема інформаційного повідомлення (заголовок, лід, пряма мова, підсумок, додаткова інформація). Основні прийоми та приклади побудови заголовків.

Жанр інтерв'ю. Використання інтерв'ю як типу аналізу проблеми чи ситуації. Поради тим, хто бере інтерв'ю. Формулювання запитань журналіста.

*Практична частина.* Обговорення ідей – майбутньої тематики творів до учнівської газети.

Формулювання заголовків інформаційного повідомлення з визначеної теми (елементи тренінгу). Підготовка інформаційних повідомлень учнями.

Підготовка плану інтерв'ю та формулювання запитань з визначеної теми (елементи тренінгу). Проведення інтерв'ю.

### **3.3. Особливості роботи редактора. Підготовка макету газети (12 год)**

*Теоретична частина.* Редакторська діяльність як творчість. Функції головного редактора. Створення зорового образу видання, підбір шрифтів, ілюстративного матеріалу.

*Практична частина.* Підготовка макету учнівської газети. Розташування матеріалів, обговорення заголовків, ілюстрацій. Підготовка учнівських публікацій, їх презентація групі. Обговорення.

## **Модуль 4. Соціологічне дослідження актуальної проблеми (32 год)**

### **4.1. Планування і організація соціологічного дослідження (4 год)**

*Теоретична частина.* Соціологія як наука. Роль соціологічних досліджень у сучасному суспільстві. Основні терміни і поняття. Тематика

соціологічних досліджень.

Схема проведення соціологічного дослідження. Програма дослідження, її основні складові.

*Практична частина.* Визначеннями учнями актуальної тематики соціологічних досліджень в сучасному суспільстві (елементи тренінгу). Вибір проблеми дослідження. Колективна розробка програми соціологічного дослідження.

#### **4.2. Збір первинної інформації в соціологічному дослідженні (16 год)**

*Теоретична частина.* Основні етапи роботи в процесі збору первинних даних. Методи соціологічного дослідження. Опитування, контент-аналіз, фокус-група.

Опитування як метод збору соціологічної інформації (анкетування, інтерв'ювання). Вимоги до інтерв'юера. Технологія роботи інтерв'юера. Техніка безпеки при проведенні опитувань.

Аналіз документів як джерело інформації, контент-аналіз. Інструменти контент-аналізу.

Вимоги до підготовки і проведення фокус-групи.

*Практична частина.* Розробка учнями соціологічної анкети. Розробка плану інтерв'ю. Проведення з учнями фокус-групи з визначеної проблеми.

#### **4.3. Соціологічне опитування. Узагальнення результатів (12 год)**

*Теоретична частина.* Соціологічне опитування. Технологія аналізу даних. Використання отриманих результатів.

*Практична частина.* Проведення соціологічних опитувань (анкетування, інтерв'ю) учнями. Аналіз даних. Узагальнення результатів. Підготовка публікації (презентації, повідомлення тощо). Презентація результатів учнівських досліджень.

### **Модуль 5. Технологія соціального проектування (32 год)**

#### **5.1. Особливості соціального проекту. Структура проекту (4 год)**

*Теоретична частина.* Поняття проекту. Особливості соціального проекту. Типова структура проекту. Приклади соціальних проектів. Підготовка групи до реалізації проекту.

*Практична частина.* Аналіз прикладів соціальних проектів. Визначення актуальних проблем, що можуть бути об'єктом дослідження: проблеми школи та учнівської молоді; проблеми місцевої громади, екологічні проблеми; проблеми прав і свобод особистості (мозковий штурм).

#### **5.2. Технологія розробки соціального проекту (12 год)**

*Теоретична частина.* Етапи роботи над проектом.

Перший етап. Вивчення актуальних проблем місцевої громади та вибір проблеми для вирішення. Як вибрати проблему для розв'язання.

Другий етап. Дослідження проблеми. Визначення джерел інформації та робота з ними.

Третій етап. Аналіз інформації. Вибір способу вирішення проблеми. Як скласти план дій щодо вирішення обраної проблеми.

*Практична частина.* Вибір проблеми для вирішення з урахуванням попередніх соціологічних опитувань, аналізу проблем місцевої громади. Формулювання мети і завдань проекту.

Визначення джерел інформації, розподіл обов'язків щодо збору та опрацювання інформації. Аналіз здобутих даних. Колективне обговорення і визначення способів вирішення проблеми. Складання орієнтовного плану дій щодо вирішення обраної проблеми (вид діяльності; очікуваний результат; ресурси; виконавці).

### **5.3. Реалізація соціального проекту. Представлення результатів (16 год.)**

*Теоретична частина.* Четвертий етап. Вирішення проблеми. Як поінформувати громадськість. Як співпрацювати з засобами масової інформації.

П'ятий етап. Підготовка до представлення проекту. Як підготувати презентацію проекту. Мистецтво публічного виступу.

Шостий етап. Представлення результатів реалізації проекту.

*Практична частина.* Реалізація плану дій, організація відповідних заходів (інформування учнів, вчителів, громадськості; звернення до громадських організацій, місцевих органів законодавчої чи виконавчої влади тощо; публікація своїх пропозицій у засобах масової інформації тощо).

Підготовка публічної презентації результатів соціального проекту.

### **Підсумок (4 год.)**

Підбиття підсумків роботи гуртка.

Учнівська конференція. Презентації учнями підготовлених публікацій, результатів соціологічних опитувань, соціальних проектів. Нагородження кращих гуртківців.

## **ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Вихованці мають знати:*

- основні правила ведення дискусії, толерантного спілкування;
- сутність соціального впливу, соціальних установок і як протистояти соціальним впливам;
- поняття «толерантність» та «інтолерантність», риси толерантної особистості;
- сутність та значення концепції сталого розвитку суспільства в сучасному світі;
- сутність та значення фізичного, психологічного, духовного і соціального здоров'я людини;
- соціальне значення та специфіку професії журналіста (жанровий різновид журналістських творів, специфіку інформаційного повідомлення, інтерв'ю);
- сутність і організацію соціологічного дослідження; основні етапи роботи в процесі збору первинних даних; методи соціологічного

- дослідження;
- особливості соціального проекту, типову структуру проекту; основні етапи роботи над проектом.

*Вихованці мають вміти:*

- мислити критично, аналізувати й оцінювати ідеї, інформацію, судження, відбирати найбільш продуктивні з них, робити власні висновки;
- вести дискусію, формулювати і відстоювати власну точку зору;
- поводитися гідно і поважати гідність інших;
- протистояти соціальним впливам, що протиречать людській моралі і можуть нанести шкоди;
- дотримуватися здорового способу життя;
- визначати актуальну тематику журналістських творів; підготувати публікацію;
- визначати актуальну тематику соціологічних досліджень; підготувати і провести соціологічне опитування;
- брати участь у підготовці і реалізації соціального проекту;
- презентувати результати своєї діяльності.

*Вихованці мають набути досвід:*

- орієнтації у подіях, що відбуваються в країні і світі;
- формулювання власної позиції щодо соціальних процесів;
- ведення дискусії, толерантного спілкування;
- участі у тренінгах;
- підготовки інформаційних повідомлень, інтерв'ю;
- підготовки і проведення соціологічного опитування;
- підготовки і реалізації соціального проекту;
- презентації результатів своєї діяльності, виступу на учнівській конференції.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / Л. Ф. Анн. – СПб.: Питер, 2007. – 271 с.
2. Безпалько О. В. Соціальне проектування : навч. посіб. / О. В. Безпалько. – К.: Київськ. ун-т ім. Бориса Грінченка, 2010. – 128 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: Підручник. – К.: Либідь, 2008. – 848 с.: іл.
4. Голубев В. Школа універсального журналіста – 2010: практичне керівництво для початківців / В. Голубев. – Рівне: ТОВ «Друк Волині», 2010 – 178 с.
5. Григорьев С. И. Основы современной социологии: Учебное пособие / С. И. Григорьев, Ю. Е. Ростов. – Издательство Алтайского государственного университета, 2001.
6. Добренков В. И. Методы социологического исследования: Учебник / В. И. Добренков, А. И. Кравченко. – М.: ИНФРА-М, 2004. — 768 с. — (Классический университетский учебник).
7. Зимбардо Ф. Социальное влияние. [Пер. с англ. Н. Мальгина, А. Федоров]. –

СПб.: Питер, 2000.

8. Інформаційно-освітня протиалкогольна програма «Сімейна розмова». Методичний комплекс / Кер. авт. кол. Панок В. Г., Авт. кол. Вієвський А. М., Лепеха К. І., Лунченко Н. В., Луценко Ю. А., Острова В. Д., Сосновенко Н. В. – К.: Діалог Пресс, 2012. – 100 с.

9. Кручак О. Наркоманія – дорога в безодню // Позашкілля. Шкільний світ. – 2011. – №11.

10. Максимова Н. Ю. Психологічний аспект профілактики алкоголізма та наркоманії підлітків : Методичний посібник / Н. Ю. Максимова. – К.: ІСДО, 1995. – 144 с.

11. Мое життя: мрії та перепони: метод. рекомендації по формуванню здорового способу життя / Укл. І. В. Чаус. – Суми, 2006.

12. Михайлин І. Л. Основи журналістики / І. Л. Михайлин; вид. 5-е, доповн. і доопр. – К.: Центр учбової літератури, 2011. – 496 с.

13. На пути к толерантному сознанию / отв. ред А. Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2000. – 255 с.

14. Никитина Н. И. Методика и технология работы социального педагога : учеб. пособие для студентов пед. училищ и колледжей, обучающихся по специальности «Соц. педагогика» /Н. И. Никитина, М. Ф. Глухова. – М. : Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 399 с. – (Для средних специальных учебных заведений).

15. Психологические тесты / Под ред. А. А. Карелина: В 2 Т. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Т.1, 2.

16. Програми для гуртків, секцій, творчих об'єднань позашкільних закладів суспільно-громадського та художньо-естетичного напрямів. – К. ІЗМН, 1996. – 400 с.

17. Програми для творчих об'єднань позашкільних і загальноосвітніх навчальних закладів. Соціально-реабілітаційний напрям. – Суми : ТОВ Вид-во «АНТЕЙ», 2005. – 240 с.

18. Пустовіт Г. П. Позашкільна освіта і виховання: теоретико-дидактичний аспект: Монографія. Книга 1. – Миколаїв: Видавництво МДУ ім. В. О. Сухомлинського, 2010. – 379 с.

19. Рибалка В. В. Честь і гідність особистості як предмет діяльності практичного психолога / Валентин Рибалка. – К. : Шкільний світ, 2010. – 128 с.

20. Сімейний щоденник для сімейної розмови / Кер. авт. кол. Панок В. Г., Авт. кол. Вієвський А. М., Лепеха К. І., Лунченко Н. В., Луценко Ю. А., Острова В. Д., Сосновенко Н. В. – К.: ООО «Компанія Юнівест Маркетинг», 2012. – 64с.

21. Суспільна акція школярів України «Громадянини» : Метод. посібник для вчителя-консультанта учнівського суспільного проекту у загальноосвітньому навчальному закладі / За ред. П. Кендзьора, О. Войтенка. – Львів: НВФ «Українські технології», 2003. – 56 с., іл.

22. Годчук О. Дискусійний клуб для старшокласників / упоряд. : Л. Шелестова, Н. Чиренко, Н. Чернякова. – К.: Шк. світ, 2011. – 112 с. – (Бібліотека «Шкільного світу»).

23. Федоренко С. В. Корекційна тренінгова програма для сприяння зниженню комп'ютерної залежності та для самопізнання у студентів // Практична психологія та соціальна робота. – 2013. – № 1. – С. 28-39.

24. Участь молоді у процесах прийняття рішень: Посібники з участі молоді у процесах прийняття рішень та «Молодіжного барометру». – К., 2000. – 170 с.

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
науково-технічного напрямку  
«Юний конструктор-дослідник»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Науково-технічна творчість учнівської молоді є однією з активних форм залучення молоді до продуктивної творчої діяльності і спрямована на ознайомлення вихованців із різноманітним світом науки і техніки, розвиток їхніх здібностей, формуванням готовності до самостійної пізнавальної та дослідницької роботи. Вона забезпечує набуття вихованцями техніко-технологічних знань, умінь та навичок, оволодіння учнями сучасною технікою та технологіями, підготовку до науково-дослідницької роботи, сприяє трудовому вихованню та політехнічній освіті учнів.

Навчальна програма реалізується у гуртку науково-технічного напрямку позашкільних та загальноосвітніх навчальних закладів та спрямована на вихованців 9–14 років.

Мета програми: забезпечити набуття вихованцями техніко-технологічних знань, вмінь та навичок виготовлення технічних об'єктів, організації і проведення дослідницької роботи та захист проектів, розвиток пізнавальної та техніко-технологічної компетентності.

Основні завдання:

ознайомити з науково-технічною творчістю, як видом творчої діяльності людини;

навчити володінню техніко-технологічним прийомам роботи для виготовлення технічних об'єктів та моделей;

сформувані навички організації та проведення пошукової та дослідницької роботи, підготовки та захисту проектних робіт;

виховати дбайливе ставлення до матеріальної культури та здобутків світової та вітчизняної науки та техніки;

виховати культуру праці;

розвинути творчу уяву, фантазію, виробити індивідуальний стиль роботи;

розвинути позитивні якості особистості: працелюбство, наполегливість у досягненні мети, вміння працювати в колективі; відповідальність за результат власної діяльності;

сприяти самореалізації вихованців в соціумі;

сприяти професійному самовизначенню.

Навчальна програма передбачає 1 рік навчання (основний рівень): 144 год. на рік, 4 години на тиждень.

Програма передбачає ознайомлення з різноманітним світом науки та техніки. В процесі занять вихованці оволодівають основами знань, методами та прийомами необхідними для виготовлення діючих технічних об'єктів та моделей, отримують навички проведення досліджень та виконання проектів.

Провідним засобом формування базових компетентностей та науково-технічних знань, вмінь і навичок є виконання спеціальних науково-технічних завдань та проектів. Вони передбачають проведення учнями на кожному етапі самостійних досліджень обраної науково-технічної проблеми, конструкторської розробки ідеї та її технологічного втілення в матеріальній формі. Науково-технічні завдання та проекти виконуються індивідуально або в творчих групах.

Практична робота передбачає: виготовлення технічних об'єктів і моделей різного рівня складності із застосуванням доступних матеріалів, проведення досліджень та спостережень, узагальнення результатів, підготовку та захист проектів.

Методи контролю за отриманими результатами: наприкінці кожного заняття проводиться коротке опитування, демонстрація виконаних робіт, їх аналіз, участь у конкурсах та виставках.

Програма є орієнтовною. Керівник гуртка може вносити зміни й доповнення у зміст програми та розподіл годин за темами, обирати об'єкти для моделювання та дослідження враховуючи інтереси гуртківців, стан матеріально-технічної бази закладу.

### НАВЧАЛЬНО -ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Дослідження, спостереження і класифікація явищ природи та технічних об'єктів	4	8	12
3.	Поняття про конструювання, моделювання, технічний малюнок	4	12	16
4.	Матеріалознавство. Обробка матеріалів. Технологія виготовлення технічних об'єктів і моделей	8	12	20
5.	Динамічні технічні об'єкти та моделі, виготовлення моделей з різноманітних матеріалів.	8	28	36
6.	Теорія вирішення конструкторських задач	4	8	12
7.	Основи роботи на персональному комп'ютері. Графічний редактор Paint, текстовий редактор Word, програма Power Point	4	6	10
8.	Основи проектної діяльності.	8	26	34

	Творчі проекти			
9.	Підсумок	2		2
	<b>Разом</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	<b>144</b>

## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

### 1. Вступ (2 год.)

*Теоретична частина.* Знайомство з гуртківцями. Ознайомлення з професією науковця та інженера на прикладах відомих діячів науки і техніки, з науково-технічними досягненнями в галузі космонавтики, електроніки, енергетики, машинобудування, біотехнології. Значення науки і техніки в житті людей.

План роботи гуртка і порядок проведення занять. Техніка безпеки під час проведення занять.

### 2. Дослідження, спостереження і класифікація явищ природи та технічних об'єктів (12 год.)

*Теоретична частина.* Вибір об'єкту спостереження в природі і техніці. Розробка плану спостереження. Процедура спостереження явищ природи і технічних об'єктів. Правила фіксації структурних і динамічних зміни об'єкту спостереження. Правила ведення щоденника спостережень. Вибір схеми класифікації предметів. Опис властивостей предметів і явищ. Типи схем і таблиць.

*Практична частина.* Використання вимірювальних інструментів та приладів для ведення спостережень та побудови схем і графіків. Ведення щоденника спостережень, побудова графіка руху різних видів транспорту, класифікація видів транспорту. Аналіз даних спостереження. Складання схем і таблиць за результатами спостережень. Конкурс на найцікавіший об'єкт спостереження і його опис.

### 3. Поняття про конструювання, моделювання, технічний малюнок (16 год.)

*Теоретична частина.* Конструкторська діяльність та її значення для організації виробництва. Місце конструювання в структурі різних професій. Роль малюнка в техніці. Правила технічного малювання, правила використання креслярських інструментів. Папір як конструктивний матеріал. Історія виникнення паперу, види паперу, його виробництво. Прийоми роботи з папером і картоном. Техніка безпеки при роботі з інструментами та матеріалами при виготовленні паперових моделей.

*Практична частина.* Побудова креслення і рисунку технічної моделі. Досліди з папером, які розкривають його конструктивні якості. Виготовлення площинної гри "Дивовижний квадрат". Складання і розв'язування графічних задач. Виготовлення з паперу моделей транспортних засобів за темою, власним вибором, за особистим задумом.

### 4. Матеріалознавство. Обробка матеріалів. Технологія виготовлення технічних об'єктів і моделей (20 год.)

*Теоретична частина.* Основи матеріалознавства. Властивості



конструктивних матеріалів. Способи обробки матеріалів. Види і типи з'єднання матеріалів. Види інструментів та обладнання для виготовлення технічних моделей. Технологія виготовлення технічних об'єктів і моделей. Технологічна картка. Поняття про алгоритм. Техніка безпеки при роботі з інструментами, обладнанням та матеріалами.

*Практична частина.* Використання різноманітних матеріалів та прийоми їх з'єднання. Складання алгоритму дій при виготовленні моделі. Виготовлення технічних моделей за технологічними картками з використанням елементів механічних та електротехнічних конструкторів. Ігри на розвиток просторової уяви.

#### **5. Динамічні технічні моделі, виготовлення діючих моделей з різноманітних матеріалів (36 год.)**

*Теоретична частина.* Поняття про динамічні моделі (механічні, електрифіковані, тощо). Визначення технічних об'єктів, за взірцем яких будуть виготовлятися технічні моделі. Технологія виготовлення динамічних технічних моделей. Технічні задачі як компонент творчого мислення. Аналіз можливостей використання розроблених або виготовлених моделей і виробів вдома, в школі, у гуртку. Ознайомлення із прийомами і способами виготовлення діючих технічних моделей.

*Практична частина.* Виготовлення динамічних технічних моделей на основі готових креслень з різноманітних матеріалів - паперу, картону, металу, пластмаси, деревини, природних матеріалів, різноманітних відходів виробництва, побутових вживаних матеріалів. Самостійне складання ескізів та креслення технічних об'єктів та моделей за задумом. Складання алгоритму виготовлення моделі та технологічної картки. Виготовлення технічних моделей та захист міні проектів.

#### **6. Теорія вирішення конструкторських задач (12 год.)**

*Теоретична частина.* Конструкторські задачі. Виникнення протиріч при конструюванні технічних об'єктів. Теорія вирішення винахідницьких задач. Розробка та проведення простих експериментів і дослідів - властивості повітря, води, різноманітних матеріалів, електричного струму. Вимірювальні пристрої для проведення експериментів та досліджень. Формування вміння працювати з дитячими науковими і технічними журналами, науково-популярною літературою, інтернет-ресурсами.

*Практична частина.* Виготовлення моделей для проведення експериментів та досліджень. Проведення експериментів і дослідження властивостей різноманітних матеріалів та речовин. Аналіз і узагальнення результатів експериментів. Розв'язування творчих технічних задач, парадоксальних ситуацій, оволодіння спеціальними прийомами розвитку уяви методами активізації творчої діяльності - елементами "мозкового штурму", морфологічного аналізу, методу контрольних питань, "наради піратів" тощо. Розробка і захист фантастичних міні проектів.

#### **7. Основи роботи на персональному комп'ютері. Графічний редактор Paint, текстовий редактор Word, програма Power Point (10 год.)**

*Теоретична частина.* Інформаційні процеси. Будова персонального

комп'ютера. Програмне забезпечення. Типи та види програм. Графічні та текстові редактори та їх призначення. Робота в графічному редакторі Paint. Можливості програми. Панель інструментів, палітра кольорів. Колір фігури і колір фону. Текстовий редактор Word. Можливості програми. Програма Power Point. Призначення і можливості програми.

*Практична частина.* Побудова зображення технічних моделей у графічному редакторі Paint. Виготовлення шаблонів та розгорток технічних моделей за допомогою графічного редактора Paint. Створення креслення з використанням текстового редактора Word. Створення презентації за допомогою програми Power Point.

### **8. Основи проектної діяльності. Творчі проекти (34 год.)**

*Теоретична частина.* Проектна діяльність. Види проектів. Формування теми науково-технічного проекту. Етапи виконання проекту. Планування основних етапів дослідницької науково-технічної діяльності. Оформлення результатів дослідження. Постер. Презентація проекту. Підготовка та захист проекту.

*Практична частина.* Визначення напрямку дослідження. Розробка програми дослідження. Складання плану виконання етапів роботи над науково-технічним проектом. Підбір та опрацювання інформаційних джерел з проблеми дослідження, обладнання для проведення дослідів та експериментів. Виготовлення саморобних пристроїв та технічних об'єктів або моделей для проведення досліджень. Виконання науково-технічного проекту. Захист проектів. Проведення конкурсу "Кращий, конструктор - дослідник".

### **9. Підсумок (2 год.)**

*Теоретична частина.* Проведення заключної науково-технічної конференції. Виставка кращих технічних моделей та науково-технічних проектів. Підведення підсумків роботи гуртка. Нагородження переможців.

## **ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Вихованці мають знати:*

- правила безпеки праці в приміщенні гуртка та механічній майстерні;
- порядок організації та обладнання робочого місця;
- відомості про організацію та проведення спостережень і досліджень;
- відомості про проект;
- види проектів;
- порядок виконання та захист проектів;
- відомості про історію техніки, конструювання та моделювання;
- властивості повітря, води та інших середовищ;
- типи технічних об'єктів;
- поняття про алгоритм;
- властивості конструктивних матеріалів;
- порядок виготовлення технічних об'єктів і моделей;
- побудову креслення;

- послідовність виготовлення моделі за кресленням;
- властивості паперу та пінопласту;
- технологію роботи з папером і пінопластом;
- властивості металів і пластмас;
- технологію обробки металів і пластмас;
- вимірювальний і розмічувальний інструмент;
- інструмент і пристрої для пиляння деревини, фанери, пінопласту;
- інструмент для обпилювання та шліфування, поперечного і поздовжнього пиляння деревини, стругання, свердління отворів;
- інструмент для обробки металів;
- будову свердлильного верстату;
- прийоми та елементи вирішення винахідницьких задач;
- правила безпеки при проведенні експерименту та запуску технічних моделей;
- порядок регулювання діючих технічних об'єктів і моделі;
- основи роботи на персональному комп'ютері та в Інтернеті.

*Вихованці мають вміти:*

- організувати робоче місце;
- обирати за кресленням технічних об'єктів і моделей необхідний матеріал для їх виготовлення;
- визначати порядок виготовлення окремих елементів моделі;
- складати алгоритм дій при виготовленні технічної об'єктів і моделей;
- використовувати технологічну картку при виготовленні технічних об'єктів і моделей ;
- наносити розмічувальні лінії;
- виготовляти модель або окремі елементи моделі з паперу та пінопласту;
- виконувати поперечне та поздовжнє пиляння;
- виготовляти та обробляти вироби з пінопласту;
- виконувати свердління отворів;
- виконувати з'єднання деталей за допомогою склеювання;
- виготовляти окремі елементи з проволочи та тонколистового металу;
- самостійно проектувати й виготовляти елементи технічних об'єктів і моделі;
- проводити спостереження та дослідження з використанням виготовлених технічних об'єктів і моделей;
- самостійно виконувати проекти та проводити їх презентацію та захист;
- запускати та випробувати технічні об'єкти і моделі;
- вирішувати найпростіші конструкторські задачі;
- виконувати за допомогою персонального комп'ютера розрахунки та будувати креслення технічних об'єктів та моделей;

- використовувати Інтернет для отримання інформації.

*Вихованці мають набути досвід:*

- виконання та захисту проектів;
- організації та проведення експериментів і досліджень;
- самостійного виготовлення технічних об'єктів та моделей;
- вирішення конструкторських задач.

### **ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ ГУРТКА «Юний конструктор-дослідник»**

Основне обладнання	Кількість
Матеріали	
Клей ПВА, універсальний DRAKON	15 фл.
Фарби акрилові	15 наб.
Пінопласт, фанера 2-5 мм	15 шт.
Прості олівці	15 шт.
Папір для креслення	15 наб.
Кольоровий картон	15 наб.
Дріт мідний, метал 1-3мм, металевий та пластмасовий профіль, рейки дерев'яні	15 шт.
Інструменти та приладдя	
Електролобзик	1 шт.
Напилки (різні)	10 шт.
Надфілі (різні)	15 шт.
Лещата	5 шт.
Лобзики	15 наб.
Ножівки по металу та дереву	5 шт.
Ножі різні зі змінним висувним лезом	15 шт.
Ножиці побутові,	15 шт.
Нитки (різні)	5 шт.
Лінійки, циркулі, штангенциркуль, транспортир	15 шт.
Плоскогубці	5 шт.
Круглогубці	5 шт.
Викрутки (різні)	10 шт.
Електропаяльник	3 шт.
Терези електронні	2 шт.
Тестер електронний	2 шт.
Обладнання	
Дошка учнівська	1 шт.
Столи учнівські	15 к-тів
Стільці	20 шт.
Верстат токарний	1 шт.
Верстат слюсарний	1 шт.

Верстат столярний	1 шт.
Верстат свердлильний	1 шт.
Пилка циркулярна малогабаритна	1 шт.
Точило	1 шт.
Компресор	1 шт.
Дошка креслярська	1 шт.
Ноутбук	2 шт.
Принтер кольоровий	2 шт.
Сканер	1 шт.
Конструктор механічний	10 шт.
Конструктор електротехнічний	10 шт.
Набір «Юний фізик»	5 шт.
Набір «Юний хімік»	5 шт.
Картки для індивідуальної роботи	
Зразки виконання простих елементів	15 к-тів
Зразки алгоритму виконання складних елементів	15 к-тів
Таблиці і плакати	
Техніка безпеки	10 к-т
Таблиці що містять пояснення фізичних та хімічних законів, схеми дії механічних та електричних пристроїв	15 к-т

Для роботи гуртка необхідні комп'ютеризовані робочі місця (комп'ютер, сканер, принтер, проєктор, доступ до мережі Інтернету та відповідне програмне забезпечення).

## ЛІТЕРАТУРА

1. Програми з позашкільної освіти. Науково-технічний напрям / Биковська О.В., Лихота С.О. та ін К: «Грамота», 2007. Випуск 1 С.188-200
2. Бех І. Д. Особистісно-зорієнтоване виховання / І. Д. Бех. – К. : ІЗМН, 1998. – 203 с.
3. Загуменнов Ю. Особистісно зорієнтовані технології: метод проєктів / Ю. Загуменнов // Підручник для директора. – 2005. – №9–10. – С. 25–31.
4. Коберник О. Проєктно-технологічна система трудового навчання / О. Коберник // Трудова підготовка в закладах освіти. – 2003. – № 4. – С. 8–12.
5. Липецький О. П. Метод проєктів в організації дослідницької діяльності як чинник розвитку творчих здібностей учнів / О. П. Липецький // Позашкільна освіта та виховання. – 2008. – № 2. – С. 33–37.
6. Липецький О. П. Навчальні проєкти і розвиток творчих здібностей / О. П. Липецький // Позашкільня. – 2009. – № 4. – С. 8–14.
7. Полісун Н. І. Як стати дослідником / Н. І Полісун Посібник для вчителів. – К.: ТОВ "Інформаційні системи", 2010. – 223с.

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
художньо-естетичного напрямку  
«Петриківський розпис»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Петриківський розпис – українське декоративно-орнаментальне народне малярство, яке виникло на Дніпропетровщині в селищі Петриківка, звідки й походить назва цього виду мистецтва. У 2012 році Міністерство культури України визначило петриківський розпис об'єктом (елементом) нематеріальної культурної спадщини України.

Насьогодні, декоративно – ужиткове мистецтво у виховному і освітньому процесі, дозволяє певною мірою вирішити проблему естетичного виховання та багато інших проблем, пов'язані з вихованням підростаючого покоління. Саме в процесі занять у педагога є можливість встановити з дитиною емоційний контакт, емоційне спілкування. Цікавий зміст, багатство фантазії, яскраві художні образи привертають увагу дитини, доставляють йому радість і в той же час роблять на нього свій виховний вплив.

Навчальна програма реалізується у гуртках художньо-естетичного напрямку позашкільних навчальних закладів та спрямована на вихованців 9–14 років.

Мета програми – розвиток індивідуальних творчих здібностей дітей, пізнання ними свого коріння через такий вид декоративно-ужиткового мистецтва, як петриківський розпис.

Основні завдання:

сприяти умовам для здобуття учнями знань, вмінь та навичок з петриківського розпису;

навчити плануванню та організації трудового процесу, самостійному пошуку шляхів вирішення творчих завдань;

виховати дбайливе ставлення та пошану до надбань народного мистецтва;

сприяти вихованню творчої особистості, що є носієм кращих надбань національної та світової культури;

розвинути художній смак, творчу уяву, фантазію, виробити індивідуальний стиль роботи.

Навчальна програма передбачає 1 рік навчання, розрахована на початковий рівень - 144 години на рік, 4 години на тиждень.

Форми і методи навчання: навчання проводиться за фронтально-індивідуальною формою; використовуються наступні методи: бесіда, лекція, індивідуальні та колективні вправи, екскурсії в природу, в музеї, на виставки, зустрічі з народними майстрами тощо.

Методи контролю за отриманими результатами: наприкінці кожного заняття проводиться коротке опитування, демонстрація виконаних робіт, їх аналіз.

В основу програми покладено положення компетентісного та діяльнісного підходів.

Програма є орієнтовною. Керівник гуртка може вносити зміни й доповнення у зміст програми та розподіл годин за темами, ураховуючи інтереси гуртківців, стан матеріально-технічної бази закладу.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Матеріали для розпису	2	2	4
3.	Елементи петриківського розпису	4	24	28
4.	Вивчення кольору	4	20	24
5.	Опанування технікою перехідного мазку	4	22	26
6.	Стилізація	2	10	12
7.	Побудова композиції	4	16	20
8.	Розпис на дерев'яній поверхні	4	22	26
9.	Підсумок	1	1	2
<b>Разом</b>		<b>27</b>	<b>117</b>	<b>144</b>

### ЗМІСТ ПРОГРАМИ

#### 1. Вступ (2 год.)

*Теоретична частина.* Мета та зміст роботи гуртка. Види декоративно-ужиткового мистецтва. Ознайомлення з петриківським розписом як одним з видів народного мистецтва. Декоративно-ужиткове мистецтво та його роль у збереженні традицій, звичаїв та обрядів українського народу.

#### 2. Матеріали для розпису (4 год.)

*Теоретична частина.* Прилади та матеріали, що необхідні для розпису. Вимоги до фарб. Різновиди фарб минулого та сучасного століття. Техніка безпеки при роботі з колючими та ріжучими предметами, фарбами, лаками.

Надання першої медичної допомоги при порізах та отруєннях.

*Практична частина.* виготовлення пензлів з котячого хутра.

#### 3. Елементи петриківського розпису (28 год.)

*Теоретична частина.* Зображення в петриківському розписі. Символ як один з могутніх підвалин культури. Тлумачення символів. Українська система символічного відображення світу як система традиційної культури. Зустріч з майстрами петриківського розпису.

*Практична частина.* Вимальовування під різними кутами і нахилами, комбінування елементів: „зернятко”, „горішок”, „їжачок”. Вимальовування елементів: колосок, листочок, цибулька, ромашка, волошка, калина, малина,

вишні.

#### **4. Вивчення кольору (24 год.)**

*Теоретична частина.* Колірне коло: сполучення кольорів, замутнення, розбілення кольору. Ознаки хроматичних кольорів: кольоровий тон (відтінок), світлота, насиченість. Теплі та холодні, хроматичні та ахроматичні кольори. Походження та значення жовто-блакитних барв для українського народу. Кольори, характерні для української геральдики.

*Практична частина.* Зображення рапортного орнаменту з використанням жовто-блакитних кольорів. Композиція «Весна». Композиція «Літо». Композиція «Осінь». Композиція «Зима».

#### **5. Опанування технікою перехідного мазку (26 год.)**

*Теоретична частина.* Техніка виконання перехідного мазка. Поєднання кольорів в перехідному мазку. Аналіз робіт майстрів петриківського розпису, виконаних перехідним мазком. Символізм яблука, маку, вишні (застосування вишні замість ялинки на новий рік за давніми звичаями). Символізм тварин і рослин в народному мистецтві.

*Практична частина.* Виконання цибульки, листочка, маку, ромашки, груши, яблука, суниці перехідним мазком. Копіювання робіт майстрів петриківського розпису, виконаних перехідним мазком.

#### **6. Стилзація (12 год.)**

*Теоретична частина.* Поняття стилзації. Відмінності між стилізованою формою та його природним аналогом. Характер стилзації, зображення тварин в петриківському розписі.

*Практична частина.* Вимальовування метелика, бабки, жар-птиці, білки, риби. Створення стилізованих елементів рослинного та анімалістичного жанрів.

#### **7. Побудова композиції (20 год.)**

*Теоретична частина.* Поняття ритму, симетрії та асиметрії в анімалістичних, рослинних та геометричних орнаментах. Форми композицій (прямокутна, трикутна, кругла); особливості їх побудови і вимальовування.

*Практична частина.* Практична робота над зображенням круглої (овальної) та прямокутної форми композиції: виконання композиції “Дівочий віночок” (кругла форма композиції), композиції “Ой, хустиночка, хустиночка...” (трикутна форма композиції), композиції “Весільний рушничок” (прямокутна форма композиції).

#### **8. Розпис на дерев'яній поверхні (26 год.)**

*Теоретична частина.* Правила шліфування, ґрунтування, нанесення фону, копіювання малюнку, покриття лаком. Техніка безпеки під час роботи з лаками та фарбами.

*Практична частина.* Розпис дерев'яної лопатки. Розпис кухонної дерев'яної дощечки.

#### **9. Підсумок (2 год.)**

*Теоретична частина.* Підсумки роботи за навчальний рік.

*Практична частина.* Оформлення та підготовка робіт для виставки.



## ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

*Вихованці мають знати:*

- види декоративно-ужиткового мистецтва (петриківський розпис, лозоплетіння, писанкарство, кераміка тощо);
- техніки вимальовування на дерев'яній поверхні;
- історію виникнення петриківського розпису;
- основи кольорознавства, побудови композиції та види орнаментів;
- правила техніки безпеки та надання першої медичної допомоги.

*Вихованці мають вміти:*

- виготовляти пензлики з котячого хутра;
- вимальовувати прості елементи під різними кутами, комбінувати їх і поєднувати у композиції;
- створювати власні стилізовані елементи рослинного та анімалістичного жанрів;
- розміщувати композицію відповідно форми та зображувати її на заданій поверхні.

*Вихованці мають набути досвід:*

- створення власних композицій;
- виконання композицій перехідним мазком;
- розпису на дерев'яній поверхні.

### **ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ ГУРТКА ПЕТРИКІВСЬКОГО РОЗПИСУ**

Основне обладнання	Кількість
Матеріали	
Клей ПВА	15 фл.
Фарби гуашеві	15 наб.
Акварельні фарби	15 наб.
Прості олівці	15 шт.
Крейда	1 кор.
Кольоровий картон	15 наб.
Папір для малювання	15 наб.
Інструменти та приладдя	
Ножиці для паперу	15 шт.
Нитки	3 кат.
Лінійка	15 шт.
Пензлі різних розмірів з штучних матеріалів	15 наб.
Пензлі білячі різних розмірів	15 наб.
Палітра пластмасова	15 шт.
Посуд для води	15 шт.

Серветки паперові	15 уп.
Рідке мило	3 фл.
Дерев'яні палички	45 шт.
Обладнання	
Дошка учнівська	1 шт.
Столи учнівські	15 к-тів
Картки для індивідуальної роботи	
Зразки виконання простих елементів петриківського розпису	15 к-тів
Зразки алгоритму виконання складних елементів петриківського розпису	15 к-тів
Таблиці і плакати	
Техніка безпеки	1 к-т
Зображення робіт відомих майстрів з петриківського розпису	1 к-т

### ЛІТЕРАТУРА

1. Білоус О. Школа писанкарства : Учбово-методичний посібник / О. Білоус, 3. Сташук : – К.: КПДЮ, 2000. – 28 с.
2. Крутенко Н. Г. Розповіді про кераміку / Н. Г. Крутенко. – К. : Либідь, 2002. – 255 с.
3. Кулибин Г. Н. Рисунок и основы композиции / Г.Н. Кулибин. – М. : Просвещение, 1988. – 237 с.

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
художньо-естетичного напрямку  
«Мистецтво нашого народу»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Сучасна позашкільна освіта є провідною ланкою цілісної системи освіти України в процесі етнокультурного виховання. За останні роки значного поширення набули в позашкільних навчальних закладах творчі об'єднання та гуртки декоративно-ужиткового мистецтва. Цей вид народного мистецтва містить вироблену віками техніку виконання, в якому реалізуються багатовікові традиції народу.

Декоративно-ужиткове мистецтво є джерелом духовного розвитку особистості. Його дія на людину невичерпна за своїми можливостями, багатством та універсальністю, адже воно впливає на психічну діяльність, формує та розвиває почуття, моральні та естетичні ідеали, творче мислення та науковий світогляд. Завдяки її символічній, образній мові, учні мають можливість глибше пізнати історію рідного краю, свого народу, України.

Навчальна програма реалізується у гуртках художньо-естетичного напрямку позашкільних навчальних закладів та спрямована на вихованців молодшого шкільного віку.

Мета програми: створення умов для творчого розвитку дітей засобами декоративно-ужиткового мистецтва.

Основні завдання:

виховати дбайливе ставлення та пошану до надбань народного мистецтва;

створити умови для здобуття учнями знань, вмінь та навичок з техніки декоративно-ужиткового мистецтва;

навчити поєднувати різноманітні техніки у процесі виконання виробів;  
розвинути художній смак, творчу уяву, фантазію, виробити індивідуальний стиль роботи.

Навчальна програма передбачає 1 рік навчання, розрахована на початковий рівень – 144 години на рік, 4 години на тиждень.

Зміст роботи гуртка “Мистецтво нашого народу” спрямований на те, щоб дитина за час навчання ознайомилася з широким спектром видів декоративно-ужиткового мистецтва. За умови вивчення програми, тобто оволодівши елементарними навичками виготовлення виробів засобами декоративно-ужиткового мистецтва, дитина надалі усвідомлено буде робити вибір гуртка з метою подальшого поглибленого навчання у позашкільному навчальному закладі.

Форми і методи навчання:

навчання проводиться за фронтально-індивідуальною формою; використовуються такі методи: бесіда, лекція, індивідуальні та колективні

вправи, екскурсії в природу, в музеї, на виставки, зустрічі з народними майстрами тощо.

Методи контролю за отриманими результатами:

наприкінці кожного заняття проводиться коротке опитування, демонстрація виконаних робіт, їх аналіз; при завершенні будь-якої теми та в кінці кожного півріччя проводяться вікторини, виставки робіт у гуртку та їх відбір на виставки-конкурси у закладі, районі, місті тощо.

В основу програми покладено положення компетентісного та діяльнісного підходів.

Програма є орієнтовною. Керівник гуртка може вносити зміни й доповнення у зміст програми та розподіл годин за темами, ураховуючи інтереси гуртківців, стан матеріально-технічної бази закладу.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
	Вступ	2	-	2
<b>Блок 1. Поробки та аплікації з природних матеріалів</b>		<b>5</b>	<b>31</b>	<b>36</b>
1.1.	Поробки з жолудів та каштанів	1	5	6
1.2.	Малювання крупною	1	5	6
1.3.	Аплікація з яєчної шкарлупи	1	5	6
1.4.	Вироби з сіна, соломи, листя кукурудзи	1	7	8
1.5.	Фелтінг. Техніка мокрого та сухого валяння	1	9	10
<b>Блок 2. Поробки та аплікації з підручних матеріалів</b>		<b>3</b>	<b>15</b>	<b>18</b>
2.1.	Поробки з пластикової тари	1	7	8
2.2.	Поробки та аплікації з паперових серветок	1	5	6
2.3.	Поробки з фольги, ватних дисків	1	3	4
<b>Блок 3. Знайомство з фарбами, кольорами</b>		<b>5</b>	<b>25</b>	<b>30</b>
3.1.	Кольоросприйняття	1	5	6
3.2.	Гравюра	1	3	4
3.3.	Вітраж	1	3	4
3.4.	Петриківський розпис	1	9	10
3.5.	Писанкарство	1	5	6
<b>Блок 4. Вироби з паперу</b>		<b>6</b>	<b>34</b>	<b>40</b>

4.1.	Паперопластика	1	3	4
4.2.	Витинанка	1	5	6
4.3.	Аплікація	1	7	8
4.4.	Оригамі	1	5	6
4.5.	Квілінг	1	7	8
4.6.	Плетення з газет	1	7	8
<b>Блок 5. Ліплення</b>		<b>2</b>	<b>14</b>	<b>16</b>
5.1.	Солоне тісто	1	9	10
5.2.	Глина	1	5	6
	Підсумок	-	2	2
<b>Разом</b>		<b>23</b>	<b>121</b>	<b>144</b>

## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

### Вступ (2 год.)

*Теоретична частина.* Мета та зміст роботи гуртка. Види декоративно-ужиткового мистецтва. Техніка безпеки.

### Блок 1. Поробки та аплікації з природних матеріалів (36 год.)

#### 1.1. Поробки з жолудів та каштанів (6 год.)

*Теоретична частина.* Природа навколо нас (характеристика дуба, каштана, їх плодів, для кого плоди є їжею). Техніка безпеки з колючими та ріжучими предметами.

*Практична частина.* Виконання гусенички, Вінні-Пуха, Лісовичка, бабки, їжачка.

#### 1.2. Малювання крупою (6 год.)

*Теоретична частина.* Крупа як засіб малювання (характеристика, зовнішній вигляд, форма, колір). Техніка безпеки при роботі з фарбами та клеями.

*Практична частина.* Натюрморт “Фрукти і посуд”.

#### 1.3. Аплікація з яєчної шкарлупи (6 год.)

*Теоретична частина.* Правила підготовки яєчної шкарлупи до роботи.

*Практична частина.* Композиція “Домашні тварини”.

#### 1.4. Вироби з сіна, соломи, листя кукурудзи (8 год.)

*Теоретична частина.* Сіно, солома, листя кукурудзи як матеріал для виробів. Лялька-мотанка як оберіг.

*Практична частина.* виготовлення ляльки-мотанки з сіна, соломи, листя кукурудзи.

#### 1.5. Фелтінг (10 год.)

*Теоретична частина.* Валяння вовни як забуте мистецтво. Техніка безпеки з колючими та ріжучими предметами.

*Практична частина.* виготовлення намиста мокрим способом валяння вовни. виготовлення подушечки для голок “Грибочок” сухим способом валяння.

## **Блок 2. Поробки та аплікації з підручних матеріалів (18 год.)**

### **2.1. Поробки з пластикової тари (8 год.)**

*Теоретична частина.* Шкідливість пластику в природі. Техніка безпеки з колючими та ріжучими предметами.

*Практична частина.* Композиція “Вітрячок”. Композиція “Квіти з донця пляшки”. Композиція “Курочка та півник з пластикової пляшки”.

### **2.2. Поробки та аплікації з паперових серветок (6 год.)**

*Теоретична частина.* Декупаж як один з видів декоративно-ужиткового мистецтва”. Знайомство з технікою виконання декупаж. Правила виконання техніки аплікації з паперових кульок.

*Практична частина.* Композиція “Полуничка”, “Свинка”, “Баранчик”; поєднання в колективну композицію “Село”; колективна робота до Нового року “Новорічні мотиви”; листівка для мами (квіти). Виготовлення ялинкових новорічних прикрас засобами декупажу.

### **2.3. Поробки з фольги, ватних дисків (4 год.)**

*Теоретична частина.* Металева фольга. Методи її виготовлення. Методи переробки. Технологія виготовлення фольги.

*Практична частина.* Поробка “Павучок щастя”. Листівка “Зайчик”. Листівка “Ведмежатко”.

## **Блок 3. Знайомство з фарбами, кольорами (30 год.)**

### **3.1. Кольоросприйняття (6 год.)**

*Теоретична частина.* Видобуток кольорів в давнину (природні кольорові пігменти з трави, кори). Знайомство з заливкою, розтяжкою. Основні і похідні кольори. Хроматичні та ахроматичні кольори.

*Практична частина.* Виконання вправ з змішуванням та розбілюванням кольорів. Малювання методом “по-вологому”, імітація наскальних розписів. Малювання клеєм ПВА, виконання заливки, малювання тла фону способом розтяжки.

### **3.2. Гравюра (4 год.)**

*Теоретична частина.* Гравюра як вид графічного мистецтва.

*Практична частина.* Композиція “Пасхальне яйце”.

### **3.3. Вітраж (4 год.)**

*Теоретична частина.* Історія виникнення вітражу.

*Практична частина.* Композиція “Нам посміхається сонечко”.

### **3.4. Петриківський розпис (10 год.)**

*Теоретична частина.* Петриківський розпис як один з видів декоративно-ужиткового мистецтва. Вивчення традиційного зображення в петриківському розписі.

*Практична частина.* Вимальовування під різними кутами і нахилами, комбінування елементів: “зернятко”, “горішок”, “їжачок”. Композиція “Веселка”. Композиція “Калина”. Композиція “Польові квіти” (ромашки, волошки). Розпис стаканчика, тарілочки.

### **3.5. Писанкарство (6 год.)**

*Теоретична частина.* Писанкарство як один з видів декоративно-ужиткового мистецтва.

*Практична частина.* Розпис пасхального яйця (крапанка, писанка, шкрябанка, мальованка).

## **Блок 4. Вироби з паперу (40 год.)**

### **4.1. Паперопластика (4 год.)**

*Теоретична частина.* Папір як самий простий, доступний і легко оброблюваний матеріал. Технологія виготовлення паперу.

*Практична частина.* Виготовлення скриньки для дрібничок.

### **4.2. Витинанка (6 год.)**

*Теоретична частина.* Витинанка як один з видів декоративно-ужиткового мистецтва.

*Практична частина.* Витинанка “Чебурашка”. Витинанка “Крижинки”. Витинанка “Гноми”. Витинанка “Ляльки”.

### **4.3. Аплікація (8 год.)**

*Теоретична частина.* Аплікація як технологія фіксації.

*Практична частина.* Виготовлення листівки для тата. Аплікація “Корзинка з писанками”. Аплікація з геометричних фігур. Аплікація “Сова на гілці”.

### **4.4. Оригамі (6 год.)**

*Теоретична частина.* Оригамі як вид японського мистецтва паперопластики.

*Практична частина.* Композиція “Жабка на листочку в очереті”. Композиція “Щеня біля будки”.

### **4.5. Квілінг (8 год.)**

*Теоретична частина.* Історія квілінгу.

*Практична частина.* Композиція “Первоцвіти”. Листівка до дня перемоги. Листівка до 8 березня. Пасхальне яйце. Колективна композиція “Калина”.

### **4.6. Плетення з газет (8 год.)**

*Теоретична частина.* Історія походження плетення з газет.

*Практична частина.* Виготовлення кошика.

## **Блок 5. Ліплення (16 год.)**

### **5.1. Солоне тісто (10 год.)**

*Теоретична частина.* Ліплення з солоного тіста як один з видів творчості.

*Практична частина.* Композиція “Маковий віночок”. Композиція “Село за тином”. Композиція “Дракончик та замок”. Композиція “Яблучко на тарілочці”. Композиція “Пасхальний зайчик”.

## 5.2. Глина (6 год.)

*Теоретична частина.* Що таке глина? Її походження.

*Практична частина.* Композиція “Калина”. Композиція “Полуниці”.

## Підсумок (2 год.)

*Практична частина.* Підсумки роботи за навчальний рік, ігри, конкурси, вікторини, виставка домашніх реліквій та дитячих робіт, зустріч з батьками.

### ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

*Вихованці мають знати:*

- види декоративно-ужиткового мистецтва (петриківський розпис, писанкарство, кераміка), їх історію виникнення;
- принципи роботи виконання виробів з природних, підручних матеріалів, паперу, глини, солоного тіста;
- знати техніку безпечної праці з колючими та ріжучими предметами.

*Вихованці мають вміти:*

- поєднувати різноманітні техніки у процесі виконання виробів;
- складати композиції, знати алгоритми їх вимальовування, мати навички чіткого композиційного розміщення та зображення на заданій поверхні;
- оздоблювати та презентувати готові роботи.

*Вихованці мають набути досвід:*

- виконання виробів з природних, підручних матеріалів, паперу, глини, солоного тіста;
- самостійно використовувати набуті знання та вміння при виконанні творчих робіт.

### **ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ ГУРТКА «МИСТЕЦТВО НАШОГО НАРОДУ»**

Основне обладнання	Кількість
Матеріали	
Клей ПВА	15 фл.
Фарби гуашеві	15 наб.
Акварельні фарби	15 наб.
Прості олівці	15 шт.
Крейда	1 кор.
Кольоровий картон	15 наб.
Папір для малювання	15 наб.
Папір для квілінгу	15 наб.
Папір для орігамі	15 наб.



Альбоми для малювання	15 шт.
Глина	3 кг
Вовна різнокольорова для фелтінгу	1,5 кг
Інструменти та приладдя	
Ножиці для паперу	15 шт.
Нитки	3 кат.
Лінійка	15 шт.
Пензлі різних розмірів з штучних матеріалів	15 наб.
Пензлі білячі різних розмірів	15 наб.
Палітра пластмасова	15 шт.
Посуд для води	15 шт.
Серветки паперові	15 уп.
Рідке мило	3 фл.
Дерев'яні палички	45 шт.
Стеки	15 шт.
Голки для фелтінгу (№ 36-40)	15 шт.
Обладнання	
Дошка учнівська	1 шт.
Столи учнівські	15 к-тів

## ЛІТЕРАТУРА

1. Диброва А. Поделки из соленого теста / А.Диброва. – Х. : Клуб семейного досуга, 2011. – 63 с.
2. Кокарева Ия. Живописный войлок / Кокарева Ия. – АСТ-Пресс Книга, 2009. – 120 с.
3. Шинковская К. А. Войлок. Все способы валяния / К. А. Шинковская. – АСТ-Пресс Книга, 2011.
4. Школа ремесел : орігамі, пап'є-маше, паперова пластика / упоряд. О. Колонькова, О. Литовченко. – К. : Шк.світ, 2010. – 112 с.
5. Школа ремесел : квілінг – паперові кучерики / упоряд. О. Колонькова. – К. : Шк. світ, 2012. – 80 с.
6. Школа ремесел : писанкарство / упоряд. О.Колонькова. – К. : Шк. світ, 2012. – 48 с.
7. Школа ремесел : писанкарство, лозоплетіння, ліплення з глини / упоряд. О. Колонькова. – К. : Шк.світ, 2008. – 112 с.

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
художньо-естетичного напрямку  
«Валяння вовни»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Декоративно-ужиткове мистецтво, з-поміж інших видів народного мистецтва, є унікальним у вирішенні завдань як художнього, так і особистісного розвитку, духовного становлення учнів. Це зумовлено не тільки природою сприймання декоративно-ужиткового мистецтва, а й тим, що вже в ранньому віці ця діяльність становить одну з найдоступніших і емоційно-захоплюючих форм творчості.

На сьогодні деякі з видів декоративно-ужиткового мистецтва забуті людством, наприклад, такий вид мистецтва як валяння (фелтінг). Валяння - процес отримання з непрядених вовняних волокон войлочної маси (фетру) шляхом сплутування між собою волокон вовни.

Навчальна програма реалізується у гуртках художньо-естетичного напрямку позашкільних навчальних закладів та спрямована на вихованців 8–15 років.

Мета програми – розвиток індивідуальних творчих здібностей дітей, пізнання ними свого коріння через такий вид декоративно-ужиткового мистецтва, як валяння з вовни (фелтінг).

Основні завдання:

ознайомити вихованців з різноманітними видами вовни, специфіки застосування їх у декоративно-ужитковому мистецтві;

навчити виготовляти вироби методом мокрого і сухого валяння, поєднувати у виробках вовну з іншими матеріалами, робити викрійки для виробів, з урахування ущільнення вовни;

виховати дбайливе ставлення та пошану до надбань народного мистецтва;

розвинути художній смак, творчу уяву, фантазію, виробити індивідуальний стиль роботи.

Навчальна програма передбачає 1 рік навчання, розрахована на початковий рівень - 144 години на рік, 4 години на тиждень.

Зміст роботи гуртка спрямований на вивчення історії виникнення валяння вовни, ознайомлення з виробами, що виконані давніми майстрами та майстрами сучасності.

Форми і методи навчання: навчання проводиться за фронтально-індивідуальною формою; використовуються такі методи: бесіда, індивідуальні та колективні вправи, екскурсії в природу, на виставки, зустрічі з народними майстрами тощо.

Методи контролю за отриманими результатами: наприкінці кожного заняття проводиться коротке опитування, демонстрація виконаних робіт, їх

аналіз.

В основу програми покладені положення компетентісного та діяльнісного підходів.

Програма є орієнтовною. Керівник гуртка може вносити зміни й доповнення у зміст програми та розподіл годин за темами, ураховуючи інтереси гуртківців, стан матеріально-технічної бази закладу.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Техніка сухого валяння	1	37	38
3.	Техніка багатошарового накладання вовни під скло	1	15	16
4.	Техніка мокрого валяння	1	31	32
5.	Валяння на шаблоні	1	19	20
6.	Картини в техніці мокрого валяння	1	15	16
7.	Техніка нанесення візерунку по шаблону	1	7	8
8.	З'єднання вовни з іншими матеріалами (нуно-фелтінг)	1	9	10
9.	Підсумок	-	2	2
	<b>Разом</b>	<b>9</b>	<b>135</b>	<b>144</b>

### ЗМІСТ ПРОГРАМИ

#### 1. Вступ (2 год.)

*Теоретична частина.* Мета та зміст роботи гуртка. Види декоративно-ужиткового мистецтва. Ознайомлення з валянням вовни як одним з видів декоративно-ужиткового мистецтва. Матеріали для виготовлення виробів технікою сухого та мокрого валяння.

#### 2. Техніка сухого валяння (38 год.)

*Теоретична частина.* Техніка безпеки з колючими та ріжучими предметами. Надання першої медичної допомоги у випадку травмування. Ознайомлення з принципом роботи виконання виробів технікою сухого валяння (правила вколювання голки, формування виробу, накладання вовни; прийоми фіксування потрібної форми деталей, приєднання дрібних деталей до основної деталі виробу).

*Практична частина.* Виготовлення брошок “Ромашки”, “Горобець”, браслету з розочок. Виготовлення іграшок: “Сонечко”, “Равлик”, “Лисичка”, “Дракончик”, “Пінгвін”, “Тигр”.

#### 3. Техніка багатошарового накладання вовни під скло (16 год.)

*Теоретична частина.* Ознайомлення з поняттям перспективи (зміна розмірів предметів в залежності від дальності їх розташування).

*Практична частина.* виготовлення картин (пейзаж, натюрморт).

#### **4. Техніка мокрого валяння (32 год.)**

*Теоретична частина.* Правила поєднання об'ємних деталей з площиною. Правила валяння на каркасі.

*Практична частина.* виготовлення брошок у вигляді квітів (волошка, дзвіночки, мак, лілія, калли, ірис, хризантема, тюльпан, листочки, анемони, рози, соняшник). Валянці для ляльки. Риба об'ємна. Композиція "Калина" (валяння кульок сухим методом, валяння основи – мокрим)

#### **5. Валяння на шаблоні (20 год.)**

*Теоретична частина.* Правила розрахунку розмірів викрійки, відповідно ущільнення виробу.

*Практична частина.* виготовлення чохла для мобільного телефону, окулярів. виготовлення новорічних іграшок.

#### **6. Картини в техніці мокрого валяння (16 год.)**

*Теоретична частина.* Правила привалювання шарів вовни.

*Практична частина.* Пейзаж «Пори року».

#### **7. Техніка нанесення візерунку по шаблону (8 год.)**

*Теоретична частина.* Правила виготовлення шаблону. Поняття симетрії.

*Практична частина.* Писанка. Ялинкові іграшки.

#### **8. З'єднання вовни з іншими матеріалами (10 год.)**

*Теоретична частина.* Правила з'єднання шнурів, кульок та фрагментів тканини (шовк, шифон).

*Практична частина.* виготовлення серветки в техніці «нуно-фелтінг».

#### **9. Підсумок (2 год.)**

*Практична частина.* Оформлення та підготовка робіт до виставки.

## **ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Вихованці мають знати:*

- історію виникнення валяння вовни як виду декоративно-ужиткового мистецтва;
- види вовни та правила їх застосування;
- принципи роботи виконання виробів технікою сухого валяння (правила вколювання голки, формування виробу, накладання вовни; прийоми фіксування потрібної форми деталей, приєднання дрібних деталей до основної деталі виробу);
- принципи роботи виконання виробів технікою мокрого та сухого валяння.

*Вихованці мають вміти:*

- виготовляти вироби методом мокрого і сухого валяння;
- поєднувати у виробах вовну з іншими матеріалами;

– робити викрійки для виробів, з урахування ущільнення вовни.

*Вихованці мають набути досвід:*

– виконання найпростіших способів отримання матеріалу з валяної вовни;

– виконання валяної площини, шариків, шнурів з вовни;

– виготовлення виробу за ескізом;

– виготовлення виробу з використанням шаблону.

### **ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ ГУРТКА З ВАЛЯННЯ ВОВНИ**

Основне обладнання	Кількість
Матеріали	
Вовна (слівер)	15 кг
Напівтонка різнокольорова вовна	15 кг
Прості олівці	15 шт.
Відріз шовкової тканини 200×200	15 шт.
Плівка з пухирцями	15 наб.
Папір для малювання	15 наб.
Інструменти та приладдя	
Ножиці для паперу	15 шт.
Поролон 100×50×30	15 шт.
Лінійка	15 шт.
Голки для валяння (№36-38-40)	15 наб.
Посуд для води (миска 1,5 л)	15 шт.
Серветки бавовняні 500×300	15 шт.
Рідке мило	5 шт.
Сітка капронова 500×300	15 шт.
Картон	15 наб.
Поліетилен 500×300	15 шт.
Обладнання	
Рамки для картин під скло (200×300)	30 шт.
Рамки для картин під скло (100×150)	15 шт.
Столи учнівські	15 к-тів
Таблиці і плакати	
Техніка безпеки	1 к-т
Алгоритми виконання виробів	1 к-т

### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Шинковская К. А. Войлок. Все способы валяния / К. А. Шинковская. – АСТ-Пресс Книга, 2011.

2. Кокарева Ия. Живописный войлок / Кокарева Ия. – АСТ-Пресс Книга, 2009. – 120 с.

3. [www.felt-club.ru](http://www.felt-club.ru)

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
оздоровчого напрямку  
«Оздоровча гімнастика»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Процеси інформатизації, глобалізації, нові можливості Інтернету, технологій, що стрімко розвиваються, впливають на вже небезпечне для школярів обмеження рухової активності.

Рухова активність та спрямоване фізичне навантаження закладають фундамент для майбутнього активного та здорового життя людини. Рухливі ігри, комплекси вправ для ранкової гімнастики, загальна фізична підготовка – це профілактика багатьох захворювань. Адже кожна п'ята дитина народжується з відхиленнями у стані здоров'я. У 90% школярів діагностуються різні захворювання. Тому досвідченість дітей у виконанні оптимального режиму дня, дотриманні правил харчування, збалансуванні емоційного стану стануть підґрунтям виховання щасливої і здорової дитини, яка може в повній мірі використовувати свої можливості, розвиватися як творча особистість. Особливого акценту набуває освоєння дітьми та молоддю цінностей фізичної культури.

Навчальна програма «Оздоровча гімнастика» створена на основі програми «Фізична культура» для загальноосвітніх навчальних закладів (1-4 класи), підготовленої авторським колективом Т.Ю. Круцевич, В. М. Єрмоловою, Л.І. Івановою, О.Д. Кривчиковою, Г.Г. Смоліус; програми «Основи здоров'я» для загальноосвітніх навчальних закладів (1-4 класи), підготовленої авторським колективом Т.Є. Бойченко, Т. В. Воронцовою, О. В. Гнатюк, С.В. Гозак, О.Л. Москаленко, В. А. Савченко (затверджені наказом МОНмолодьспорт України від 12.09.2011 № 1050); Основних орієнтирів виховання учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів (затверджені наказом МОНмолодьспорт України від 31.10.2011 № 1243).

Навчальна програма реалізується в гуртку оздоровчого напрямку і спрямована на дітей віком від 6 до 10 років.

Мета програми – формування морально-духовної життєво компетентної особистості засобами фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Основні завдання:

навчити принципам здорового способу життя та шляхам їх реалізації у повсякденному житті;

формувати самомотивацію на здоровий спосіб життя через усвідомлення цінності власного здоров'я та здоров'я оточуючих на особистому прикладі дітей, педагогів та батьків;

навчити усвідомленню цінності здоров'я не лише в загальнолюдському сенсі, а й як базової властивості людини в системі ринкових відносин, яка може і має впливати на долю країни;

покращити фізичний стан дітей за допомогою вправ для профілактики

порушень постави та оздоровчих дихальних вправ, формувати практичні навички щодо самостійних занять фізичними вправами;

зняти у дітей наслідки гіподинамії за допомогою рухливих ігор, розвивати фізичні якості і творчі здібності гуртківців;

сприяти організації активного, творчого відпочинку і спілкування засобами оздоровчої діяльності;

виховати у гуртківців впевненість у своїх силах, доброзичливість, самостійність, вольові якості, відповідальність, вміння працювати у команді, вміння запобігати конфліктам, позитивне ставлення до навколишнього світу.

Навчальна програма початкового рівня, передбачає 1 рік навчання: 144 години на рік, 4 год. на тиждень.

В основу програми покладено положення компетентісного та діяльнісного підходів, що передбачає розвиток здоров'язбережувальної компетентності як базової для програм оздоровчого напрямку позашкільної освіти.

Заняття з дітьми проводяться в спеціально обладнаному приміщенні, в разі сприятливої погоди переносяться на спортивний майданчик (проведення змагань, спортивних свят, рухливих і народних ігор). У гурток приймаються діти, які не мають медичних протипоказань.

Форма проведення занять – групова, з урахуванням індивідуальних можливостей і потреб кожної дитини. Кількість дітей у групі - 15 вихованців.

Методи навчання – словесні, наочні, практичні, ігрові, активні, які сприяють створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять оздоровчою гімнастикою.

Програма передбачає проведення ситуаційно-рольових та сюжетно-рольових ігор, ігор-бесід, ігор-мандрівок, екскурсій, ігрових вправ, колективних творчих панно, бесід, конкурсів, рухливих ігор, вікторин, виставок малюнків, спортивних змагань, козацьких забав, веселих стартів, естафет.

Формами контролю за результативністю навчання є моніторингові обстеження гуртківців, опитування, виконання контрольних вправ, участь у змаганнях.

Теоретичний матеріал програми тісно пов'язаний із практичним. Кожне заняття обов'язково включає в себе: комплекс вправ для профілактики порушень постави; оздоровчі дихальні вправи; загальну фізичну підготовку; знайомство з принципами здорового способу життя; рухливі та народні ігри.

Заняття мають викликати позитивні емоції, враховуючи психологічні особливості молодших школярів. Тому важливо творчо використовувати ігрові методи, музичний супровід занять, сучасні комп'ютерні технології.

Для проведення занять необхідний спортивний інвентар, атрибути для проведення рухливих ігор, змагань та свят, музичний центр. Спортивний зал повинен бути забезпечений аптечкою з набором медикаментів для надання першої медичної допомоги та засобами пожежогасіння.

Для ефективної роботи гуртка «Оздоровча гімнастика» важливою умовою є співпраця керівника гуртка, гуртківців та їх батьків. Протягом року

здійснюється моніторингове обстеження дітей для визначення загального стану фізичного і психічного здоров'я, стану опорно-рухового апарату дітей. Це дає змогу відстежити особистісне зростання дитини за створеною індивідуальною програмою по корекції порушень постави.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1.	Вступ	1	-	1
2.	Моніторингове обстеження гуртківців	-	3	3
3.	Культура фізичної тілесності школяра	4	14	18
4.	Загальна фізична підготовка	4	28	32
5.	Профілактика порушень постави	4	28	32
6.	Оздоровчі дихальні вправи	2	6	8
7.	Організація активного відпочину	2	6	8
8.	Духовність і здоров'я	4	8	12
9.	Мистецтво спілкування	4	8	12
10.	Рухливі та народні ігри	1	7	8
11.	Спортивні свята і змагання	1	7	8
12.	Підсумок	1	1	2
	<b>Разом</b>	<b>28</b>	<b>116</b>	<b>144</b>

### ЗМІСТ ПРОГРАМИ

#### 1. Вступ (1 год.)

*Теоретична частина.* Знайомство з гуртківцями. Знайомство з планом роботи гуртка, напрямками його діяльності. Техніка безпеки на заняттях гуртка.

#### 2. Моніторингове обстеження гуртківців (3 год.)

*Практична частина.* Проведення моніторингового обстеження тричі на рік (вересень, грудень, квітень) для визначення загального стану фізичного і психічного здоров'я, стану опорно-рухового апарату дітей. Індивідуальна програма по корекції порушень постави. Занесення результатів моніторингового обстеження в «Індивідуальну картку здоров'я гуртківця» та журнал «Показники рівня культури фізичної тілесності дитини» (Додаток 6.1, 6.2).

#### 3. Культура фізичної тілесності школяра (18 год.)

*Теоретична частина.* Поняття здоров'я та характеристика його складових. Принципи здорового способу життя. Вплив рухової активності,



здорового харчування, дотримання особистої гігієни, режиму дня на фізичну тілесність дитини. Рухова активність впродовж дня. Культура споживання їжі. Сон – запорука здоров'я. Організація прогулянок на свіжому повітрі. Чергування праці і відпочинку. Питний режим школяра. Особиста гігієна вихованців. Вплив сил природи на здоров'я.

*Практична частина.* Складання індивідуального режиму дня молодшого школяра «Мій день». Моніторинг рухової активності протягом тижня. Складання пам'ятки для мами і тата «Мої улюблені страви», «Я не люблю», «Мені корисно вживати». Ситуаційно-рольова гра «Обери продукти харчування в магазині». Презентація «Кожен день слід їсти». Конкурс на кращий рецепт сніданку школяра. Виставка малюнків «Мій ланч-бокс». «Цілющі трави від безсоння» - наповнення подушечки для сну лікувальними травами. Досліди з водопровідною та джерельною водою. Вивчення властивостей води. Ігрова вправа «Зовнішній вигляд гуртківця». Гра-мандрівка «Загартування сонцем, повітрям, водою».

#### **4. Загальна фізична підготовка (32 год.)**

*Теоретична частина.* Правила техніки безпеки та самоконтролю під час перебування у спортивній залі, під час занять на тренажерах та профілакторі Євмінова. Правила техніки безпеки під час роботи зі спортивним інвентарем. Вивчення комплексів вправ загальної фізичної підготовки.

*Практична частина.* Засвоєння комплексу вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість з використанням гімнастичних палиць, обручів, м'ячів, скакалок, на шведській стінці, на гімнастичній лаві. Засвоєння комплексу вправ для зміцнення м'язів хребта на профілакторі Євмінова. Засвоєння комплексу вправ на тренажерах (за наявністю).

#### **5. Профілактика порушень постави (32 год.)**

*Теоретична частина.* Постава як основа здоров'я. Ортопедичний режим гуртківця (положення тіла під час ходи, сидіння, сну, перенесення важких предметів та виконання фізичних вправ). Знайомство з методами профілактики порушень постави. Формування стереотипу правильної постави.

*Практична частина.* Дискусія: "Правильна постава, краса та здоров'я". Ігрова вправа «Як зробити легшим мій рюкзак?». Вправи на відчуття правильної постави (біля гімнастичної стінки, вертикальної осі, біля дзеркала). Багаторазове повторення правильного положення тіла в різних вихідних положеннях та під час пересування. Вправи, що сприяють розвантаженню хребта, зміцнюють м'язи спини, поліпшують живлення міжхребцевих дисків та відновлюють структури хребта. Вправи для профілактики плоскостопості (ходьба по дрібних предметах, біг на носках, ходьба перекатами з п'яти на носок, «гусениця», «ведмідь клишоногий», перекладання та захоплення дрібних предметів пальцями ніг, стрибки).

#### **6. Оздоровчі дихальні вправи (8 год.)**

*Теоретична частина.* Види дихання. Оздоровчий вплив дихальних вправ на організм людини. Особливості виконання вдиху та видиху. Втома та

відпочинок у забезпеченні здоров'я людини. Правила виконання дихальних вправ.

*Практична частина.* Вивчення методик різноманітних типів дихання та їх узгодження з рухами під час виконання гімнастичних вправ у різних вихідних положеннях. Дихальні вправи для стимуляції роботи органів і систем організму людини.

### **7. Організація активного відпочинку (8 год.)**

*Теоретична частина.* Види активного відпочинку. Адреси активного відпочинку в твоєму місті або селі (велосипедні доріжки, спортивні парки, стадіони, басейни тощо).

*Практична частина.* Організація прогулянок в різні пори року (ігри, фізкультурні комплекси, спортивні розваги, спостереження, трудова діяльність тощо) для забезпечення максимальної тривалості щоденного перебування дітей на свіжому повітрі. Вивчення спортивних ігор та вправ на спортивних майданчиках біля дому. Організація пішохідних прогулянок в поле, ліс, парк, сквер. Підготовка до спортивно-туристичних походів зі спортивним спорядженням. Ігри-естафети на природі. Складання реєстру адрес активного відпочинку в твоєму місті або селі. Екскурсія до місця активного відпочинку (за вибором).

### **8. Духовність і здоров'я (12 год.)**

*Теоретична частина.* Якості, що характеризують цілісно розвинену особистість (моральність, естетична культура, фізична досконалість, свобода, гідність, творчість, здатність до самопізнання, самореалізації, саморозвитку). Ідеал здоров'я як умова існування і відтворення національного духу. Спорт як творчість. Особистість спортсмена в духовному вимірі.

*Практична частина.* Моделювання «Зовнішні фактори, що впливають на здоров'я», «Внутрішні фактори, що впливають на здоров'я». Анкетування "Мій погляд на себе й оточуючих", "Яким би я хотів бути". Бесіда «Що я ціную у житті». Колективне творче панно «Майбутнє України – моє здорове покоління». Вікторина «Українські спортсмени – зірки світового спорту» (Іван Піддубний, Лариса Латиніна, Борис Шахлін, Зінаїда Турчина, Володимир Голубничий, Сергій Бубка, Валерій Борзов, Леонід Жаботинський, Яна Клочкова, Юрій Сєдих, Інесса Кравець, Андрій Шевченко, Віталій і Володимир Кличко). Сюжетно-рольова гра «Життя людини – найвища цінність», «Я хочу бути схожим на ...».

### **9. Мистецтво спілкування (12 год.)**

*Теоретична частина.* Мистецтво володіти собою. Вирішення конфліктів на основі діалогу. Мистецтво порозуміння. Дружба, взаємозбагачення у спілкуванні між людьми. Управління своїми емоціями.

*Практична частина.* Визначення рис характеру, що гарантують здоров'я. Гра «Назви приємні та лагідні слова хлопцям та дівчатам». Рольова гра «Знайди необхідні слова для тих, хто захворів чи поранився». Вправа «Як розрядити негативні емоції в іграх і рухах». Дискусія «Як твої вчинок і слова впливають на поведінку, настрій і здоров'я інших». Сюжетно-рольова гра «Культурне поведіння в колективі». Гра «Характеристики позитивного і

негативного мислення». Вправа «Веселий сміх – здоров'я». Вправа «Дисципліна і культура».

### **10. Рухливі та народні ігри (8 год.)**

*Теоретична частина.* Правила поведінки під час проведення ігор. Правила рухливих ігор, що розвивають пластику, гнучкість, легкість тіла, дарують відчуття свободи і радості, сприяють ігровій ініціативі, стимулюють моторне й емоційне самовираження.

*Практична частина.* Вивчення рухливих та народних ігор, збагачення рухового досвіду учнів: «Стрибунці-горобчики», «Совонька», «Колобки та їжачки», «Збирання листя», «Театр звірів», «Чапля і жабенята», «Щука», «Хто швидше», «Біг в обручах», «Вода, земля, повітря», «Життя лісу», «Ой, у полі жито», «По гриби», «Горобці й ворони», «Влучно в ціль», «Світлофор», «Жонглер» та ін.

### **11. Спортивні свята і змагання (8 год.)**

*Теоретична частина.* Правила техніки безпеки під час проведення спортивних свят і змагань.

*Практична частина.* Проведення спортивних ігор, естафет у спортивному залі і на вулиці, присвячених Дню фізичної культури і спорту, Дню здоров'я, Дню Землі, «Веселі старти», «Козацькі розваги» (за вибором). Змагання на краще виконання вправ з м'ячами, скакалками, обручами, на віджимання, підтягування, прес та ін.

### **12. Підсумок (2 год.)**

*Теоретична частина.* Підведення підсумків проведеної роботи. Оцінка засвоєних теоретичних і практичних знань за рік. Анкетування. Визначення перспектив для кожної дитини на наступний навчальний рік.

*Практична частина.* Проведення родинного спортивного свята «Наше здоров'я – в наших руках!» (змагання, рухливі ігри, конкурси, вікторини тощо).

## **ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Вихованці мають знати:*

- складові здоров'я та принципи здорового способу життя;
- складові режиму дня молодшого школяра;
- завдання спеціальних комплексів вправ на профілактику порушень постави, оздоровчих дихальних вправ;
- правила культурної поведінки;
- види активного відпочинку;
- правила проведення рухливих ігор та спортивних змагань.

*Вихованці мають вміти:*

- навички з техніки безпеки на заняттях;
- виконувати комплекс вправ на профілактику порушень постави, оздоровчих дихальних вправ;
- виконувати комплекси вправ на координацію, спритність, гнучкість,

- силу і витривалість;
- проявляти риси характеру, що гарантують здоров'я (позитивне мислення);
  - планувати свої дії;
  - скласти режим дня школяра, в якому вагоме місце займає рухова активність;
  - контролювати власний раціон харчування;
  - вирішувати конфлікти на основі діалогу;
  - навички самостійних занять фізичними вправами;
  - вимоги особистої гігієни протягом дня та під час занять фізичними вправами;
  - організувати і проводити рухливі ігри та спортивні змагання.

*Вихованці мають набути досвід:*

- виконання індивідуальної програми по корекції порушень постави та індивідуального режиму дня молодшого школяра;
- проведення моніторингу рухової активності протягом тижня;
- виконання комплексу вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість, для зміцнення м'язів хребта на профілакторі Євмінова, на тренажерах; вправ, що сприяють розвантаженню хребта; вправ для профілактики плоскостопості; дихальних вправ;
- здійснення пішохідних прогулянок в поле, ліс, парк, сквер;
- проведення рухливих і народних ігор, спортивних ігор і естафет;
- участі у конкурсах, вікторинах, дискусіях, сюжетно-рольових іграх, спортивних святах.

### **ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ОБЛАДНАННЯ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ ГУРТКА «ОЗДОРОВЧА ГІМНАСТИКА»**

Основне обладнання	Кількість
<i>Для практичних занять:</i>	
Килимові покриття	1 шт.
Дзеркальні стінки	1 шт.
Лавки	2 шт.
Профілактор Євмінова	2 шт.
Велотренажери	1-2 шт.
Орбітреки	1-2 шт.
Гімнастичні палиці	15 шт.
Гантелі	6 шт.
Обручі	5 шт.
М'ячі	15 шт.
Скачки	15 шт.
Мішечки з піском	15 шт.
Кеглі	2 комплекти

Канати	3 шт.
Індивідуальні килимки	15 шт.
Музичний центр	1 шт.
<i>Для теоретичних занять:</i>	
Столи	8 шт.
Стільці	16 шт.
Дошка	1 шт.
Плакати «Техніка безпеки в спортивному залі»	1 комплект
Плакати «Правильна постава»	1 комплект
Комп'ютер	1 шт.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Короткий спортивний словник-довідник / укл. М. Д. Зубалій, В. В. Сіркізюк ; УАННП ; Ін-т проблем виховання АПН України ; Кам'янець-Подільський університет. – Кам'янець-Подільський : Абетка-НОВА, 2003. – 216 с.

2. Лук'янченко, М. І. Педагогіка здоров'я: теорія і практика : монографія / М. І. Лук'янченко. – Дрогобич : Ред.-вид. відділ Дрогобицького ДПУ ім. І. Франка, 2012. – 348 с.

3. Профілактор Евминова [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http://www.evminov.com/ru/metodika\\_i\\_profilaktor/profilaktor\\_evminova](http://www.evminov.com/ru/metodika_i_profilaktor/profilaktor_evminova).

4. Ситель А.Б. Соло для позвоночника. – С. : Метафора, 2006. – 224 с.

5. Степанов, А. А. Дыхательные гимнастики по методам Бутейко, Стрельниковой, Фролова и других авторов / А. А. Степанов. – Санкт-Петербург : Вектор, 2005. – 160 с. : ил. – (Целительные практики).

6. Столяров, В. И. Философия спорта и телесности человека : монография : в 2 кн. Кн. 1. Введение в мир философии спорта и телесности человека / В. И. Столяров. – Москва : Университетская книга, 2011. – 766 с.

7. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : у 2 т. / ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2012. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 392 с.; Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – 368 с. – Гриф МОНУ № 1.4/18-Г-2312 від 21.12.2007 р.

## ІНДИВІДУАЛЬНА КАРТКА ЗДОРОВ'Я ГУРТКІВЦЯ

П.І.Б. \_\_\_\_\_

Гурток, група \_\_\_\_\_

Домашня адреса, телефон \_\_\_\_\_

№ п/п	Показники стану опорно-рухового апарату	Етапи контролю		
		I	II	III
	Зріст (см)			
	Вага (кг)			
	Об'єм грудної клітини (см)			
	Форма грудної клітини: - норма - асиметрична - запала - куряча			
	Форма спини: - нормальна - криловидні лопатки - сутулість - кругла спина - кругловвігнута спина - плоска спина - плоскввігнута спина - асиметрична спина - лівосторонній сколіоз - правосторонній сколіоз - S-подібній сколіоз			
	Форма ніг: - нормальна (прямі) - X-подібні ноги - O-подібні ноги			
	Форма стопи: - нормальна - поперечна плоскостопість - повздовжня плоскостопість - плоско-вальгусна стопа - варусна стопа - косолапість			
	Тип тілобудови людини: - нормостенічний - астеничний - гіперстенічний			
	Розвиток м'язів: - слабкий - середній - значний			
	Інші відхилення стану опорно рухового апарату			
	Порушення зору			
	Диспансерний облік гуртківця (за медичною довідкою)			

**ПОКАЗНИКИ РІВНЯ КУЛЬТУРИ ФІЗИЧНОЇ ТІЛЕСНОСТІ  
ДИТИНИ**

№ п/п	Показники	Етапи контролю		
		I	II	III
	<b>Індивідуальний режим дня молодшого школяра:</b> - тривалість сну (год.) - гігієнічні процедури (рази) - прогулянки на свіжому повітрі (год.) - чергування праці і відпочинку (наявність) - рухова активність впродовж дня (год.)			
	<b>Питний режим протягом дня (л):</b> - вода - інші напої			
	<b>Культура споживання їжі (%):</b> - овочі - фрукти - вироби з зерна - молочні продукти - м'ясо, птиця, риба, яйця - жири, солодощі <p align="right"><b>Всього: 100%</b></p>			
	<b>Особиста гігієна вихованців (рази):</b> - миття рук (раз в день) - миття тіла і голови (раз в тиждень) - догляд за порожниною рота (раз в день) - прання особистих речей (раз в тиждень)			
	<b>Повітряний режим (град.):</b> - в школі - вдома			

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
фізкультурно-спортивного напрямку  
«Оздоровчий волейбол»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Проблема залучення дітей та молоді до занять спортом та систематичними фізичними вправами турбує освітян та медиків останні десятиліття. Фахівцями спостерігається вже небезпечно для школярів обмеження рухової активності. Це вимагає пошуку нових форм організації фізкультурно-оздоровчої роботи вітчизняних навчальних закладів, в тому числі у позашкільних навчальних закладах, в яких функціонують гуртки фізкультурно-спортивного напрямку. Досвідченість дітей у оздоровчій діяльності, засвоєння особливостей улюбленої спортивної гри стануть підґрунтям виховання щасливої і здорової дитини, яка може в повній мірі використовувати свої можливості, розвиватися як творча особистість, освоїти цінності фізичної культури.

Навчальна програма «Оздоровчий волейбол» створена на основі навчальної програми «Волейбол» для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю, підготовленої авторським колективом В.В. Туровським, О.В. Осадчим, С.В. Гаркушою, Л.В. Жулою (обговорена та ухвалена Федерацією волейболу України, отримала експертну оцінку фахівців Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту та Вченої ради ДНДІФКС, 2009); програми «Основи здоров'я» для загальноосвітніх навчальних закладів (1-4 класи), підготовленої авторським колективом Т.Є. Бойченко, Т. В. Воронцовою, О.В. Гнатюк, С.В. Гозак, О.Л. Москаленко, В. А. Савченко (затверджені наказом МОНмолодьспорт України від 12.09.2011 № 1050); Основних орієнтирів виховання учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів (затверджені наказом МОНмолодьспорт України від 31.10.2011 № 1243).

Навчальна програма реалізується в гуртку фізкультурно-спортивного напрямку і спрямована на дітей віком від 9-10 років. Групи комплектуються з дітей, які мають бажання займатися волейболом. Ніякі спеціальні вимоги чи іспити не впроваджуються. Головним завданням керівника гуртка є прищепити інтерес дітей до гри у волейбол, сприяти засвоєнню культури рухів, оздоровити гуртківців.

Мета програми - формування морально-духовної життєво компетентної особистості засобами фізкультурно-спортивної діяльності.

Основні завдання:

навчити принципам здорового способу життя та шляхам їх реалізації у повсякденному житті;

зміцнити здоров'я, сприяти правильному фізичному розвитку та



різнобічній фізичній підготовленості;

формуванню самомотивацію на здоровий спосіб життя через усвідомлення цінності власного здоров'я та здоров'я оточуючих та на особистому прикладі дітей та педагогів;

прищепити сталий інтерес до занять волейболом;

навчити й опанувати техніку й тактику гри у волейбол;

призвичаїти до ігрових умов, розвинути рухливість;

засвоїти культуру рухів, розвинути гнучкість, спритність;

розвинути загальні фізичні якості і творчі здібності гуртківців;

розвинути спеціальні фізичні якості та здібності, потрібні для удосконалення технічних та тактичних дій;

сприяти організації активного, творчого відпочинку і спілкування засобами фізкультурно-спортивної діяльності;

виховати у гуртківців впевненість у своїх силах, доброзичливість, самостійність, вольові якості, відповідальність, вміння працювати у команді, вміння запобігати конфліктам, спостережливість, кмітливість, ініціативність, виразність, пластичність, спритність.

Навчальна програма початкового рівня, передбачає 1 рік навчання: 216 годин на рік, 6 год. на тиждень.

В основу програми покладено положення компетентісного та діяльнісного підходів, що передбачає розвиток здоров'язбережувальної компетентності як базової для програм оздоровчого напрямку позашкільної освіти.

Заняття з дітьми проводяться в спеціально обладнаному приміщенні, в разі сприятливої погоди переносяться на спортивний майданчик (проведення змагань, спортивних свят, рухливих ігор). У гурток приймаються діти, які не мають медичних протипоказань.

Форма проведення занять – групова, з урахуванням індивідуальних можливостей і потреб кожної дитини. Кількість дітей у групі - 15 вихованців.

Методи навчання – словесні, наочні, практичні, ігрові, які сприяють створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять волейболом.

Програма передбачає проведення ситуаційно-рольових та сюжетно-рольових ігор, ігор-бесід, ігор-мандрівок, екскурсій, ігрових вправ, колективних творчих панно, бесід, конкурсів, рухливих ігор, вікторин, виставок малюнків, спортивних змагань, козацьких забав, веселих стартів, естафет.

Формами контролю за результативністю навчання є стан здоров'я гуртківці, опитування, виконання контрольних вправ, участь у змаганнях. Основним критерієм оцінки є не спортивний результат, а функціональний стан учнів, а також формування системи цінностей, які складаються у гуртківців завдяки заняттям грою у волейбол, усвідомлена потреба в регулярних фізичних вправах.

Основними засобами спортивного тренування є вправи, спрямовані на формування належного рівня загальної фізичної підготовленості, та вправи з

техніки та тактики гри. Теоретичний матеріал програми тісно пов'язаний із практичним. Заняття мають викликати позитивні емоції, враховуючи психологічні особливості молодших школярів. Тому важливо творчо використовувати ігрові методи, музичний супровід занять, сучасні комп'ютерні технології.

Для проведення занять необхідний спортивний інвентар, волейбольні м'ячі, атрибути для проведення рухливих ігор, змагань та свят, музичний центр. Спортивний зал повинен бути забезпечений аптечкою з набором медикаментів для надання першої медичної допомоги та засобами пожежогасіння.

Для ефективної роботи гуртка «Оздоровчий волейбол» важливою умовою є співпраця керівника гуртка, гуртківців та їх батьків. Протягом року здійснюється моніторингове обстеження дітей для визначення загального стану опорно-рухового апарату дітей. Це дає змогу відстежити особистісне зростання дитини протягом навчального року (Додаток 7.1).

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Моніторингове обстеження гуртківців	-	2	2
3.	Культура тілесності школяра	2	13	15
4.	Спорт як творчість	2	13	15
5.	Історія та сьогодення розвитку волейболу	2	-	2
6.	Правила гри у волейбол	4	-	4
7.	Основи техніки та тактики гри у волейбол. Школа м'яча	4	46	50
8.	Загальна фізична підготовка	4	80	84
9.	Спеціальна фізична підготовка	2	16	18
10	Перша допомога при ушкодженнях	2	2	4
11	Організація активного відпочинку. Психологічні та гігієнічні засоби відновлення	2	4	6
12	Спортивні свята і змагання, екскурсії	1	11	12
13	Підсумок	-	2	2
	<b>Разом</b>	<b>27</b>	<b>189</b>	<b>216</b>

## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

### 1. Вступ (2 год.)

*Теоретична частина.* Знайомство з гуртківцями. Знайомство з планом роботи гуртка, напрямками його діяльності. Техніка безпеки на заняттях гуртка.

### 2. Моніторингове обстеження гуртківців (2 год.)

*Практична частина.* Проведення моніторингового обстеження тричі на рік (вересень, грудень, квітень) для визначення загального стану фізичного і психічного здоров'я, стану опорно-рухового апарату дітей. Занесення результатів моніторингового обстеження в "Індивідуальну картку здоров'я гуртківця» та журнал «Показники рівня культури фізичної тілесності дитини» (Додаток 1, 2).

### 3. Культура тілесності школяра (15 год.)

*Теоретична частина.* Принципи здорового способу життя. Вплив рухової активності, здорового харчування, дотримання особистої гігієни, режиму дня на фізичну тілесність дитини. Рухова активність впродовж дня. Культура споживання їжі. Сон – запорука здоров'я. Організація прогулянок на свіжому повітрі. Чергування праці і відпочинку. Питний режим школяра. Особиста гігієна вихованців. Вплив сил природи на здоров'я. Будова та функції дитячого організму. Догляд за тілом. Одяг та взуття для занять волейболом.

*Практична частина.* Моніторинг рухової активності протягом тижня. Складання пам'ятки для мами і тата «Мої улюблені страви», «Мені корисно вживати». Ситуаційно-рольова гра «Обери продукти харчування в магазині». Конкурс на кращий рецепт сніданку школяра. Виставка малюнків «Мій ланч-бокс». «Цілющі трави від безсоння» - наповнення подушечки для сну лікувальними травами. Досліди з водопровідною та джерельною водою. Вивчення властивостей води. Ігрова вправа «Зовнішній вигляд гуртківця». Гра-мандрівка «Загартування сонцем, повітрям, водою». Презентації «Кісткова система та її розвиток», «М'язовий апарат», «Серцево-судинна система та її функції», «Значення дихання для життєдіяльності організму», «Органи травлення, обміну та виділення», «Органи чуттів, нервова система».

### 4. Спорт як творчість (15 год.)

*Теоретична частина.* Спорт – здоров'я нації, культурний відпочинок і творче довголіття. Здатність спортсмена вносити у гру творчість. Культура розумової праці спортсмена. Культура прояву почуттів. Краса рухів у спорті.

*Практична частина.* Вправи на розвиток процесів сприйняття (вміння користуватися периферичним зором, розвиток глибинного зору (окоміру), точності сприйняття рухів. Вправи на розвиток уваги (обсягу, інтенсивності, стійкості, переключення). Вправи на розвиток тактичного мислення, пам'яті та уяви (спостережливості, кмітливості, ініціативності). Вправи на здатність керувати своїми емоціями (прийоми саморегуляції емоційних станів). Вправи на розвиток вольових якостей (цілеспрямованості, наполегливості, витримки, самовладання рішучості, сміливості). Вправи на інтелектуальний розвиток

(порівняння, аналіз). Вправи на виховання краси рухів у власному виконанні (виразність, пластичність, спритність).

### **5. Історія та сьогодення розвитку волейболу (2 год.)**

*Теоретична частина.* Історія розвитку волейболу: формування волейболу як виду спорту, еволюція правил змагань. Розвиток гри у світі та Україні. Розвиток волейболу серед школярів.

### **6. Правила гри у волейбол (4 год.)**

*Теоретична частина.* Офіційні правила. Майданчик, інвентар для гри у волейбол, обладнання місць для занять і змагань. Виграш партії та матчу, рахункова система. Ігрові дії, помилки; м'яч і сітка; прийоми гри. Судді та їх обов'язки, офіційні жести.

*Практична частина.* Конкурс «Кращий знавець правил гри у волейбол».

### **7. Основи техніки та тактики гри у волейбол. Школа м'яча. (50 год.)**

*Теоретична частина.* Навчання техніки рухів і дій. Техніка нападу. Техніка захисту: прийом м'яча і блокування. Мистецтво ведення спортивної боротьби. Тактика нападу. Тактика захисту: тактика прийому м'яча і тактика блокування.

*Практична частина.* Відпрацювання технічних прийомів гри: подачі, прийом м'яча знизу після подач і наступальних дій супротивника, передача верхнього м'яча для нападального удару, напад альні удари та наступальні дії, блокування. Відпрацювання тактичних прийомів гри: подачі, передачі м'яча для наступального удару, прийом м'яча після подач та наступальних дій, блокування.

### **8. Загальна фізична підготовка (84 год.)**

*Теоретична частина.* Розвиток фізичних якостей, потрібних для спортивної діяльності волейболістів ("вибухової" сили та силової витривалості, швидкості, спритності, гнучкості та рухливості у суглобах).

*Практична частина.* Стройові вправи. Гімнастичні вправи для м'язів рук і плечового поясу, тулуба і шиї, ніг і тазу. Акробатичні вправи: групування і переكاتи в різних положеннях, стійка на лопатках, стійка на голові і руках, перекиди вперед і назад; з'єднання декількох акробатичних вправ у нескладні комбінації. Легкоатлетичні вправи: вправи в бігу, стрибках і метаннях. Спортивні ігри: баскетбол, футбол, гандбол, піонербол, бадмінтон (основні прийоми гри). Рухливі ігри «Гонка м'ячів», «Квач», «Невід», «Влучно в ціль», «Естафети з бігом, стрибками футболістів, баскетболістів», «М'яч – середньому», «Мисливці та качки», «Перетягування каната», «Викликай зміну» та інші.

### **9. Спеціальна фізична підготовка (18 год.)**

*Теоретична частина.* Розвиток рухових якостей відповідно до специфіки волейболу, особливостей змагальної діяльності.

*Практична частина.* Вправи для розвитку швидкості відповідних дій. Вправи для розвитку стрибучості. Вправи для розвитку якостей, потрібних при виконанні прийому та передачі м'яча, вправи для суглобів рук. Вправи

для розвитку якостей, потрібних при виконанні подач м'яча. Вправи для розвитку якостей, потрібних при виконанні нападальних ударів. Вправи для розвитку якостей, потрібних при блокуванні.

#### **10. Перша допомога при ушкодженнях (4 год.)**

*Теоретична частина.* Ушкодження, їх причини, профілактика, перша допомога.

*Практична частина.* Ситуаційно-рольові та сюжетно-рольові ігри: «Перша допомога від ударів та розтягнення зв'язок», «Рани та їх різновиди», «Засоби зупинення кровотеч», «Дія високої температури: опік, сонячний удар», «Дія низької температури: переохолодження, обмерзання», «Перша допомога потерпілим: перев'язки, застосування прийомів штучного дихання, переміщення потерпілих».

#### **11. Організація активного відпочинку. Психологічні та гігієнічні засоби відновлення. (6 год.)**

*Теоретична частина.* Види активного відпочинку. Адреси активного відпочинку в твоєму місті або селі (велосипедні доріжки, спортивні парки, стадіони, басейни, площадки для гри у волейбол тощо).

*Практична частина.* Вивчення правил спортивних ігор та вправ на спортивних майданчиках біля дому. Організація пішохідних прогулянок в поле, ліс, парк, сквер. Підготовка до спортивно-туристичних походів зі спортивним спорядженням. Ігри-естафети на природі. Складання реєстру адрес активного відпочинку в твоєму місті або селі. Екскурсія до місця активного відпочинку (за вибором).

#### **12. Спортивні свята і змагання, екскурсії (12 год.)**

*Теоретична частина.* Правила техніки безпеки під час проведення спортивних свят і змагань.

*Практична частина.* Проведення спортивних змагань, ігор, естафет у спортивному залі і на вулиці (за календарем змагань). Проведення спортивних свят, присвячених Дню фізичної культури і спорту, Дню здоров'я, Дню Землі, «Веселі старту», «Козацькі розваги» (за вибором).

#### **13. Підсумок (2 год.)**

*Теоретична частина.* Підведення підсумків проведеної роботи. Оцінка засвоєних теоретичних і практичних знань за рік. Анкетування. Визначення перспектив для кожної дитини на наступний навчальний рік.

*Практична частина.* Проведення родинного спортивного свята «Нас здружив волейбол!» (змагання, рухливі ігри, конкурси, вікторини тощо).

### **ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Вихованці мають знати:*

- складові здоров'я та принципи здорового способу життя;
- складові режиму дня молодшого школяра;
- історію та сьогодення розвитку волейболу;
- правила, організацію і проведення гри у волейбол та спортивних змагань;
- завдання загальної та спеціальної фізичної підготовки;

- види ушкоджень, їх причини, профілактику, першу допомогу;
- види активного відпочинку.

*Вихованці мають вміти:*

- навички з техніки безпеки на заняттях;
- виконувати комплекси вправ на координацію, спритність, гнучкість, силу і витривалість;
- виконувати комплекс вправ на розвиток рухових якостей відповідно до специфіки волейболу, особливостей змагальної діяльності;
- планувати свої дії;
- складати режим дня школяра, в якому вагоме місце займає рухова активність;
- контролювати власний раціон харчування;
- вирішувати конфлікти на основі діалогу;
- навички самостійних занять фізичними вправами і спортом;
- вимоги особистої гігієни протягом дня та під час занять фізичними вправами;
- організувати і проводити рухливі ігри та спортивні змагання.

*Вихованці мають набути досвід:*

- виконання індивідуальної програми по корекції порушень постави та індивідуального режиму дня молодшого школяра;
- проведення моніторингу рухової активності протягом тижня;
- виконання вправ на розвиток процесів сприйняття, уваги, тактичного мислення, пам'яті та уяви, вольових якостей, здатність керувати своїми емоціями, інтелектуальний розвиток, виховання краси рухів у власному виконанні; вправ для розвитку швидкості, стрибучості, рухових якостей відповідно до специфіки волейболу і особливостей змагальної діяльності;
- надання першої медичної допомоги;
- здійснення пішохідних прогулянок в поле, ліс, парк, сквер;
- проведення спортивних ігор і естафет;
- участі у конкурсах, вікторинах, дискусіях, сюжетно-рольових іграх, спортивних святах.

## **ЛІТЕРАТУРА**

1. Короткий спортивний словник-довідник / укл. М. Д. Зубалій, В. В. Сіркізюк ; УАННП ; Ін-т проблем виховання АПН України ; Кам'янець-Подільський університет. – Кам'янець-Подільський : Абетка-НОВА, 2003. – 216 с.
2. Лук'янченко М. І. Педагогіка здоров'я: теорія і практика : монографія / М. І. Лук'янченко. – Дрогобич : Ред.-вид. відділ Дрогобицького ДПУ ім. І. Франка, 2012. – 348 с.
3. Столяров В. И. Философия спорта и телесности человека : монография : в 2 кн. Кн. 1. Введение в мир философии спорта и телесности человека / В. И. Столяров. – Москва : Университетская книга, 2011. – 766 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч.

закладів фіз. виховання і спорту : у 2 т. / ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2012. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 392 с.; Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – 368 с. – Гриф МОНУ № 1.4/18-Г-2312 від 21.12.2007 р.

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
оздоровчого напрямку  
«Школа радості і здоров'я»  
1 місяць навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

На сьогодні до числа найбільш актуальних питань освіти належить цілісне формування культури здоров'я учнівської молоді, виховання ставлення до здоров'я як до природного капіталу, стан якого суттєво залежить від власної поведінки, усвідомлення цінності здоров'я не лише в загальнолюдському сенсі, а й як базової властивості людини в системі ринкових відносин. Тому досвідченість дітей у виконанні оптимального режиму дня, дотриманні правил харчування, збалансуванні емоційного стану, профілактики порушень постави, зору стануть підґрунтям виховання щасливої і здорової дитини, яка може в повній мірі використовувати свої можливості, розвиватися як творча особистість. Особливого акценту набуває освоєння дітьми та молоддю цінностей фізичної культури.

Навчальна програма «Школа радості і здоров'я» створена на основі програми «Основи здоров'я» для загальноосвітніх навчальних закладів (1-4 класи), підготовленої авторським колективом Т. Є. Бойченко, Т. В. Воронцовою, О. В. Гнатюк, С. В. Гозак, О. Л. Москаленко, В. А. Савченко (затверджена наказом МОНмолодьспорт України від 12.09.2011 № 1050); Основних орієнтирів виховання учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів (затверджені наказом МОНмолодьспорт України від 31.10.2011 № 1243).

Навчальна програма реалізується в гуртку оздоровчого напрямку і спрямована на дітей віком від 6 до 10 років.

Програма початкового рівня розрахована на 18 години на місяць: 2 заняття в тиждень по 2 години. Заняття проводяться зі змінним контингентом дітей на підставі угоди між позашкільним і загальноосвітнім навчальним закладом. Можлива інтеграція змісту програми в навчальні програми гуртків різних напрямів. Такі навчальні програми гуртків будуть носити оздоровчу направленість.

Мета програми – формування морально-духовної життєво компетентної особистості засобами фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Основні завдання:

навчити принципам здорового способу життя та шляхам їх реалізації у повсякденному житті;

сформувати самомотивацію на здоровий спосіб життя через усвідомлення цінності власного здоров'я та здоров'я оточуючих на особистому прикладі дітей, педагогів та батьків;

виховати у гуртківців впевненість у своїх силах, доброзичливість, самостійність, вольові якості, відповідальність, позитивне ставлення до навколишнього світу, вміння працювати у команді, запобігати конфліктам;



сприяти організації активного, творчого відпочинку і спілкування засобами оздоровчої діяльності.

В основу програми покладені положення компетентісного та діяльнісного підходів, що передбачає формування здоров'язбережувальної компетентності як базової для програм оздоровчого напрямку позашкільної освіти.

Заняття з дітьми проводяться в навчальних кабінетах гуртків.

Форма проведення занять – групова, з урахуванням індивідуальних можливостей і потреб кожної дитини. Кількість дітей у групі - 15 вихованців.

Методи навчання – словесні, наочні, практичні, ігрові, активні, які сприяють створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до здорового способу життя.

Програма передбачає проведення ситуаційно-рольових та сюжетно-рольових ігор, ігор-бесід, ігор-мандрівок, ігрових вправ, бесід, конкурсів, рухливих ігор, вікторин, виставок малюнків.

Формами контролю за результативністю навчання є моніторингові опитування гуртківців, участь у конкурсах.

Теоретичний матеріал програми тісно пов'язаний із практичним. Кожне заняття обов'язково включає в себе: комплекс вправ для профілактики порушень зору; оздоровчі дихальні вправи; знайомство з принципами здорового способу життя.

Заняття мають викликати позитивні емоції, враховуючи психологічні особливості молодших школярів.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1.	Вступ	1	-	1
2.	Моніторингове опитування гуртківців	-	1	1
3.	Культура фізичної тілесності школяра	1	2	3
4.	Профілактика порушень зору	-	3	3
5.	Оздоровчі дихальні вправи	-	3	3
6.	Організація активного відпочину	1	1	2
7.	Духовність і здоров'я	1	1	2
8.	Мистецтво спілкування	1	1	2
9.	Підсумок	-	1	1
	<b>Разом</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	<b>18</b>

## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

### 1. Вступ (1 год.)

*Теоретична частина.* Знайомство з гуртківцями. Знайомство з планом роботи гуртка, напрямками його діяльності. Техніка безпеки на заняттях гуртка.

### 2. Моніторингове обстеження гуртківців (1 год.)

*Практична частина.* Проведення моніторингового обстеження тричі на рік (вересень, грудень, квітень) для визначення показників рівня культури фізичної тілесності школяра. Занесення результатів моніторингового обстеження в журнал «Показники рівня культури фізичної тілесності дитини»

### 3. Культура фізичної тілесності школяра (3 год.)

*Теоретична частина.* Поняття здоров'я та характеристика його складових. Принципи здорового способу життя. Рухова активність впродовж дня. Ортопедичний режим гуртківця (положення тіла під час ходи, сидіння, сну, перенесення важких предметів та виконання фізичних вправ). Культура споживання їжі. Чергування праці і відпочинку. Питний режим школяра. Особиста гігієна вихованців. Вплив сил природи на здоров'я.

*Практична частина.* Моніторинг рухової активності протягом тижня. Індивідуальна програма по корекції порушень постави. Ігрова вправа «Як зробити легшим мій рюкзак?». Ситуаційно-рольова гра «Обери продукти харчування в магазині». Конкурс на кращий рецепт сніданку школяра. Виставка малюнків «Мій ланч-бокс». Вивчення властивостей води. Ігрова вправа «Зовнішній вигляд гуртківця». Гра-мандрівка «Загартування сонцем, повітрям, водою».

### 4. Профілактика порушень зору (3 год.)

*Теоретична частина.* Гарний зір - одна з найважливіших функцій людського організму. Вплив комп'ютера і телевізора, постійного перебування в приміщеннях з лампами штучного світла, малорухливий спосіб життя на порушення зору школяра.

*Практична частина.* Ситуаційно-рольова гра «Правильна організація робочого місця гуртківця». Виконання комплексу вправ для профілактики порушень зору (кілька разів із силою заплющити, а потім відкрити очі; обертати очима спочатку за годинниковою, а потім проти годинникової стрілки; сфокусувати зір на віддаленому предметі, після чого близько до очей піднести палець і сфокусувати зір на ньому; кілька раз подивитися вгору, вниз, вліво, вправо). Бесіда «Відпочинок очей». Конкурс рецептів «Збалансоване харчування для профілактики порушень зору».

### 5. Оздоровчі дихальні вправи (3 год.)

*Теоретична частина.* Види дихання. Оздоровчий вплив дихальних вправ на організм людини. Особливості виконання вдиху та видиху. Втома та відпочинок у забезпеченні здоров'я людини. Правила виконання дихальних вправ.

*Практична частина.* Вивчення методик різноманітних типів дихання

та їх узгодження з рухами під час виконання гімнастичних вправ у різних вихідних положеннях. Дихальні вправи для стимуляції роботи різних органів і систем.

### **6. Організація активного відпочинку (2 год.)**

*Теоретична частина.* Види активного відпочинку. Адреси активного відпочинку в твоєму місті або селі (велосипедні доріжки, спортивні парки, стадіони, басейни тощо).

*Практична частина.* Сюжетно-рольова гра «Організація пішохідних прогулянок в поле, ліс, парк, сквер». Складання реєстру адрес активного відпочинку в твоєму місті або селі.

### **7. Духовність і здоров'я (2 год.)**

*Теоретична частина.* Ідеал здоров'я як умова існування і відтворення національного духу. Спорт як творчість. Особистість спортсмена в духовному вимірі.

*Практична частина.* Сюжетно-рольова гра «Життя людини – найвища цінність», «Я хочу бути схожим на ...». Вікторина «Українські спортсмени – зірки світового спорту».

### **8. Мистецтво спілкування (2 год.)**

*Теоретична частина.* Мистецтво володіти собою. Управління своїми емоціями.

*Практична частина.* Дискусія «Як твої вчинки і слова впливають на поведінку, настрій і здоров'я інших». Вправа «Як розрядити негативні емоції в іграх і рухах». Вправа «Веселий сміх – здоров'я».

### **9. Підсумок (1 год.)**

*Практична частина.* Підведення підсумків проведеної роботи. Вікторина «Здоровим будь!».

## **ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Вихованці мають знати:*

- складові здоров'я та принципи здорового способу життя;
- складові режиму дня молодшого школяра;
- види активного відпочинку.

*Вихованці мають вміти:*

- навички з техніки безпеки на заняттях;
- виконувати комплекс вправ на профілактику порушень зору, оздоровчі дихальні вправи;
- складати режим дня школяра;
- контролювати власний раціон харчування;
- організовувати активний відпочинок.

*Вихованці мають набути досвід:*

- проведення моніторингу рухової активності протягом тижня;
- виконання комплексу вправ на профілактику порушень зору,

- дихальних вправ;
- складання реєстру адрес активного відпочинку в твоєму місті або селі;
  - участі у конкурсах, вікторинах, дискусіях, сюжетно-рольових іграх.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Лук'янченко М. І. Педагогіка здоров'я: теорія і практика : монографія / М. І. Лук'янченко. – Дрогобич : Ред.-вид. відділ Дрогобицького ДПУ ім. І. Франка, 2012. – 348 с.

2. Степанов А. А. Дыхательные гимнастики по методам Бутейко, Стрельниковой, Фролова и других авторов / А. А. Степанов. – Санкт-Петербург : Вектор, 2005. – 160 с. : ил. – (Целительные практики).

3. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : у 2 т. / ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2012. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 392 с.; Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – 368 с. – Гриф МОНУ № 1.4/18-Г-2312 від 21.12.2007 р.

**Навчальна програма з позашкільної освіти  
гуманітарного напрямку  
«Мистецтво спілкування»  
1 рік навчання**

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Встановлення адекватних міжособистісних стосунків та активної позитивної взаємодії між дітьми в умовах сьогодення є надзвичайно актуальною. Зокрема це зумовлюється суттєвою завантаженістю учнів в школі, батьків на роботі, а звідси, недоліками родинного виховання, а також стрімким поширенням залежності підростаючого покоління від комп'ютерних технологій. Заміна міжособистісного спілкування безособистісним (сайти, чати, блоги) часто призводить до негативних наслідків, коли у особистості не формується комунікативна компетентність.

Навчальна програма «Мистецтво спілкування» дозволяє учням оволодіти знаннями про основні складові процесу комунікації, сприяє підвищенню самооцінки дитини, розвитку її соціальної адаптації, що є необхідним в сучасних умовах. Дана програма забезпечує засвоєння формування комунікативної компетентності в ситуаціях соціальної взаємодії, оволодіння навичками встановлення контакту з людьми, які характеризуються різними соціально-психологічними характеристиками, відпрацювання технік регулювання емоційної напруги, оволодіння навичками активного слухання, прийомів перефразування, інтерпретації, формулювання відкритих запитань, уточнення й спонукання до розгорнутої відповіді.

Програма початкового рівня розрахована на 144 годин на рік: 2 заняття на тиждень по 2 години.

Метою навчальної програми для вихованців від 6 до 17 років є розвиток комунікативної компетентності особистості.

Завдання навчальної програми:

- формування навичок встановлення першого контакту, знайомства;
- розвиток умінь встановлення та підтримки діалогу;
- формування емоційно-комунікативних навичок (прояв власних емоцій, розуміння емоційного стану співрозмовника);
- розвиток невербальних засобів спілкування;
- формування навичок виявлення, уникнення та вирішення конфліктних ситуацій;
- формування навичок конструктивної взаємодії з оточуючими;
- виховання позитивного досвіду спілкування, дружніх стосунків, емоційного відгуку;
- встановлення сприятливого психологічного клімату в колективі.

Методи навчання: ігри, драматизації, тренінги. Заняття проводяться за фронтально-індивідуальною формою.

## НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1.	Вступ	2	-	2
2.	Комунікація і спілкування	4	6	10
3.	Встановлення та підтримання контакту	4	8	12
4.	Вербальні й невербальні засоби спілкування	8	10	18
5.	Бар'єри спілкування	4	8	12
6.	Конфлікт. Подолання конфлікту	8	16	24
7.	Сучасний діловий етикет. Партнерське спілкування	8	14	22
8.	Регуляція емоційної напруги при спілкуванні	6	12	18
9.	Публічний виступ	8	16	24
10.	Підсумок	-	2	2
	<b>Разом</b>	<b>52</b>	<b>92</b>	<b>144</b>

## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

### 1. Вступ (2 год.)

*Теоретичне заняття.* Мета та зміст роботи гуртка. Значення спілкування, важливість передачі інформації. Роль спілкування у повсякденному житті людини.

### 2. Комунікація і спілкування (10 год.)

*Теоретичне заняття.* Поняття комунікації і спілкування. Функції комунікації. Спілкування, обумовлене технічними засобами: телефон, електронна пошта, Інтернет тощо. Модель комунікативного процесу. Компоненти спілкування: комунікатор, повідомлення, канал, аудиторія, ефективність.

*Практичне заняття.* Мозковий штурм «Спілкування – це...». Виконання вправи «Якості й уміння, необхідні для ефективного спілкування»

### 3. Встановлення та підтримання контакту (12 год.)

*Теоретичне заняття.* Поняття контакту. Фактори формування першого враження (фактор перевершеності, фактор привабливості, фактор ставлення до партнера).

*Практичне заняття.* Виконання вправ «Плітка», «Вислухай – поверни»

#### **4. Вербальні й невербальні засоби спілкування (18 год.)**

*Теоретичне заняття.* Вербальні й невербальні засоби спілкування. Невербальні засоби. Мова жестів, поз і рухів тіла. Міжособистісний простір. Зони міжособистісного простору. Порухення особистісного простору.

*Практичне заняття.* Гра «Зрозумій мене без слів». Виконання вправ «Невербальні етюди», «Спілкуватися – це здорово!».

#### **5. Бар'єри спілкування (12 год.)**

*Теоретичне заняття.* Категоричність у висловлюваннях. Бар'єр уникнення. Бар'єр авторитету. Бар'єр нерозуміння.

*Практичне заняття.* Мозковий штурм «Чому ми посварилися?». «Асоціативний ряд на слово...». Виконання вправ «Згода – незгода»,

#### **6. Конфлікт. Подолання конфлікту (24 год.)**

*Теоретичне заняття.* Поняття конфлікту. Причини виникнення конфлікту. Етапи розгортання конфліктів: суперечність, протидія, ворожнеча, війна. Види конфліктів: конструктивні і деструктивні, наявні і приховані. Типи конфліктів: внутрішньоособові і між особами, між групами і між організаціями, між державами і між націями. Стилі поведінки в конфлікті: компроміс, пристосування, суперництво, співробітництво. Правила безконфліктного спілкування.

*Практичне заняття.* Виконання вправ та ігор на розвиток навичок розв'язання конфлікту за допомогою різних стилів поведінки (асоціативна гра «Айсберг», гра-драматизація «Маска», ділова гра «Якби я був на твоєму місці...»).

#### **7. Сучасний діловий етикет. Партнерське спілкування (22 год.)**

*Теоретичне заняття.* Техніки «малої розмови»: цитування партнера, позитивні висловлювання, інформування, цікава розповідь. Критерії правильності малої розмови. Типові помилки малої розмови. Поняття про партнерство як ставлення до іншого як до рівного.

*Практичне заняття.* Виконання вправ та ігор на розвиток навичок техніки малої розмови.

#### **8. Регуляція емоційної напруги при спілкуванні (18 год.)**

*Теоретичне заняття.* Поняття емоції, емоційність. Види емоцій та їх вплив на співрозмовника. Роль емпатії у взаємовідносинах. Емоційна напруга і техніки її регуляції, саморегуляція.

*Практичне заняття.* Виконання вправ та ігор на розвиток навичок емпатії, саморегуляції («Кольори емоцій»). Виготовлення масок-емоцій.

#### **9. Публічний виступ (24 год.)**

*Теоретичне заняття.* Поняття риторики. Історія виникнення публічного виступу. Ознаки впевненої поведінки: посмішка, жести, контакт очей, модуляція голосу, природні репліки.

*Практичне заняття.* Декламація прозових та віршованих творів.

#### **10. Підсумок (2 год.)**

*Практичне заняття.* Виконання та презентація проектів («Моє портфоліо»)

## ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

*Вихованці мають знати:*

- компоненти комунікативного процесу;
- вербальні і невербальні засоби спілкування;
- стилі поведінки в конфлікті;
- правила сучасного ділового етикету;
- принципи партнерського спілкування;
- види емоцій;
- ознаки впевненої поведінки.

*Вихованці мають вміти:*

- встановлювати і підтримувати контакт за допомогою вербальних і невербальних засобів спілкування;
- уникати бар'єрів у спілкуванні;
- диференціювати і розв'язувати конфлікти;
- знімати емоційну напругу при конфліктному спілкуванні.

*Вихованці мають набути досвід:*

- безконфліктного спілкування.
- саморегуляції та емпатійного сприйняття співрозмовника;
- успішного публічного виступу;
- написання і презентації проектів.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Гойхман О. Я. Речевая коммуникация / О.Я. Гойхман, Т. М. Надеина. – М. : Инфра-М, 2003. – 272 с.
2. Грушевицкая Т. Г. Основы межкультурной коммуникации / Т. Г. Грушевицкая, В. Д. Попков, А. П. Садохин. – М. : Юнити-Дана, 2002. – 352 с.
3. Емельянов Ю.Н. Обучение паритетному диалогу / Ю.Н. Емельянов. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1991. – 107 с.
4. Жуков Ю. М. Диагностика и развитие компетентности в общении / Ю. М. Жуков, Л. А. Петровская, П. В. Растяников. – М. : МГУ, 1990. – 96 с.
5. Ивин А. А. Основы теории аргументации / А. А. Ивин. – М. : ВЛАДОС, 1997. – 352 с.
6. Ионин Л.Г. Социология культуры: путь в новое тысячелетие / Л.Г. Ионин. – М. : Логос, 2000. – 431 с.
7. Культуральная антропология: учеб. пособие / Под ред. Ю.Н. Емельянова, Н.Г. Скворцова. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2005 – 341 с.
8. Панфилова А. П. Деловая коммуникация в профессиональной деятельности: учеб. пособие / Панфилова А. П. – СПб. : Знание, ИВЭСЭП, 2004. – 495 с.
9. Пильгун М.А. Деловая риторика / М. А. Пильгун. – М.: РГАУ, 2009. – 241 с.
10. Почепцов Г. Г. Теория коммуникации / Г. Г. Почепцов. – М. : Рефл-бук, 2001. – 656 с.
11. Тер-Минасова С. Г. Язык и межкультурная коммуникация / С. Г. Тер-Минасова. – М.: Слово, 2000. – 624 с.
12. Юри У. Преодолевая «нет», или переговоры с трудными людьми / У. Юри. – М. : Наука, 1994. – 127 с.





Наукове видання

Вербицький Володимир Валентинович  
Бойко Анна Едуардівна  
Корнієнко Анна Володимирівна та ін.

**КОМПЕТЕНТІСНИЙ ПІДХІД  
У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ  
ПОЗАШКІЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ**

*Методичний посібник*

В авторській редакції

Підписано до друку 19.05.2015 р.  
Формат 60x84/16. Папір офсетний. Друк цифровий.  
Гарнітура Times. Ум. друк. арк. 10,35.  
Наклад 300 прим. Зам. № 26599

Видавець і виготовлювач:  
ТОВ «ДРУКАРНЯ МАДРИД»  
61024, м. Харків, вул. Ольмінського, 11  
Тел.: (057) 756-53-25  
[www.madrid.in.ua](http://www.madrid.in.ua) [info@madrid.in.ua](mailto:info@madrid.in.ua)

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:  
ДК №4399 від 27.08.2012 року